



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

“ANSIEDAD Y ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE INTERNADO III DE PSICOLOGÍA EN UNA UNIVERSIDAD PRIVADA EN BREÑA, 2023”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autor:

Nohemi Desiree Gonzales Peralta

Andrea Mercedes Garcia Salazar

Asesor:

Dr. Kenia Keith Casiano Valdiviezo

<https://orcid.org/0000-0002-6659-7538>

Lima - Perú

2025

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Victor Valentín Bravo Alarcon
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	Tania Carmela Lip Marin De Salazar
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	Kenia Keith Roci Casiano Valdivieso
	Nombre y Apellidos

Informe de Similitud



Página 2 of 72 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega tm:oid:-1:3280531848

14% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...




Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 12 palabras)

Exclusiones

- ▶ N.º de fuente excluida
- ▶ N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 13%  Fuentes de Internet
- 1%  Publicaciones
- 10%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.



Página 2 of 72 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega tm:oid:-1:3280531848

Dedicatoria

Dedicado con mucho amor a nuestras familias cuyo apoyo ha sido la fuerza impulsora detrás de este logro compartido. Gracias por estar siempre a nuestro lado, en cada paso de este logro compartido y en este emocionante viaje académico.

Agradecimiento

Agradecemos a Dios por bendecirnos cada día de nuestras vidas, a nuestras familias cuyo amor y apoyo incondicional han sido la fuerza detrás de este logro compartido. Extendemos también nuestro agradecimiento a nuestros mentores, quienes con su sabiduría y orientación han contribuido significativamente a la calidad de este trabajo.

Tabla de contenidos

Índice de tablas.....	7
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	9
1.1. Realidad problemática	9
1.2. Formulación del problema	30
1.3. Objetivos	30
1.4. Hipótesis	31
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	32
CAPÍTULO III: RESULTADOS.....	42
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	46
REFERENCIAS.....	66
ANEXOS	71

Índice de tablas

Tabla 1. Resultados de la correlación entre ansiedad y estrés	42
Tabla 2. Resultados de la correlación entre ansiedad y la dimensión de estresores	43
Tabla 3. Resultados de la correlación entre ansiedad y dimensión síntomas.....	44
Tabla 4. Resultados de la correlación entre ansiedad y dimensión de estrategias de afrontamiento.	

45

Resumen

Los estudiantes universitarios enfrentan niveles significativos de ansiedad y estrés debido a diversas presiones académicas, sociales y personales. Las demandas académicas, como exámenes y tareas, junto con la adaptación a un nuevo entorno universitario, pueden ser contribuyentes importantes para la ansiedad. Además, las expectativas sociales y la búsqueda de equilibrio entre la vida académica y personal pueden generar estrés adicional. Estos elementos pueden tener impactos negativos en la salud mental y el desempeño académico de los estudiantes. Es esencial abordar estos problemas mediante apoyo emocional y promoción de la conciencia sobre la salud mental para mejorar el bienestar general de los estudiantes universitarios. El propósito de este estudio fue analizar la relación entre la ansiedad y el estrés en estudiantes de una universidad en Breña. Se utilizó una metodología descriptiva correlacional con un diseño transversal basado en el método hipotético deductivo. La muestra estuvo conformada por 109 estudiantes universitarios. Para contrastar la hipótesis general, se aplicó el estadístico no paramétrico Rho de Spearman y se obtuvo un puntaje de $.266^{**}$ entre la ansiedad y el estrés. La correlación entre la ansiedad y dimensión de estresores fue de $.271^{**}$, entre ansiedad y dimensión de síntomas fue de $.263^{**}$ y finalmente entre la ansiedad y la dimensión de estrategias de afrontamiento fue de $.267^{**}$. Se concluyó que la ansiedad y sus dimensiones se asocian de forma directa con el estrés.

Palabras Claves

Estrés; Ansiedad; Salud mental y estudiantes universitarios.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

La prevalencia del estrés y los trastornos mentales en muchas profesiones es alarmante y sigue aumentando. Estos problemas exacerbaban los problemas laborales existentes, como la inseguridad laboral y los entornos tóxicos. De hecho, aproximadamente la mitad de las personas en edad laboral, alrededor de 8 millones de personas, se sienten insatisfechas con su trabajo, con alrededor de 3 millones de personas afectadas por el estrés. En los países nórdicos y Estados Unidos esta tendencia va en aumento, y los expertos consideran al estrés como la enfermedad mental más grave del siglo XXI, ya que puede provocar estrés, ansiedad, depresión e incluso hasta el suicidio. Según la Organización Mundial de la Salud, alrededor de una cuarta parte de la población mundial, o alrededor de 450 millones de personas, tiene al menos un trastorno mental.

En el año 2023, la Organización Panamericana de la Salud publicó un informe que brinda orientación a los formuladores de políticas y líderes de la región sobre cómo tomar medidas para garantizar el acceso a los servicios de salud mental. El informe destaca que la salud mental en todo el continente se ha deteriorado debido a la pandemia de COVID-19. Los datos recopilados por la agencia muestran un aumento en el número de casos de depresión, ansiedad y suicidio, que ya habían mostrado un aumento antes del inicio del encarcelamiento. Según información obtenida en el año 2020 por un miembro del Ministerio de la Salud, estudios recientes basados en censos muestran que siete de cada diez peruanos luchan actualmente con problemas de salud mental. Estos estudios muestran que los síntomas de ansiedad son los más comunes en la población. Además,

una investigación preliminar que fue realizada durante la pandemia de coronavirus muestra que alrededor del 70% de los peruanos ha experimentado algún tipo de impacto en su salud mental. Estos estudios también indican un aumento significativo de la ansiedad entre la población. Durante los últimos 8 meses, los niveles de estrés han aumentado en un 70%, lo que ha provocado un aumento significativo de la ansiedad. Estos trastornos de ansiedad provocan estrés emocional y laboral en las personas, así como un aumento de la irritabilidad y una disminución de la tolerancia en las interacciones interpersonales y sociales. El COVID-19 es uno de los factores que agravaron este problema ya que tiene un fuerte impacto en la salud mental de los peruanos. La prevención del suicidio sigue siendo un desafío global, especialmente en el contexto de la pandemia de Covid-19. La necesidad de prevención es una prioridad durante este período, dado el aumento de trastornos como la ansiedad, el estrés y la esquizofrenia durante la pandemia. La pandemia del Covid-19 ha provocado cambios significativos en el comportamiento de las personas respecto al aislamiento domiciliario. Las familias desarrollan gradualmente sentimientos de estrés, ansiedad e irritabilidad, lo que lleva a episodios de agresión y violencia de diversas formas, como violencia física, psicológica, sexual y económica. Ante esta situación, el Centro de Salud Mental Comunitario El Agustino organizó un taller con el tema prevención de la violencia contra la mujer y sus familiares a través del servicio de terapia del lenguaje y del habla.

Justificación

Teórico

Esta investigación se basa en la importancia de expandir el entendimiento científico acerca de cómo se relacionan la ansiedad y el estrés en el ámbito educativo universitario de Perú. Desde una perspectiva teórica, el estudio busca validar empíricamente los enfoques cognitivo-conductuales de Beck (1985) y las propuestas sobre estrés académico de Barraza (2007), enfocándose en estudiantes de la carrera de psicología.

El trabajo aborda un vacío conceptual importante al analizar estas variables durante el Internado III de Psicología, un período formativo esencial que integra exigencias académicas con obligaciones de práctica profesional. Los resultados permitirán comparar los marcos teóricos actuales con evidencia empírica regional, fortaleciendo el desarrollo de estructuras conceptuales más exactas para entender la conexión entre ansiedad y estrés en ambientes de preparación profesional en salud mental.

De igual manera, la investigación enriquece el conocimiento teórico nacional al ofrecer información específica sobre la intensidad de las correlaciones entre estas variables en estudiantes universitarios peruanos, sumándose a estudios previos desarrollados en otras regiones latinoamericanas como Colombia (Castañeda et al., 2019), México (Clemente et al., 2021) y Ecuador (Izurieta et al., 2022).

Práctica

La importancia práctica de este estudio reside en su capacidad para orientar la creación de

intervenciones psicológicas especializadas para universitarios en fases avanzadas de su formación. Los datos obtenidos ofrecerán respaldo empírico para establecer programas de prevención e intervención temprana en bienestar mental universitario.

Los descubrimientos facilitarán que las universidades desarrollen estrategias de apoyo psicológico más eficaces, permitiendo identificar estudiantes con probabilidad de experimentar dificultades de ansiedad y estrés académico. Esto resulta especialmente importante dado que los estudiantes de Internado III atraviesan una fase de transición fundamental hacia el ejercicio profesional, enfrentando exigencias particulares que necesitan enfoques especializados.

El estudio también brindará datos valiosos para elaborar protocolos de evaluación y detección precoz de dificultades de salud mental en entornos universitarios, mejorando el bienestar estudiantil y, por ende, el rendimiento académico y profesional de los futuros psicólogos.

Adicionalmente, los hallazgos funcionarán como fundamento para crear talleres de control del estrés, métodos de relajación y estrategias de afrontamiento diseñadas específicamente para estudiantes en práctica profesional, mejorando su preparación para el futuro ejercicio profesional.

Metodológico

Desde el aspecto metodológico, esta investigación contribuye a validar herramientas de evaluación psicológica en estudiantes universitarios peruanos. La aplicación combinada del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) y el Inventario de Estrés Académico SISCO-SV21 en estudiantes de psicología ofrece evidencia sobre la adecuación y efectividad de estos instrumentos en el entorno cultural y académico particular.

La investigación proporciona información sobre confiabilidad y validez de estos instrumentos en una muestra uniforme de universitarios, contribuyendo al desarrollo de herramientas de evaluación psicológica adaptadas culturalmente. Los índices de confiabilidad logrados ($\alpha = .921$ para BAI y $\alpha = .905$ para SISCO-SV21) confirman la solidez metodológica del estudio y la utilidad de estos instrumentos para investigaciones futuras.

El enfoque correlacional transversal utilizado, pese a sus limitaciones causales, es adecuado para establecer asociaciones iniciales que pueden guiar futuras investigaciones longitudinales o experimentales. La metodología empleada ofrece un modelo reproducible para estudios similares en otras instituciones educativas y contextos académicos.

Asimismo, el uso del coeficiente de correlación de Spearman, fundamentado por la distribución no normal de los datos, evidencia rigor metodológico y selección apropiada de técnicas estadísticas no paramétricas, enriqueciendo la literatura metodológica sobre análisis de datos en investigación psicológica.

Social

La importancia social de esta investigación se sustenta en la creciente problemática de salud mental en población universitaria, especialmente intensificada durante el período post-pandémico. Según información del Ministerio de Salud (2020), siete de cada diez peruanos manifiestan dificultades de salud mental, siendo la ansiedad el síntoma más frecuente.

El estudio atiende una necesidad social fundamental al concentrarse en futuros profesionales de la salud mental, quienes tendrán la responsabilidad de responder a las necesidades

psicológicas de la población. El bienestar mental de estos estudiantes no solo afecta su bienestar personal y desempeño académico, sino que también determina su capacidad futura para proporcionar servicios psicológicos de calidad a la sociedad.

Los resultados de la investigación favorecerán el desarrollo de políticas institucionales de bienestar estudiantil más eficaces, con impacto directo en la calidad de la formación profesional en psicología. Esto tiene consecuencias sociales extensas, ya que profesionales mejor formados y con mayor estabilidad emocional podrán brindar servicios más competentes a la población que necesita atención psicológica.

La investigación también responde a la necesidad social de producir conocimiento científico local sobre salud mental universitaria, contribuyendo a la elaboración de políticas públicas fundamentadas en evidencia para el sector educativo superior. Los hallazgos pueden orientar programas gubernamentales de salud mental universitaria y estrategias de prevención a nivel institucional.

Por último, el estudio contribuye a reducir el estigma de los problemas de salud mental en contextos académicos, fomentando una cultura de bienestar y autocuidado que puede expandirse a otros sectores de la sociedad mediante los futuros profesionales formados.

Antecedentes

Después de describir la situación problemática y haber establecido los objetivos específicos de la investigación, se procede a presentar los estudios realizados a nivel nacional, local e internacional que abordan la relación entre las variables de estudio.

Internacionales

Castañeda et al. (2019) realizaron una investigación en Colombia con 122 estudiantes de Psicología del octavo semestre, los resultados evidenciaron una asociación estadísticamente significativa, fuerte y positiva entre la ansiedad y el estrés académico ($r = 0.633$, $p < 0.01$). La distribución del nivel de estrés académico fue la siguiente: 22.7% con nivel alto, 46.4% con nivel bajo, 2.7% con nivel medio, 12.7% con nivel medio alto y 15.5% con nivel medio bajo, en cuanto a los niveles de ansiedad, el 74.5% de los estudiantes presentó ansiedad muy baja, el 19.1% ansiedad moderada y el 6.4% ansiedad severa, se concluyó que, a medida que la ansiedad aumenta, también lo hace el estrés académico.

Clemente et al. (2021) desarrollaron una investigación en México con una muestra de 275 estudiantes de la carrera de Enfermería, cuyas edades oscilaban entre los 18 y 28 años, el estudio encontró una relación positiva y significativa de tipo moderado entre el estrés académico y la ansiedad ($r = 0.461$, $p = 0.001$), en relación con la edad, no se hallaron diferencias estadísticamente significativas en los niveles de estrés ($t = 0.947$, $p = 0.750$) ni de ansiedad ($t = 0.572$, $p = 0.567$), no obstante, se evidenció una diferencia significativa entre los niveles de estrés académico ($F = 3.31$, $p = 0.002$) y ansiedad ($F = 2.06$, $p = 0.048$) según el semestre académico, se concluyó que el

incremento del estrés académico conlleva un aumento de los niveles de ansiedad, y que estas variaciones difieren según el semestre cursado.

Izureta, Poveda, Naranjo y Moreno et al. (2022) realizaron un estudio en Ecuador con el objetivo de analizar la relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19, participaron 359 estudiantes, con edades entre 18 y 26 años, para evaluar las variables, se utilizaron el Inventario SISCO de estrés académico y la Escala de Ansiedad Generalizada (GAD-7), los resultados mostraron una correlación moderada y significativa entre la ansiedad y el estrés académico ($\rho = 0.638$; $p < 0.01$), además, se observó una alta prevalencia de ansiedad severa en ambos géneros, con un 34.5% en hombres y un 51.5% en mujeres.

Nacionales

Estrada et al. (2022) realizaron un estudio en Cajamarca con una muestra de 100 estudiantes universitarios del 7.º al 10.º ciclo académico, con el objetivo de analizar la relación entre ansiedad y estrés académico, los resultados revelaron una correlación directa y significativa entre ambas variables ($\rho = 0.492$; $p < 0.001$), asimismo, se observó una correlación significativa entre la dimensión de ansiedad-estado y el estrés académico ($\rho = 0.355$; $p < 0.001$), mientras que no se halló relación significativa con la dimensión de ansiedad-rasgo ($\rho = 0.156$; $p = 0.218$), se concluyó que, a mayor presencia de ansiedad, mayor será el nivel de estrés académico en los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Conde et al. (2020) llevaron a cabo una investigación en Ayacucho con 70 estudiantes

universitarios, encontraron una relación significativa entre ansiedad y estrés académico ($r_s = 0.882$; $p < 0.05$), en la dimensión ansiedad como estado, se observó una correlación significativa ($r_s = 0.811$; $p < 0.05$), al igual que en la dimensión ansiedad como rasgo ($r_s = 0.828$; $p < 0.05$), los autores concluyeron que existe una relación directa y significativa entre ambas variables, de modo que a mayor ansiedad, mayor estrés académico.

Marcatoma et al. (2021) desarrollaron un estudio en Lima con 98 estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Administración, encontraron una relación estadísticamente significativa, positiva y de magnitud media entre ansiedad y estrés académico ($r = 0.304$; $p = 0.002$), además, se evidenció una relación positiva y media entre la dimensión subjetiva de ansiedad y el estrés académico ($r = 0.328$), mientras que la dimensión neurofisiológica mostró una relación positiva pero débil ($r = 0.225$), en cuanto a la dimensión autónoma ($r = 0.322$) y la dimensión pánico ($r = 0.375$), ambas presentaron relaciones positivas y de magnitud media, se concluyó que existe una relación significativa entre ansiedad y estrés académico en los estudiantes evaluados.

Variable 1 Ansiedad

Modelo del Psicoanálisis de Freud: Ansiedad y neurosis

Según Freud, plantea que la neurosis posee un carácter distintivo de origen psicógeno y a lo largo de su vida elaboró hasta tres teorías para explicar la ansiedad. Este autor reformula en su primera teoría la "hipótesis de la transformación", Freud argumenta que la ansiedad surge de la conversión de una energía en otra. Afirma que cuando la energía de la libido no se descarga, se transforma en ansiedad. Además, sostiene que la ansiedad es proporcional a la libido reprimida.

Sin embargo, más tarde reformuló su teoría debido a que no abordaba de manera suficiente el aspecto psicológico de la ansiedad.

En su segunda formulación, Freud propuso que la primera vivencia traumática en la vida de un individuo desempeña un papel primordial en el origen de la ansiedad. El resultado de este enfrentamiento determinará el nivel de ansiedad experimentado por cada individuo. Aquí surge la idea de que la ansiedad es una respuesta frente a una amenaza externa y tiene en cuenta que la ansiedad en la edad adulta es un reflejo de vivencias emocionales negativas durante la niñez.

Finalmente, Freud realizó una última formulación para adaptarla a su teoría estructural del aparato psíquico, dividido en ello, yo y superyó. Llamó a esta hipótesis ansiedad señal y distinguió entre una ansiedad automática que surge cuando una persona se encuentra frente a un peligro grave, experimenta una ansiedad señal que surge cuando el individuo prevé un potencial de amenaza en el futuro y esto funciona como un indicador para mantenerse alerta. A veces, el peligro es un deseo reprimido, por lo que la persona utiliza mecanismos de defensa para regular esos deseos. Según esta nueva concepción, la ansiedad provoca la represión y no al revés, como afirmaba en su hipótesis inicial. Desde esta perspectiva, el abordaje de la ansiedad se enfoca en examinar los conflictos internos que la originan, su significado inconsciente para el individuo y los mecanismos de defensa que ha desarrollado para gestionarla.

Modelos cognitivos conductuales

Teoría de James y Lange sobre el origen psicológico de la ansiedad

Según la teoría de James y Lange, los eventos que provocan respuestas emocionales incitan

una serie de respuestas fisiológicas, como temblores, sudoración y aumento de la frecuencia cardíaca. Estas circunstancias también producen acciones, como el acto de cerrar los puños o tensar la mandíbula, o prepararse para luchar. En este sentido, el cerebro interpreta estas manifestaciones fisiológicas y comportamentales como señales de la emoción, lo que a su vez desencadena la experiencia de ansiedad. Por lo tanto, cuando percibimos que temblamos y nos sentimos incómodos, interpretamos esta respuesta como miedo (Schlatter, 2003).

Esta teoría puede encontrar apoyo en situaciones en las que experimentamos ruborización ante un comentario de otra persona sin haber sentido vergüenza inicialmente. Sin embargo, es objeto de debate si no ha existido un proceso de pensamiento interno que haya dado origen a esa emoción y a las manifestaciones físicas relacionadas. Además, las emociones simuladas también respaldan esta hipótesis. Por ejemplo, cuando una persona simula una emoción, como ocurre en el caso de los actores, esto puede ocasionar alteraciones en las expresiones periféricas y, finalmente, llevar a experimentar genuinamente esa emoción.

Finalmente, el fenómeno de la idea de que las emociones sean contagiosas, como el caso de la risa que surge al presenciar a alguien riendo, puede estar vinculada a ese proceso inverso en el cual lo externo genera emociones internas. Sin embargo, aunque la percepción de las manifestaciones de la reacción fisiológica puede contribuir y mantener la ansiedad, no se puede afirmar que sea la única causa de la misma (Schlatter, 2003).

Teoría de Watson y Ryanair

A principios del siglo XX, Watson y Rayner plantearon la idea de que la ansiedad podría

ser una respuesta emocional aprendida a través del condicionamiento negativo. Basándose en el famoso experimento de Pavlov con perros, en el cual se asoció el sonido de una campanilla con la comida, observaron que el perro comenzaba a segregar jugo gástrico al escuchar la campanilla. Siguiendo estos principios del conductismo, determinados investigadores llegaron a la conclusión de que cuando una persona relaciona un estímulo inicialmente neutral con una experiencia desagradable como la ansiedad, y esta asociación se repite, la persona terminará experimentando ansiedad al encontrarse con dicho estímulo neutral. No obstante, esta teoría no proporciona una explicación para la mayoría de las ansiedades y miedos que las personas experimentan, dado que no siempre existe una asociación de este tipo, o en el caso de que exista, puede tratarse de un evento aislado, como el miedo a los ascensores después de haber quedado atrapado una vez. Según esta teoría, si dicho evento no se repite, el miedo o la ansiedad deberían desvanecerse, pero esto no siempre sucede (Schlatter, 2003).

Teoría de Ohman sobre el procesamiento de la información y la ansiedad

Según este autor, se pueden identificar dos formas de procesar los estímulos: un procesamiento automático que sucede de forma rápida y no específica, y un procesamiento controlado que requiere atención consciente y voluntaria, y es más lento, creativo y específico. Cuando nos enfrentamos a un estímulo significativo, se desencadena un procesamiento automático urgente que resulta en respuestas fisiológicas y conductuales similares. Por otro lado, otros estímulos son analizados de manera consciente y deliberada, siguiendo dos etapas consecutivas: primero analizamos las características del estímulo y luego evaluamos nuestra habilidad para hacer frente a la situación. En esta segunda evaluación, podemos basarnos en nuestras propias

experiencias o en las de otros, así como en los enfoques que hemos empleado anteriormente para afrontar situaciones similares. Como consecuencia de estas dos evaluaciones, la persona selecciona una respuesta. En casos de ansiedad más persistentes, es posible que el procesamiento automático pueda ser controlado (Schlatter, 2003).

Definición conceptual ansiedad

Según la definición del diccionario de términos médicos de la Real Academia Nacional de Medicina, describe a la ansiedad como una sensación desagradable de estar en peligro sin poder identificar claramente la amenaza, y se caracteriza por la presencia de percepciones físicas de tensión generalizada, sobresalto y el impulso de encontrar una solución para enfrentar el peligro. Randomme (2018) afirma en otras palabras, la ansiedad es un estado emocional caracterizado por una conmoción nerviosa que puede manifestarse de diferentes formas y con diferentes niveles de intensidad. A diferencia de la angustia, que surge de manera repentina y provoca una incapacidad momentánea tanto física como mental, la ansiedad es compatible con la vida diaria, debido a la implicación de preocupaciones difusas pero constantes. El padecer de ansiedad, no supone problemas de salud significativos siempre y cuando sea a un nivel moderado. Sin embargo, si no se toman medidas para conllevar la situación y manejar las emociones negativistas de pesimismo y preocupaciones constantes, puede desencadenar a una ansiedad generalizada.

Según Beck (1985) refiere que la ansiedad es el estado de sentimiento desagradable provocado cuando se estimula el miedo.

Según Schlatter (2003) menciona que la ansiedad es una experiencia personal que

experimentamos cuando nos encontramos frente a situaciones que percibimos como amenazantes o arriesgadas, ya sea debido a su novedad, imprevisibilidad o la intensidad del estímulo. Según el autor, se hace una distinción entre dos formas de ansiedad: la ansiedad psíquica y la ansiedad somática.

La ansiedad psíquica se centra principalmente en la preocupación, la obsesión, el miedo, la necesidad de buscar ayuda y la percepción de pérdida de control, entre otros aspectos. Este tipo de ansiedad aminora la concentración, lo que entorpece el proceso de aprendizaje. También tergiversa las percepciones y reduce la memoria, especialmente afectando la capacidad de retener nueva información. Además, altera la capacidad de agrupar o relacionar conceptos.

Definición conceptual de las dimensiones

Según Baeza y Balaguer (2008), se sostiene que los síntomas de la ansiedad presentan una amplia gama de manifestaciones.

Síntomas cognitivos

Según Bolaños (2018) se identifican como síntomas cognitivos de la ansiedad las dificultades en la atención, la concentración y la memoria, el aumento de descuidos, la presencia de pensamientos poco apropiados, como distorsiones, el aumento de dudas y confusiones, la tendencia a recordar principalmente eventos desagradables, la sobrevaloración de limitados detalles desfavorables, el uso excesivo de la prevención y la sospecha, las interpretaciones inadecuadas y la susceptibilidad.

Síntomas físicos

Según Bolaños (2018) Se identifican como síntomas físicos de la ansiedad la taquicardia, las palpitaciones, la sensación de opresión en el pecho, los problemas para respirar, los temblores, la sudoración, las molestias digestivas, las náuseas, los vómitos, la sensación de opresión en el estómago, la rigidez o tensión en la musculatura, el agotamiento, el hormigueo, la sensación de mareos e inestabilidad. En casos más severos, pueden presentarse alteraciones en el sueño, la alimentación y la respuesta sexual.

Variable 2 Estrés

El Síndrome de irritación de Reilly

En 1934, Reilly observó una respuesta no específica del organismo en animales al administrar una dosis de endotoxina en el nervio esplácnico. Es notable que, sin importar el tipo de animal o las condiciones utilizadas, se observó una patología general no específica y hallazgos histológicos similares (Scanff, y Bertsch, 2022).

El Síndrome general de adaptación de Selye

La experiencia originaria

En 1934, Reilly observó que, al inyectar una dosis típica de endotoxina en el nervio esplácnico de animales, se producía una reacción no específica en el organismo. Lo interesante es que, independientemente del tipo de animal o las condiciones utilizadas, se encontró una patología general no específica y hallazgos histológicos similares.

Posteriormente, Selye realizó experimentos con ratas en 1935, utilizando extractos ováricos

y placentarios para estudiar las hormonas sexuales. Observó que la inyección de estos extractos producía una serie de modificaciones consistentes en las ratas, tales como la hipertrofia de las glándulas suprarrenales, atrofia del timo, el bazo y los ganglios linfáticos, disminución de linfocitos en sangre y desaparición de los eosinófilos, así como úlceras gástricas y duodenales. Selye notó que este síndrome se presentaba en cada experimento, independientemente del agente agresor utilizado.

A partir de estos hallazgos, Selye acuñó el término síndrome general de adaptación (SGA) para describir el conjunto de respuestas del organismo ante un agente agresivo. Identificó que estas respuestas eran constantes y estereotipadas, independientemente del agente agresor, y estaban dominadas por la hiperactividad de las glándulas suprarrenales. Según Selye, el SGA representa la totalidad de las reacciones de defensa del organismo que son consistentes en cada individuo y reflejan su capacidad de adaptación.

El SGA evoluciona a través de tres fases: la fase de alarma, que es aguda y dramática, y si es insuficiente, puede llevar a la muerte; la fase de adaptación o resistencia, en la que se produce una recarga de los mecanismos de defensa utilizados en la fase de alarma; y la fase de agotamiento o descompensación, en la cual los mecanismos de defensa comienzan a fallar (Scanff, y Bertsch, 2022).

Desarrollo

Según la concepción de Selye, el síndrome general de adaptación (SGA) se encuentra en el nivel del sistema nervioso autónomo y la secreción hormonal suprarrenal. Las hormonas

liberadas en respuesta al estrés se consideran beneficiosas para el organismo y le permiten defenderse contra cualquier tipo de agresión. Selye estableció que el estrés es la respuesta del organismo ante cualquier demanda que se le presente. Para Selye, el estrés en sí mismo no tiene un potencial material, sino que su realidad es determinada por el individuo. Las enfermedades somáticas, psíquicas y sociológicas no se deben esencialmente al agente desencadenante, los gérmenes o la situación social, sino a la reacción frente a ellos. Según Selye, el estrés se amplió desde una perspectiva estrictamente biológica en los primeros años hasta una concepción más general, incluso psicológica, en la década de 1980 (Scanff, y Bertsch, 2022).

Definición conceptual variable 2 Estrés

Al buscar una definición de estrés, se recurrió a una amplia variedad de libros, incluyendo el trabajo de diferentes autores.

Orlandini (1996) menciona que el término estrés se utiliza para referirse al agente, estímulo o factor que provoca dicho estado. También se utiliza para describir la respuesta biológica ante el estímulo, así como la respuesta psicológica frente al estresor

De acuerdo con Redolar (2015), la respuesta de estrés puede ser desencadenada no solo por una lesión física o psicológica en sí misma, sino también por la expectativa de dicha lesión. Esta respuesta de estrés puede tener un impacto tanto en el rendimiento de la persona como en su estado general de salud (Redolar, 2015).

El estrés es un fenómeno natural y frecuente que surge como respuesta a un evento o situación. Es una reacción fisiológica que nos permite hacer frente a desafíos o amenazas. Sin

embargo, en las sociedades modernas, caracterizadas por un ritmo acelerado y una actividad constante, el estrés se ha vuelto cada vez más prevalente y puede tener consecuencias negativas. Mientras que el estrés ocasional y estacional puede ser beneficioso y ayudarnos, el estrés crónico y persistente puede ser perjudicial para nuestra salud mental y física (Ramdomme, 2018).

Según Selye, el concepto de estrés tiene una connotación principalmente fisiológica y se considera de manera general. Sin embargo, en medicina, especialmente en psiquiatría y psicología, se le atribuye un significado más específico, refiriéndose a los efectos a corto o largo plazo de los agentes psicosociales que desencadenan síntomas neurovegetativos y endocrinos, vinculados a una desregulación psicoafectiva (Scanff, y Bertsch, 2002).

Definición conceptual de las dimensiones

Estresores

Según Castillo y Barraza (2020), los estresores desempeñan un papel importante en el modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico sostiene que los factores estresantes más frecuentes pueden ser categorizados como eventos vitales o estresores significativos, debido a que su existencia es objetiva y su efecto siempre es negativo. La cualidad de estos estresores se relaciona con el grado de imprevisibilidad y falta de control que presentan (por ejemplo, ser perseguido por un animal salvaje pone en peligro la vida de una persona). Además, dentro de este modelo, también se consideran otros tipos de estresores denominados estresores menores. Según Barraza los estresores se definen como eventos o prácticas que no tienen intrínsecamente el carácter de ser estímulos estresantes, sino que son valorados y percibidos como tales por la

persona. (Barraza, 2007)

Síntomas del estrés

Según Castillo y Barraza (2018), la exposición crónica al estrés puede generar un desequilibrio en el sistema, manifestándose a través de una serie de reacciones que pueden considerarse como indicadores o síntomas del estrés. Estos síntomas son considerados de gran importancia para comprender el impacto del estrés

Barraza (2007) llevó a cabo una detallada descripción que abarcó el panorama actual del estrés académico, centrándose especialmente en los síntomas de estrés más comunes entre los estudiantes. Estos síntomas, que incluyen manifestaciones físicas, psicológicas y conductuales, fueron previamente clasificados y definidos por Rossi (2002). El estudio proporciona una visión completa de los síntomas que suelen experimentar los alumnos en situaciones de estrés académico, permitiendo así una comprensión más precisa de sus impactos y consecuencias (Barraza, 2007).

Síntomas físicos

Entre los indicadores físicos del estrés se encuentran las reacciones corporales que suelen manifestarse en respuesta a los factores estresantes habituales. Estos síntomas pueden variar en cada persona en cuanto a su intensidad y variedad. Algunos de estos síntomas físicos incluyen trastornos del sueño como insomnio o pesadillas, palpitaciones cardíacas, sensación de opresión en el pecho, dificultad para tragar o respirar, tensión muscular, problemas digestivos como indigestión, diarrea o estreñimiento, fatiga crónica o cansancio persistente, hiperventilación (respiración rápida), falta de aire o sensación de sofocación. Estos síntomas físicos pueden

manifestarse de forma distinta en cada individuo, presentándose en diferentes cantidades y variedades (Barraza, 2007).

Síntomas psicológicos

Los síntomas psicológicos se refieren a las manifestaciones relacionadas con las funciones cognitivas o emocionales de una persona frente a situaciones de estrés. Estos síntomas pueden incluir la disminución de la memoria, sentimientos de temor, miedo o pánico, inquietud y nerviosismo, preocupación excesiva, angustia, pensamientos catastróficos (expectativa de que todo saldrá mal), dificultad para concentrarse, lentitud en el pensamiento, sensación de inseguridad, crisis de angustia o ansiedad, irritabilidad, enojo o ira constantes o descontrolados, pensamientos desorientados, y sensación de tener la mente en blanco o bloqueo mental. Estos síntomas psicológicos pueden variar en intensidad y presentarse de manera diferente en cada individuo afectado por el estrés (Barraza, 2007).

Síntomas comportamentales

Los síntomas comportamentales son aquellos que se relacionan con la conducta de una persona y representan los cambios observables en su comportamiento como respuesta a situaciones estresantes. Estos síntomas pueden manifestarse como deseos de gritar, golpear o insultar, exhibir agresividad, experimentar cambios constantes en el estado de ánimo, mostrar conductas alimentarias desordenadas como comer en exceso o dejar de hacerlo, aumentar el consumo de bebidas alcohólicas, fumar con mayor frecuencia, tener tendencia a moverse de un lado a otro sin razón aparente, retirarse o aislarse de los demás, y mostrar apatía en la forma de vestir o arreglarse.

Estos cambios en el comportamiento pueden ser observados en individuos que enfrentan situaciones estresantes y pueden variar en intensidad y presentación en cada persona afectada (Barraza, 2007).

Estrategias de afrontamiento

Según lo mencionado por Barraza en 2018, las estrategias de afrontamiento se han reconocido como una variable independiente que se utiliza para hacer frente al estrés y reducir o eliminar su impacto (Barraza, 2007).

Según lo mencionado por Barraza (2018), sostiene que Lazarus consideraba efectivo un mecanismo de afrontamiento que aumenta la probabilidad de obtener un resultado adaptativo. Es posible que la correlación positiva entre la presencia del afrontamiento, los estresores y los síntomas se deba a que su uso más frecuente ayuda a hacer frente al estrés. En este sentido, Lazarus y Folkman en 1984 reconocen que el afrontamiento puede conducir a minimizar, evitar, tolerar y aceptar las condiciones estresantes (Barraza, 2007).

Según lo señalado por Barraza en su trabajo sobre el Inventario Sistemático Cognoscitivo, otros autores sostienen que la efectividad de una estrategia de afrontamiento no se encuentra intrínsecamente ligada a la misma. Por lo tanto, los pensamientos y acciones que componen el afrontamiento deben ser evaluados de manera independiente al éxito de sus resultados (Ramírez, 2002). Esto implica que el análisis del afrontamiento debe considerar tanto los procesos cognitivos como las acciones realizadas, sin enfocarse exclusivamente en el resultado final de la estrategia (Barraza, 2007).

1.2. Formulación del problema

Pregunta general

- ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y estrés en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023?

Pregunta específica

- ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y la dimensión estresores en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023?
- ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y la dimensión síntomas en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023?
- ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y la dimensión estrategias de afrontamiento de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023?

1.3. Objetivos

Objetivo general

- Determinar la relación de la ansiedad y el estrés en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023

Objetivos específicos

- Determinar la relación entre la ansiedad y la dimensión estresores en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023.
- Determinar la relación entre la ansiedad y la dimensión, síntomas en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023.

- Determinar la relación entre la ansiedad y la dimensión estrategias de afrontamiento en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023.

1.4. Hipótesis

Hipótesis general

- Existe relación entre la ansiedad y el estrés en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023

Hipótesis específica

- Existe relación entre la ansiedad y la dimensión estresores en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023.
- Existe relación entre la ansiedad y la dimensión síntomas en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023.
- Existe relación entre la ansiedad y la dimensión estrategias de afrontamiento en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

Este estudio adoptó un enfoque de investigación cuantitativo, según Hernández, et al. (2018) representa un conjunto de procesos organizado de manera secuencial para comprobar ciertas suposiciones, cada fase precede a la siguiente y no se pueden eludir pasos, el orden es riguroso. Entonces según lo investigado por Hernández, et al. (2018) podemos afirmar que la siguiente investigación es de enfoque cuantitativo, buscando la mayor objetividad posible pretendiendo describir, explicar y predecir los fenómenos investigados.

Así mismo el nivel de investigación fue correlacional, buscando determinar la relación o grado de asociación que existe entre las variables de ansiedad y estrés en un contexto particular. Conforme a Hernández, et al. (2018) menciona que una investigación de nivel correlacional es aquella que tiene como finalidad especificar propiedades y características de fenómenos, variables o hechos conociendo la relación o grado de asociación que existe entre dos o más variables en un contexto particular.

El diseño de la investigación fue no experimental ya que no hubo manipulación intencional de variables ni asignación al azar. Hernández et al. (2018) narra que la investigación no experimental es sistemática y empírica en la que las variables independientes no se manipulan por que ya han sucedido, son estudios que se realizan sin la manipulación deliberada de variables y en los que solo se observan los fenómenos en su ambiente natural para analizarlos.

Según Hernández et al. (2018), la población de estudio estuvo constituida por 109 estudiantes de educación superior (85 del sexo femenino y 24 del sexo masculino), cuyo rango

etario se situó entre los 20 y 35 años. Estos participantes se encontraban inscritos en la asignatura de Internado III correspondiente a la carrera profesional de Psicología en una institución universitaria privada localizada en el distrito de Breña, durante el período académico 2023.

De acuerdo con Velasco et al. (2017), para la conformación de la muestra se empleó un procedimiento de muestreo no probabilístico de tipo intencional, mediante el cual se seleccionaron aquellos sujetos que satisfacían determinados criterios de elegibilidad previamente establecidos.

Criterios de Inclusión

- Condición de estudiante regular en el programa académico de Psicología
- Matriculación vigente en el ciclo académico correspondiente al Internado III
- Participación presencial en las actividades formativas y prácticas clínicas del programa de internado

Criterios de Exclusión

- Participantes que se encontraran recibiendo intervención psicológica especializada para el manejo de sintomatología ansiosa o estrés durante el período de evaluación.
- Sujetos que no completaron de manera íntegra la batería de instrumentos de medición aplicados.

La implementación de estos criterios de selección obedece a la necesidad metodológica de configurar una muestra con características homogéneas, donde todos los participantes se encuentren sometidos a condiciones académicas y clínicas equivalentes propias del Internado III. Esta uniformidad en las condiciones de exposición facilita una valoración más rigurosa y confiable

de las variables de interés, específicamente la relación existente entre los niveles de ansiedad y estrés en el contexto formativo del internado profesional.

En este sentido, la muestra estuvo conformada por los 109 estudiantes que cumplían con los criterios establecidos. Tal como lo señalan Hernández et al. (2018), una muestra es un subgrupo de la población que representa a esta y sobre el cual se recolectan los datos. Por ello, los criterios de selección tomaron en cuenta el grado académico (Internado III) y el tipo de institución (universidad privada), excluyendo a estudiantes de universidades nacionales o institutos, y a quienes no cursaban dicho ciclo académico.

La técnica utilizada fue la encuesta. Conforme con Hernández, et al. (2006), la encuesta es una técnica de investigación que se utiliza para recopilar información o datos de una muestra representativa de individuos o grupos sobre sus opiniones, creencias, experiencias, comportamientos u otras características específicas.

Los instrumentos para la recolección de datos fueron “El Inventario de Ansiedad de Beck y el Inventario de Estrés de Aprendizaje de Sisco”. Ambas herramientas fueron previamente evaluadas para validez estadística y confiabilidad utilizando muestras de población. Los instrumentos SISCO SV-21 e Inventario de Ansiedad de Beck-BAI fueron sometidos a validación por juicio de expertos, contando con la participación de tres especialistas: Mg. Diego Enrique Almandoz Vargas, Dr. Joan Carlos Espinoza Sotelo y Mg. Diana Cecilia Zapata Espinoza, todos profesionales con experiencia en el área de la salud y psicología. Los validadores evaluaron la pertinencia, relevancia y claridad de los ítems de ambos instrumentos, confirmando que cumplen con los criterios de validez de contenido necesarios para medir adecuadamente las variables de

estudio en la población objetivo de la investigación. La recolección de datos se realizó mediante los dos cuestionarios mencionados anteriormente:

a) Inventario de Ansiedad de Beck y el Inventario de Estrés Académico de Sisco, Inventario de Ansiedad de Beck (Beck & Steer, 1988), se utilizó el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) basado en criterios clínicos y de diagnóstico para los trastornos de ansiedad DSM-III y DSM-IV. El BAI consiste en una lista de medidas agrupadas en tres dimensiones: AS1 (síntomas somáticos), AS2 (emocional) y AS3 (cognitiva), que juntas forman una medida común de ansiedad. La herramienta incluye 21 elementos y se utiliza el formato de respuesta Likert para guardar las respuestas.

Ficha técnica:

Nombre: Beck Anxiety Inventory – BAI

Lugar de procedencia: Estados Unidos

Lugar de validación: Perú

Autores originales: Beck y Steer

Autores adaptación: Galindo et al.

Año: 1993

Adaptación: 2005

Administración: Individual y colectiva

Ámbito de aplicación: Adolescentes y adultos

Formato de aplicación: Tipo likert

Duración: 15 minutos aproximadamente

Ítems: 21 ítems

Finalidad: Estimar la frecuencia de los síntomas de ansiedad

Material: Lápiz, borrador, hoja de aplicación, cuestionario de respuestas, y manual.

En el estudio de Anticono y Maldonado (2017) se evaluó la validez y confiabilidad del Inventario de Ansiedad de Beck mediante análisis factorial. Usando estadísticos de 3 factores ($KMO = 0.970$; $X^2 = 6479,253$; $gl = 210$; $p = 0.000$) se confirmó el modelo propuesto por el autor, explicando el 64% de la varianza. Esto demuestra que el inventario utilizado en el estudio es válido y confiable para medir la ansiedad según el modelo propuesto por Beck.

En cuanto a la confiabilidad del Inventario de Ansiedad de Beck, la evidencia se obtuvo mediante un método internamente consistente utilizando el alfa de Cronbach. El valor obtenido es de 0,898, lo que indica una fiabilidad aceptable del dispositivo. Esto significa que las preguntas del inventario se caracterizan por una alta consistencia interna y permiten una medición confiable de la estructura evaluada.

b) **Inventario de Estrés Académico SISCO:** La Lista de Estrés Académico SISCO SV de Barraza fue adaptada por Alanya, Lankari, Rafaele y Ortega (2020). En esta adaptación, se agregaron dos entradas adicionales (46. 47. Navegar por Internet y jugar videojuegos para medir

estrategias de supervivencia. El inventario incluye 45 ítems divididos en tres aspectos: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. El aspecto de estrategia de afrontamiento tiene un total de 23 ítems. Las respuestas se registraron en una escala Likert.

Ficha técnica:

Nombre: Inventario de estrés académico SISCO SV21

Autor: Arturo Barraza Macías

Lugar de procedencia: México

Lugar de validación: Perú

Año original: 2018

Año adaptación: 2019

Adaptación: Alania, Llancari, Rafaele, & Ortega (2020)

Administración: Individual y colectiva

Ámbito de aplicación: Secundaria

Formato de aplicación: Tipo likert

Duración: Sin tiempo límite, 20 a 25 minutos aproximadamente

Ítems: 21 ítems

Finalidad: Evalúa las reacciones psicológicas, comportamentales relacionadas con el estrés académico.

Material: Lápiz, borrador, hoja de aplicación, cuestionario de respuestas, y manual.

Validez y confiabilidad del Inventario de estrés académico SISCO SV - 21

Un estudio de Alania, Llankari, Rafaele y Ortega (2020) determinó la validez del Inventario de Estrés Académico SISCO SV - 21. Se encontró que el inventario es válido en general, lo que indica que las dimensiones y los factores de la herramienta son intrínsecos a la construcción teórica del estrés del aprendizaje. Además, también se cree que la lista tiene cierto valor intrínseco, lo que indica que los ítems del instrumento reflejan diferentes aspectos de la presión académica que pretende medir. Estos resultados confirman la confiabilidad y utilidad del Cuestionario de Estrés Académico SISCO SV21 como una herramienta confiable para evaluar el estrés académico en el contexto específico en el que se utiliza en la investigación. En el estudio, la validez de todo el contenido se evaluó mediante la escala de consentimiento V de Aiken. Los resultados muestran una métrica por encima de 0,75, lo que muestra una gran relevancia para el contenido general. Este resultado muestra que las medidas utilizadas en la investigación reflejan de manera precisa y completa el contenido teórico o conceptual que se pretende evaluar. En otras palabras, las herramientas utilizadas en el estudio fueron bastante adecuadas para medir la ansiedad y el estrés en los estudiantes.

La herramienta utilizada en el estudio tiene alta confiabilidad y es consistente con el coeficiente alfa de Cronbach obtenido. El parámetro Factores de estrés obtiene un coeficiente de

0,9248, el parámetro Síntomas obtiene un coeficiente de 0,9518 y el parámetro Estrategia de supervivencia obtiene un coeficiente de 0,8837. Estos valores indican la excelente fiabilidad del dispositivo en cada una de estas mediciones. Además, durante la prueba piloto con 30 personas se obtuvo un coeficiente alfa de Cronbach de 0,897, lo que indica que todo el instrumento tiene una confiabilidad aceptable. Por lo tanto, esta herramienta demostró ser consistente y confiable en la medición de las variables de interés en el estudio.

Para la recolección de datos, se coordinó previamente con los docentes de las aulas correspondientes al Internado III con el fin de disponer de aproximadamente 15 minutos durante sus clases para aplicar los instrumentos de medición de manera presencial. Asimismo, se solicitó el consentimiento de los estudiantes para utilizar sus respuestas de forma anónima y con fines académicos, la aplicación de los test se llevó a cabo de forma virtual, y durante el proceso, se atendieron y resolvieron oportunamente las dudas que surgieron por parte de los participantes. Finalmente, se procedió a la calificación detallada de cada ítem con el objetivo de verificar la validez de las respuestas, al no encontrarse reactivos inválidos, se realizó el traspaso de los datos estadísticos a una hoja de cálculo en Excel para obtener la puntuación total de cada ítem.

En el análisis de los datos de la investigación, se llevó a cabo un estudio detallado de las respuestas de los estudiantes de una universidad privada del distrito de Breña, considerando tanto hombres como mujeres. Se analizaron los cuestionarios utilizados para evaluar las respuestas y se realizó un análisis diferencial por género.

Posteriormente, se validó la confiabilidad de los instrumentos mediante el coeficiente alfa de Cronbach utilizando el software estadístico IBM SPSS 25. Este análisis permitió determinar la

consistencia interna de los cuestionarios y la confiabilidad de las mediciones realizadas.

Para el análisis de los datos, se realizó una prueba de normalidad utilizando la estadística de Kolmogorov-Smirnov. Esta prueba nos ayudó a determinar si los datos seguían una distribución normal y, en función de eso, aplicamos los estadísticos de correlación adecuados.

Los resultados obtenidos de la prueba de Kolmogorov-Smirnov revelaron un panorama mixto respecto a la distribución de las variables:

La variable Ansiedad mostró una distribución significativamente diferente a la normal ($p = .000 < .05$), indicando que no cumple con el supuesto de normalidad. En contraste, la dimensión Estresores presentó una distribución normal ($p = .08 > .05$), al igual que la dimensión Síntomas ($p = .17 > .05$) y la dimensión Estrategias de afrontamiento ($p = .18 > .05$). Finalmente, la variable Estrés en su puntuación total también mostró una distribución normal ($p = .18 > .05$).

Dado que la variable principal Ansiedad no presentó una distribución normal, y considerando que al menos una de las variables centrales del estudio violó el supuesto de normalidad, se tomó la decisión metodológica de emplear técnicas de estadística no paramétrica correlacional Rho de Spearman. Esta técnica nos permitió investigar la correlación entre las dos variables sin hacer suposiciones sobre la distribución de datos, garantizando la validez de los resultados obtenidos.

En cuanto el análisis descriptivo de las variables y dimensiones se realizó mediante el cálculo de estadísticas de tendencia central, incluyendo la media aritmética y la mediana, complementadas con medidas de dispersión como la desviación estándar. Estas estadísticas

proporcionaron información detallada sobre las características distributivas de los datos y su variabilidad, permitiendo una comprensión integral del comportamiento de las variables estudiadas.

El presente estudio cumplió con las regulaciones del Código de Ética del Investigador Científico de la UPN (2023), con el objetivo de proteger la integridad de los participantes, garantizar la confidencialidad de los datos recolectados y respetar los derechos de autor y la propiedad intelectual.

Además, durante la investigación, se tuvieron en cuenta las pautas éticas establecidas en el Código de Ética del Colegio de Psicólogos del Perú (2018). Según el artículo 40 de dicho código, se reconoce la responsabilidad del autor de informar al candidato sobre todos los aspectos relevantes del estudio que puedan influir en su decisión, además de aclarar cualquier duda o consulta adicional que pueda surgir. Se enfatiza la importancia del consentimiento informado como parte integral del proceso de recopilación de datos.

Por último, la investigación se llevó a cabo siguiendo los principios bioéticos de la American Psychological Association (APA, 2019). Esto incluyó el respeto al principio de autonomía, que implica el uso adecuado de la propiedad intelectual sin manipular datos ni proporcionar información falsa, así como la citación y referencia adecuada en el formato APA.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

Previo al análisis de correlación, se realizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra con el fin de evaluar la normalidad de los datos, los resultados se presentan en la Tabla 1, se observó que la variable ansiedad obtuvo un valor de significancia de $p = .000$, el cual es menor a $.05$, lo que indica que no se distribuye normalmente, si bien algunas de las otras variables, como la dimensión de estresores ($p = .08$), dimensión síntomas ($p = .17$), dimensión estrategias de afrontamiento ($p = .18$) y estrés ($p = .18$), presentan valores de p superiores a $.05$, la falta de normalidad en al menos una de las variables clave justifica el uso de pruebas no paramétricas.

Por consiguiente, se decidió emplear el coeficiente de correlación de Spearman para examinar la relación entre las variables del estudio, dado que esta prueba no asume normalidad en la distribución de los datos y resulta adecuada para muestras de tipo ordinal o intervalar no paramétrica.

Tabla 1. *Resultados de la correlación entre ansiedad y estrés.*

			Estrés
		Coeficiente de correlación	.266**
Rho de Spearman	Ansiedad	Sig. (bilateral)	.002
		N	109

De acuerdo con los resultados presentados en la Tabla 2, se encontró una correlación positiva entre los niveles de ansiedad y estrés, con un coeficiente de Spearman de $\rho = .266$ y un

valor de significancia bilateral de $p = .002$. Dado que $p < .05$, la correlación es estadísticamente significativa, esto sugiere que existe una relación directa de baja a moderada entre ambas variables: a medida que aumentan los niveles de ansiedad, también tienden a incrementarse los niveles de estrés, por lo tanto, se puede afirmar que existe evidencia empírica de una asociación significativa entre la ansiedad y el estrés en la muestra evaluada ($N = 109$).

Tabla 2. *Resultados de la correlación entre ansiedad y la dimensión de estresores.*

			Dimensión estresores
Rho de Spearman	Ansiedad	Coefficiente de correlación	.271**
		Sig. (bilateral)	.005
		N	109

Como se muestra en la Tabla 3, se identificó una correlación positiva entre la ansiedad y la dimensión de estresores, con un coeficiente de Spearman de $\rho = .271$ y un valor de significancia bilateral de $p = .005$, dado que $p < .05$, la correlación es estadísticamente significativa, aunque la magnitud de la asociación es baja, estos resultados sugieren que, a mayor presencia de estresores, los niveles de ansiedad también tienden a incrementarse, en consecuencia, se evidencia una relación directa, débil pero significativa, entre ambas variables en la muestra evaluada ($N = 109$).

Tabla 3. *Resultados de la correlación entre ansiedad y dimensión síntomas.*

			Dimensión síntomas
		Coeficiente de	.263**
Rho de	Ansieda	correlación	
Spearman	d	Sig. (bilateral)	.006
		N	109

Según los resultados presentados en la Tabla 4, se encontró una correlación positiva entre la ansiedad y la dimensión síntomas, con un coeficiente de Spearman de $\rho = .263$ y un valor de significancia bilateral de $p = .006$, dado que $p < .05$, esta correlación es estadísticamente significativa, aunque la magnitud de la asociación es baja, los resultados indican que a mayores niveles de ansiedad, también tienden a incrementarse los síntomas relacionados con el estrés, por tanto, se evidencia una relación directa, débil pero significativa, que resulta relevante para el análisis del vínculo entre ansiedad y estrés en la población evaluada ($N = 109$).

Tabla 4. *Resultados de la correlación entre ansiedad y dimensión de estrategias de afrontamiento.*

		Dimensión estrategias de afrontamiento	
		Coefficiente de correlación	.267**
Rho de Spearman	Ansieda d	Sig. (bilateral)	.005
		N	109

De acuerdo con los resultados presentados en la Tabla 5, se identificó una correlación positiva entre la ansiedad y la dimensión de estrategias de afrontamiento, con un coeficiente de Spearman de $\rho = .267$ y un valor de significancia bilateral de $p = .005$, como $p < .05$, esta correlación es estadísticamente significativa, aunque su magnitud es baja, los resultados sugieren que existe una asociación directa entre ambas variables, lo cual indica que los niveles de ansiedad tienden a relacionarse con el uso de determinadas estrategias de afrontamiento, esta relación, aunque débil, es relevante para comprender cómo los individuos enfrentan el estrés en función de sus niveles de ansiedad ($N = 109$).

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El objetivo general de la presente investigación fue determinar la relación entre la ansiedad y el estrés en los estudiantes de Internado III de Psicología de una universidad privada. Los resultados evidenciaron una relación positiva, de magnitud baja pero estadísticamente significativa entre ambas variables ($\rho = .266$; $p = .002$), lo que sugiere que a mayor nivel de ansiedad también se incrementa el nivel de estrés en los estudiantes. Estos hallazgos se fundamentan teóricamente en el modelo transaccional del estrés propuesto por Lazarus y Folkman (1984), que conceptualiza el estrés como el resultado de la evaluación cognitiva que realiza el individuo sobre las demandas del entorno y sus recursos para afrontarlas. Desde esta perspectiva, la ansiedad actuaría como un mediador cognitivo-emocional que influye tanto en la percepción de las demandas académicas como en la evaluación de los recursos personales disponibles. La teoría cognitiva de la ansiedad de Clark y Beck (2010) complementa esta comprensión al establecer que los sesgos cognitivos característicos de la ansiedad, como la catastrofización, sobrestimación de amenazas y subestimación de recursos, pueden intensificar la percepción de estrés en contextos académicos demandantes.

La magnitud baja de la correlación encontrada ($\rho = .266$) sugiere que, aunque existe una relación significativa entre ansiedad y estrés, otros factores no contemplados en este estudio podrían estar mediando esta relación. Según el modelo multidimensional de estrés académico de Barraza (2006), variables como el apoyo social, las estrategias de afrontamiento previas, la autoeficacia académica y los recursos institucionales pueden modular la intensidad de esta relación, lo que explicaría por qué la correlación no alcanza magnitudes superiores. Esta

comprensión teórica es fundamental para interpretar los hallazgos en el contexto específico del Internado III de Psicología, donde confluyen demandas académicas tradicionales con las particularidades de la formación clínica práctica.

Los resultados del presente estudio muestran coherencia direccional con investigaciones previas, aunque presentan variaciones importantes en la magnitud de las correlaciones reportadas. Esta variabilidad requiere un análisis crítico que considere múltiples factores explicativos relacionados con las características de las muestras, los contextos de investigación y las particularidades metodológicas de cada estudio. En el ámbito peruano, la investigación de Estrada et al. (2022) en Cajamarca reportó una correlación superior ($\rho = 0.492$; $p < 0.001$) en estudiantes del 7° al 10° ciclo académico. La diferencia con nuestros hallazgos ($\rho = .266$) puede explicarse por la heterogeneidad de la muestra de Estrada et al., que incluyó estudiantes de diferentes ciclos y carreras, mientras que el presente estudio se focalizó específicamente en estudiantes de Internado III de Psicología. Esta especificidad poblacional podría generar un efecto de homogeneización que atenúe las correlaciones, ya que todos los participantes enfrentan demandas académicas similares y se encuentran en la misma etapa formativa.

El hallazgo dimensional de Estrada et al. resulta particularmente relevante para comprender la naturaleza de la ansiedad en contextos académicos: la correlación significativa entre ansiedad-estado y estrés académico ($\rho = 0.355$; $p < 0.001$) versus la ausencia de relación con ansiedad-rasgo ($\rho = 0.156$; $p = 0.218$) sugiere que los aspectos situacionales de la ansiedad tienen mayor impacto en el estrés académico que los componentes disposicionales. Este hallazgo tiene implicaciones importantes para comprender la naturaleza contextual de la ansiedad en el Internado

III, donde las demandas específicas de la práctica clínica podrían activar principalmente respuestas de ansiedad situacional relacionadas con la responsabilidad clínica directa, la evaluación del desempeño en tiempo real y la transición de la teoría a la práctica.

Por el contrario, Conde et al. (2020) en Ayacucho reportaron una de las correlaciones más robustas en la literatura nacional ($r_s = 0.882$; $p < 0.05$). Esta discrepancia sustancial puede atribuirse a diferencias metodológicas significativas: el tamaño de muestra reducido ($n=70$) podría haber amplificado la correlación, mientras que el contexto sociocultural específico de Ayacucho, caracterizado por menores recursos institucionales y mayor vulnerabilidad socioeconómica estudiantil, podría intensificar la percepción de estrés y ansiedad académica. Además, las diferencias en los instrumentos de medición utilizados y las características demográficas de las muestras pueden contribuir a esta variabilidad en los resultados.

La investigación de Marcatoma et al. (2021) en Lima, con estudiantes del quinto ciclo de Administración, encontró una correlación similar a la del presente estudio ($r = 0.304$; $p = 0.002$). Esta similitud en la magnitud, a pesar de las diferencias disciplinarias, sugiere que factores como el contexto urbano limeño, el nivel socioeconómico de estudiantes de universidades privadas y la etapa intermedia de formación podrían ser variables moduladoras importantes en la relación ansiedad-estrés. El análisis dimensional proporcionado por estos autores reveló que la dimensión subjetiva de ansiedad mostró una relación positiva y media con el estrés académico ($r = 0.328$), mientras que la dimensión neurofisiológica presentó una relación más débil ($r = 0.225$), lo que sugiere que los componentes cognitivos y emocionales de la ansiedad tienen mayor impacto en la experiencia de estrés que las manifestaciones fisiológicas.

Los estudios internacionales proporcionan un marco comparativo valioso que permite contextualizar los hallazgos nacionales y comprender la universalidad versus especificidad cultural de la relación ansiedad-estrés en contextos académicos. Castañeda et al. (2019) en Colombia, con estudiantes de Psicología del octavo semestre, reportaron una correlación robusta ($r = 0.633$, $p < 0.01$), significativamente superior a la del presente estudio. Esta diferencia puede explicarse por varios factores: primero, el octavo semestre colombiano podría representar un momento de mayor presión académica comparado con el Internado III peruano debido a diferencias en los sistemas educativos; segundo, las variaciones en las exigencias curriculares y los modelos de formación clínica entre ambos países podrían generar niveles de estrés diferenciados. El análisis de prevalencias reportado por estos autores revela que el 22.7% de estudiantes presentaba estrés alto versus 46.4% con nivel bajo, mientras que en ansiedad, el 74.5% mostró niveles muy bajos, el 19.1% ansiedad moderada y el 6.4% ansiedad severa. Esta distribución sugiere que el estrés académico podría ser más prevalente que la ansiedad clínicamente significativa en contextos de formación avanzada en Psicología.

Clemente et al. (2021) en México, con estudiantes de Enfermería entre 18 y 28 años, reportaron una correlación moderada ($r = 0.461$, $p = 0.001$). La comparación con Enfermería resulta relevante dado que ambas disciplinas implican formación en competencias clínicas y contacto directo con personas en situación de vulnerabilidad. La similitud en las magnitudes de correlación podría reflejar demandas académicas y emocionales comparables entre carreras de ciencias de la salud, particularmente en lo relacionado con la responsabilidad de cuidado hacia otros y la transición de conocimientos teóricos a aplicación práctica con consecuencias reales para el bienestar de las personas atendidas. Este estudio también proporcionó evidencia sobre

diferencias según variables sociodemográficas, encontrando que, aunque no existían diferencias significativas en los niveles de estrés y ansiedad según edad, sí se evidenciaron diferencias significativas según el semestre académico cursado, lo que refuerza la importancia del contexto específico de formación.

El estudio ecuatoriano de Izurieta et al. (2022) durante la pandemia por COVID-19, con 359 estudiantes universitarios, reportó una correlación moderada y significativa ($\rho = 0.638$; $p < 0.01$). Este antecedente resulta especialmente relevante porque demuestra que la relación entre ansiedad y estrés se mantiene e incluso se intensifica en circunstancias de crisis sanitaria global. La alta prevalencia de ansiedad severa reportada (34.5% en hombres y 51.5% en mujeres) proporciona evidencia sobre cómo contextos de crisis pueden amplificar tanto la ansiedad como el estrés académico, sugiriendo que los hallazgos del presente estudio, desarrollado en condiciones de relativa normalidad académica, representan una línea base importante para futuras investigaciones en contextos de crisis o estrés adicional.

El Internado III representa una etapa académica particularmente crítica en la formación del psicólogo, caracterizada por la transición definitiva de la formación teórica a la aplicación práctica en contextos clínicos reales. Esta transición implica múltiples estresores específicos que pueden explicar los patrones de ansiedad y estrés encontrados en el presente estudio y que diferencia esta población de otras muestras de estudiantes universitarios. El Internado III marca el momento en que los estudiantes asumen por primera vez responsabilidades clínicas directas con pacientes reales, lo que según el modelo de competencias profesionales de Rodolfa et al. (2005), genera una disrupción significativa en la percepción de autoeficacia, ya que los estudiantes deben integrar

conocimientos teóricos abstractos en intervenciones concretas con personas que presentan sufrimiento psicológico real.

Esta responsabilidad clínica activa lo que Bandura (1997) denomina "ansiedad de autoeficacia", caracterizada por la incertidumbre sobre la capacidad personal para desempeñarse competentemente en situaciones de alta responsabilidad social. En el contexto del Internado III, esta ansiedad se manifiesta en preocupaciones específicas sobre la posibilidad de causar daño a los pacientes, la adecuación de las intervenciones realizadas y la capacidad para manejar situaciones clínicas complejas o imprevistas. Estas preocupaciones son cualitativamente diferentes de las ansiedades académicas tradicionales relacionadas con exámenes o trabajos escritos, ya que involucran la responsabilidad directa sobre el bienestar de otras personas y tienen implicaciones éticas y profesionales inmediatas.

El Internado III se desarrolla además en el contexto de proximidad a la graduación, lo que activa ansiedades específicas relacionadas con la inserción laboral y la consolidación de la identidad profesional. Según la teoría del desarrollo de la identidad profesional de Ronnestad y Skovholt (2003), esta etapa se caracteriza por la "ansiedad del novato competente", donde los estudiantes experimentan simultáneamente confianza en sus conocimientos básicos e inseguridad sobre su preparación para la práctica independiente. Esta dualidad genera un patrón de estrés específico caracterizado por la presión de demostrar competencia profesional mientras se continúa en proceso de aprendizaje, creando una tensión constante entre el deseo de autonomía y la necesidad de supervisión y apoyo.

A diferencia de evaluaciones académicas tradicionales basadas en conocimientos teóricos,

el Internado III implica evaluaciones del desempeño clínico en tiempo real, con pacientes reales y bajo supervisión directa. Este tipo de evaluación genera lo que Sarason (1984) denomina "ansiedad de evaluación situacional", caracterizada por la activación de respuestas ansiosas ante la percepción de ser juzgado en competencias centrales para la identidad profesional futura. La evaluación no se limita a la corrección de respuestas escritas, sino que abarca habilidades complejas como la capacidad de establecer rapport terapéutico, la competencia para realizar evaluaciones psicológicas precisas, la habilidad para diseñar e implementar intervenciones efectivas, y la capacidad de manejar situaciones clínicas imprevistas o complejas.

Con relación al primer objetivo específico, se propuso determinar la relación entre la ansiedad y la dimensión estresores, y los resultados evidenciaron una correlación positiva baja pero significativa ($\rho = .271$; $p = .005$). Este hallazgo indica que la presencia de estresores percibidos se relaciona con niveles más elevados de ansiedad, lo que es coherente con investigaciones previas y fundamentación teórica establecida. La correlación encontrada refleja un mecanismo de sensibilización cognitiva específico del contexto académico del Internado III, donde según la teoría del procesamiento de información de Beck (1976), la ansiedad genera sesgos atencionales que dirigen el foco hacia estímulos potencialmente amenazantes en el entorno académico. En el contexto específico del Internado III, estos estresores incluyen elementos únicos como la responsabilidad clínica directa, la supervisión constante del desempeño, la complejidad de los casos asignados y la presión temporal para demostrar competencias clínicas.

La ansiedad actuaría amplificando la percepción de amenaza de estos estresores, generando un ciclo de retroalimentación donde la percepción aumentada de demandas incrementa la ansiedad,

que a su vez sensibiliza al estudiante hacia la detección de nuevos estresores. Este hallazgo es coherente con el modelo de vulnerabilidad cognitiva de Clark y Beck (2010), que establece que los individuos con mayor tendencia ansiosa desarrollan esquemas cognitivos hipervigilantes que facilitan la identificación y sobrevaloración de amenazas potenciales en su entorno. En el Internado III, esto se traduciría en una mayor percepción de demandas académicas y clínicas como estresores significativos, explicando por qué estudiantes con niveles similares de demandas objetivas pueden experimentar niveles diferentes de estrés percibido según sus niveles de ansiedad.

En cuanto al segundo objetivo específico, se examinó la relación entre la ansiedad y la dimensión síntomas, encontrándose una correlación positiva y significativa, aunque de baja intensidad ($\rho = .263$; $p = .006$). Este resultado señala que los síntomas derivados del estrés, como alteraciones somáticas o emocionales, se asocian con mayores niveles de ansiedad en los estudiantes. La correlación encontrada refleja la materialización psicósomática de la tensión generada por las demandas del Internado III, lo que según el modelo psicofisiológico de Selye (1976), resulta de la activación prolongada del sistema nervioso simpático debido a estresores académicos persistentes, generando manifestaciones físicas específicas que incluyen alteraciones del sueño, síntomas gastrointestinales, tensión muscular y fatiga crónica.

En el contexto del Internado III, estos síntomas adquieren una relevancia particular debido a su potencial impacto en el desempeño clínico, ya que la presencia de síntomas físicos de estrés puede comprometer la capacidad de concentración durante las sesiones terapéuticas, la calidad de la atención brindada a los pacientes y la capacidad de aprendizaje durante las supervisiones clínicas. La ansiedad actúa como un amplificador de estos síntomas a través de lo que Barlow

(2002) denomina "hipersensibilidad interoceptiva", donde los individuos ansiosos desarrollan una mayor conciencia y preocupación por las sensaciones corporales, interpretándolas como señales de peligro o inadecuación. En el Internado III, esto puede manifestarse como preocupación excesiva por síntomas físicos que podrían interferir con el desempeño clínico, generando un ciclo de ansiedad anticipatoria donde el miedo a experimentar síntomas en situaciones clínicas importantes puede paradójicamente incrementar la probabilidad de su aparición.

Respecto al tercer objetivo específico, se buscó determinar la relación entre la ansiedad y la dimensión estrategias de afrontamiento, encontrándose una correlación positiva baja pero significativa ($\rho = .267$; $p = .005$). Este resultado indica que a mayores niveles de ansiedad, también se incrementa el uso o necesidad de estrategias para afrontar el estrés, lo que revela un aspecto potencialmente adaptativo de la ansiedad en el contexto académico del Internado III. Según el modelo transaccional de Lazarus y Folkman (1984), la ansiedad puede funcionar como una señal de activación que motiva la búsqueda e implementación de estrategias de afrontamiento para manejar las demandas percibidas, sugiriendo que los estudiantes con mayores niveles de ansiedad desarrollan una mayor motivación para buscar y utilizar recursos de afrontamiento disponibles.

En el contexto específico del Internado III, esto puede incluir estrategias centradas en el problema, como la búsqueda de supervisión adicional, el estudio intensivo de casos clínicos, la consulta de literatura especializada, o la práctica de técnicas terapéuticas específicas, así como estrategias centradas en la emoción, como técnicas de relajación, apoyo social de pares, actividades de autocuidado, o prácticas de mindfulness. Sin embargo, es importante considerar que no todas las estrategias de afrontamiento son igualmente adaptativas, ya que según la taxonomía de Carver

et al. (1989), algunas estrategias como la evitación, la rumiación o el consumo de sustancias pueden proporcionar alivio temporal, pero generar consecuencias negativas a largo plazo. La correlación positiva encontrada podría reflejar tanto la activación de estrategias adaptativas como desadaptativas, lo que tiene implicaciones importantes para el diseño de intervenciones que promuevan el uso de estrategias de afrontamiento efectivas y desalienten el uso de estrategias contraproducentes.

Los hallazgos del presente estudio permiten proponer un modelo integrador específico para comprender la relación ansiedad-estrés en el contexto del Internado III de Psicología, que incorpora elementos del modelo transaccional del estrés, la teoría cognitiva de la ansiedad y las particularidades del contexto de formación clínica. Este modelo establece que en el Internado III se genera un ciclo de retroalimentación específico donde las demandas únicas de la formación clínica activan respuestas de ansiedad situacional, esta ansiedad sensibiliza cognitivamente al estudiante hacia la percepción de estresores adicionales, la percepción aumentada de estresores genera síntomas psicossomáticos que comprometen el desempeño, la percepción de desempeño comprometido intensifica la ansiedad, y la ansiedad intensificada motiva la búsqueda de estrategias de afrontamiento que pueden ser adaptativas o desadaptativas según las características individuales y los recursos disponibles.

Este modelo explicaría por qué la correlación encontrada es significativa, pero de magnitud baja: la relación ansiedad-estrés está mediada por múltiples variables específicas del contexto de formación clínica que pueden tanto amplificar como atenuar esta relación según las características individuales de cada estudiante, los recursos institucionales disponibles, la calidad de la

supervisión recibida, el apoyo social percibido y las experiencias previas de formación clínica. La comprensión de este modelo tiene implicaciones importantes tanto para la investigación futura como para el desarrollo de intervenciones específicamente adaptadas al contexto del Internado III.

Los hallazgos del presente estudio sugieren la necesidad de implementar intervenciones preventivas específicamente diseñadas para el contexto del Internado III que aborden tanto los componentes cognitivos de la ansiedad como los mecanismos de percepción y afrontamiento del estrés académico. Se recomienda implementar un programa de preparación psicológica antes del inicio del Internado III que incluya psicoeducación sobre las reacciones normales de ansiedad ante la transición teoría-práctica, entrenamiento en técnicas de manejo de ansiedad específicas para contextos clínicos como respiración diafragmática, mindfulness clínico y reestructuración cognitiva, así como simulaciones de situaciones clínicas para reducir la ansiedad anticipatoria y aumentar la confianza en las competencias clínicas básicas.

Basándose en la eficacia demostrada de las intervenciones cognitivo-conductuales para el manejo de ansiedad académica, se propone implementar sesiones grupales semanales durante el Internado III que aborden la identificación y modificación de sesgos cognitivos relacionados con la competencia clínica, entrenamiento en técnicas de resolución de problemas para situaciones clínicas complejas, y desarrollo de estrategias de afrontamiento adaptativas específicas para el contexto clínico. Los hallazgos también sugieren la necesidad de reevaluar el sistema de supervisión para reducir la ansiedad evaluativa, implementando un modelo de supervisión gradual que incluya un período inicial de observación sin evaluación formal, co-terapia supervisada antes de la práctica independiente, y evaluaciones formativas frecuentes en lugar de evaluaciones

sumativas concentradas.

La correlación entre ansiedad y estrategias de afrontamiento sugiere que el apoyo social puede ser un recurso valioso, por lo que se recomienda formalizar grupos de apoyo entre estudiantes del mismo nivel que incluyan espacios de ventilación emocional sobre experiencias clínicas, intercambio de estrategias de afrontamiento exitosas, y normalización de experiencias de ansiedad y estrés en la formación clínica. Adicionalmente, se propone implementar protocolos de evaluación periódica de ansiedad y estrés durante el Internado III utilizando instrumentos validados que permitan la identificación temprana de estudiantes en riesgo, intervención preventiva antes de que los síntomas comprometan el desempeño académico, y derivación oportuna a servicios de salud mental cuando sea necesario.

El presente estudio presenta limitaciones importantes que deben considerarse en la interpretación de los hallazgos. El diseño correlacional transversal no permite establecer relaciones causales entre ansiedad y estrés, limitando las inferencias sobre la direccionalidad de la relación y los mecanismos causales subyacentes. La muestra específica de estudiantes de Internado III de una universidad privada en Breña limita la generalización de los hallazgos a otras poblaciones de estudiantes de Psicología, particularmente aquellos de universidades públicas, otras regiones del país, o diferentes modelos de formación clínica. Además, no se controlaron variables potencialmente confusoras como el apoyo social, la autoeficacia académica, las experiencias clínicas previas, las características de personalidad, el nivel socioeconómico, o la calidad de la supervisión recibida, factores que podrían estar influyendo en la relación observada entre ansiedad y estrés.

Los hallazgos del presente estudio abren múltiples líneas de investigación que podrían profundizar la comprensión de la relación ansiedad-estrés en contextos de formación clínica. Se recomienda desarrollar investigaciones longitudinales que sigan a los estudiantes desde el inicio hasta el final del Internado III para identificar patrones temporales en la relación ansiedad-estrés, momentos de mayor vulnerabilidad durante el internado, y factores que predicen la evolución favorable versus desfavorable de esta relación. Futuras investigaciones podrían examinar variables mediadoras como sesgos cognitivos, autoeficacia clínica, o estilos de afrontamiento, así como variables moderadoras como apoyo social, características de personalidad, o calidad de la supervisión, que podrían explicar las diferencias individuales en la magnitud de la relación ansiedad-estrés.

Los estudios cualitativos podrían proporcionar comprensión profunda sobre las experiencias subjetivas de ansiedad y estrés en el Internado III, identificando estresores específicos no contemplados en instrumentos cuantitativos, explorando los significados personales que los estudiantes atribuyen a sus experiencias de ansiedad y estrés, y documentando las estrategias de afrontamiento naturales que desarrollan los estudiantes. También se necesitan estudios experimentales que evalúen la eficacia de intervenciones específicamente diseñadas para el manejo de ansiedad y estrés en contextos de formación clínica en Psicología, comparando diferentes modalidades de intervención y identificando los componentes más efectivos para esta población específica.

En conclusión, los resultados del presente estudio confirman la existencia de una relación significativa entre ansiedad y estrés en estudiantes de Internado III de Psicología, proporcionando

evidencia empírica que se alinea con modelos teóricos establecidos y antecedentes de investigación nacionales e internacionales. La magnitud baja pero estadísticamente significativa de esta relación sugiere que, aunque existe una asociación clara entre ambas variables, otros factores específicos del contexto de formación clínica modulan esta relación, destacando la complejidad de los fenómenos psicológicos en contextos académicos especializados. El análisis dimensional revela que la ansiedad se relaciona significativamente con todos los componentes del estrés académico, incluyendo estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, sugiriendo mecanismos específicos a través de los cuales la ansiedad influye en la experiencia de estrés en el contexto del Internado III. Estos hallazgos tienen implicaciones importantes para el diseño de intervenciones preventivas y el desarrollo de políticas institucionales que promuevan el bienestar psicológico de los estudiantes en formación clínica, así como para la comprensión teórica de la relación ansiedad-estrés en contextos académicos especializados. La especificidad del contexto del Internado III, caracterizado por la transición teoría-práctica, la responsabilidad clínica directa y la proximidad a la graduación, requiere enfoques de intervención adaptados a estas particularidades, y las recomendaciones derivadas proporcionan un marco de acción para instituciones educativas comprometidas con la formación integral y el bienestar de futuros profesionales de la Psicología. Finalmente, este estudio contribuye al cuerpo de conocimiento sobre salud mental en estudiantes universitarios de Psicología en el contexto peruano, proporcionando evidencia empírica que puede informar tanto la práctica educativa como futuras investigaciones en esta área crítica de la formación profesional en salud mental.

Conclusiones

En función del objetivo general, se concluyó que existe una relación entre la ansiedad y el estrés en los estudiantes de Internado III de Psicología de una universidad privada en Breña durante el año 2023. Esta relación presenta una intensidad muy débil pero es estadísticamente significativa, lo que indica que, aunque la asociación no es fuerte, sí existe una conexión relevante entre ambas variables desde el punto de vista estadístico.

En cuanto al primer objetivo específico, se determinó que existe una relación significativa de intensidad muy débil entre la ansiedad y la dimensión estresores. Este hallazgo sugiere que el incremento en los factores estresores está levemente asociado con un aumento en los niveles de ansiedad de los estudiantes evaluados.

Respecto al segundo objetivo específico, se concluyó que existe una relación entre la ansiedad y la dimensión síntomas, la cual presenta también una intensidad débil pero significativa. Este hallazgo demuestra que los síntomas de estrés percibidos guardan cierta correspondencia con el nivel de ansiedad experimentado por los estudiantes.

Finalmente, en relación con el tercer objetivo específico, se identificó una relación significativa de intensidad muy débil entre la ansiedad y la dimensión estrategias de afrontamiento. Este resultado proporciona evidencia de que los niveles de ansiedad en los estudiantes están mínimamente vinculados con las estrategias que emplean para afrontar situaciones estresantes, factor que puede influir en su bienestar emocional durante el desarrollo del internado.

Limitaciones

La investigación presenta diversos aspectos que limitan el alcance y generalización de sus hallazgos. En primer lugar, el diseño metodológico empleado constituye una restricción fundamental, ya que, al utilizar un enfoque correlacional transversal, los investigadores únicamente pudieron establecer asociaciones estadísticas entre las variables de ansiedad y estrés, sin poder determinar relaciones de causalidad. Esta limitación metodológica impide comprender si los niveles elevados de ansiedad anteceden al desarrollo del estrés o si, por el contrario, las situaciones estresantes generan respuestas ansiosas en los estudiantes.

Adicionalmente, las características de la muestra representan otra limitación significativa del estudio. Los 109 participantes fueron seleccionados exclusivamente de una universidad privada ubicada en Breña, y todos cursaban el Internado III de Psicología, lo cual restringe considerablemente la posibilidad de generalizar los resultados a otras poblaciones estudiantiles, contextos educativos diferentes o carreras profesionales distintas. El muestreo no probabilístico intencional empleado introduce sesgos de selección que afectan la representatividad de los hallazgos, limitando su aplicabilidad a escenarios más amplios.

La magnitud de las correlaciones encontradas constituye también una limitación importante. Aunque todas las correlaciones resultaron estadísticamente significativas, presentaron intensidades bajas, oscilando entre .263 y .271 para las dimensiones específicas y .266 para la relación general entre ansiedad y estrés. Estas correlaciones débiles indican que las variables estudiadas explican únicamente una pequeña porción de la varianza compartida, sugiriendo la existencia de otros factores no considerados en el estudio que podrían ejercer mayor influencia en la relación entre ansiedad y estrés académico.

Desde una perspectiva temporal, el estudio presenta limitaciones relacionadas con el momento de evaluación, ya que la recolección de datos se realizó en un punto específico del tiempo sin considerar posibles variaciones estacionales, contextuales o evolutivas que podrían influir en los niveles de ansiedad y estrés de los estudiantes. La ausencia de seguimiento longitudinal impide evaluar la estabilidad de las relaciones identificadas a lo largo del tiempo.

Implicancias

Implicancias Teóricas de los Resultados

Los hallazgos del estudio aportan evidencia empírica que respalda parcialmente las teorías cognitivo-conductuales sobre la interrelación entre ansiedad y estrés, aunque con menor intensidad de lo que sugiere la literatura internacional previa. Los resultados confirman la conceptualización teórica de Beck sobre la ansiedad como una respuesta emocional al miedo, manifestándose en correlación directa con los estresores del ámbito académico. Sin embargo, la débil magnitud de estas correlaciones plantea interrogantes sobre la completitud de los modelos teóricos actuales, sugiriendo la necesidad de explorar marcos conceptuales más complejos que incorporen variables mediadoras, moderadoras o de interacción que puedan explicar mejor la varianza no contemplada en el estudio. La investigación contribuye al conocimiento científico proporcionando evidencia específica sobre la población de estudiantes de psicología en el contexto peruano, complementando investigaciones previas realizadas en otros países latinoamericanos como Colombia, México y Ecuador. Esta contribución resulta valiosa para el desarrollo de una comprensión culturalmente situada de los fenómenos de ansiedad y estrés en el ámbito académico universitario.

Implicancias Prácticas para la Intervención

Los resultados obtenidos tienen importantes implicancias para el desarrollo de intervenciones psicológicas dirigidas a estudiantes universitarios. La correlación identificada entre ansiedad y estrés justifica la implementación de programas integrales de prevención y manejo del estrés específicamente diseñados para estudiantes que cursan internados o prácticas profesionales, quienes enfrentan demandas académicas particulares durante esta etapa formativa crucial. Estos programas deberían abordar simultáneamente ambas dimensiones emocionales, considerando su patrón de asociación identificado en el estudio. Desde una perspectiva institucional, los hallazgos sugieren la necesidad de que las universidades desarrollen políticas y servicios de apoyo psicológico especializados para estudiantes en práctica profesional, esto incluye la creación de sistemas de detección temprana de problemas de salud mental, la implementación de protocolos de screening que evalúen simultáneamente ansiedad y estrés, y la formación del personal docente y administrativo en la identificación de signos tempranos de dificultades emocionales en estudiantes, en el ámbito de la formación profesional, los resultados evidencian la importancia de incluir componentes curriculares específicos sobre autocuidado, manejo emocional y desarrollo de estrategias de afrontamiento efectivas en los programas de formación en psicología. Esta incorporación curricular podría contribuir a preparar mejor a los futuros profesionales para manejar las demandas emocionales inherentes a su práctica profesional.

Implicancias Metodológicas para Futuras Investigaciones

Los hallazgos del estudio plantean importantes consideraciones metodológicas para futuras investigaciones en el área. La debilidad de las correlaciones encontradas indica la necesidad de desarrollar estudios longitudinales que permitan establecer direccionalidad causal en la relación

entre ansiedad y estrés, así como comprender la evolución temporal de estas variables en el contexto académico. Además, resulta fundamental ampliar las muestras de investigación incluyendo múltiples universidades, diferentes contextos socioeconómicos y diversas carreras profesionales para incrementar la generalización de los resultados.

Los resultados sugieren también la conveniencia de incorporar variables adicionales en futuras investigaciones, tales como apoyo social, recursos personales, estrategias de afrontamiento específicas y factores contextuales que puedan actuar como mediadores o moderadores en la relación entre ansiedad y estrés académico. La utilización de técnicas estadísticas más sofisticadas, como modelos de ecuaciones estructurales, podría permitir examinar relaciones más complejas y explicar mejor la varianza no contemplada en el presente estudio.

La no normalidad identificada en los datos de ansiedad sugiere la importancia de emplear técnicas estadísticas robustas y considerar transformaciones de datos o métodos alternativos de análisis en investigaciones futuras sobre estas variables. Asimismo, los hallazgos validan la utilidad de los instrumentos empleados (Inventario de Ansiedad de Beck y SISCO-SV21) en población estudiantil peruana, aunque sugieren la conveniencia de desarrollar adaptaciones culturales adicionales o explorar instrumentos alternativos que capturen aspectos específicos del estrés académico en contextos de internado.

En conclusión, aunque el estudio presenta limitaciones importantes relacionadas con su diseño, muestra y magnitud de las correlaciones encontradas, los hallazgos proporcionan evidencia valiosa sobre la coexistencia de ansiedad y estrés en estudiantes de psicología durante su formación práctica. Las implicancias derivadas subrayan la necesidad de desarrollar enfoques integrales que

consideren simultáneamente aspectos teóricos, prácticos y metodológicos para optimizar el bienestar estudiantil y mejorar la calidad de la formación universitaria en el campo de la salud mental.

REFERENCIAS

- Hernández-Sampieri, R., y Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Interamericana.
<https://ebookcentral.bibliotecaupn.elogim.co/lib/upnpe/detail.action?docID=5485814>
- Schlatter Navarro, J. (2003). *La ansiedad: un enemigo sin rostro*. EUNSA.
<https://elibro.bibliotecaupn.elogim.com/es/lc/upnorte/titulos/46939>
- Universidad Central del Ecuador. (2023). *Facultad de Odontología Carrera de Odontología*. <https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/0655c73e-cc2e-496f-8ef6-fc6c11e9a69f/content>
- Banco Mundial. (2016, 30 de agosto). El estrés, aliado de la pobreza de Latinoamérica. <https://www.bancomundial.org/es/news/feature/2015/12/28/el-estres-aliado-de-la-pobreza-de-latinoamerica>
- Barraza Macías, A. (2020). Estresores, factores sociodemográficos y síntomas del estrés percibido. *Andina.pe*. <https://andina.pe/agencia/noticia-siete-cada-10-peruanos-han-visto-afectada-su-salud-mental-durante-pandemia-video-804192.aspx>
- EsSalud. (2020). EsSalud informa sobre cómo controlar los niveles de estrés y ansiedad de las personas que realizan teletrabajo. <http://noticias.essalud.gob.pe/?innoticia=essalud-informa-sobre-como-controlar-los-niveles-de-estres-y-ansiedad-de-las-personas-que-realizan-teletrabajo>
- Bolaños, M. (2014). *Niveles de ansiedad en estudiantes de psicología clínica e industrial de la Universidad Rafael Landívar* [Tesis de pregrado]. Universidad Rafael Landívar.
<http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Bolanos-Maricarmen.pdf>

- Randome. (2018). *Acaba con la ansiedad: las claves para aprender a controlarla*. Lemaitre Publishing.
<https://ebookcentral.bibliotecaupn.elogim.com/lib/upnpe/detail.action?docID=5288589>
- *The life and adventures of Lazarillo de Tormes*. (1881).
<https://elibro.bibliotecaupn.elogim.com/es/ereader/upnorte/46939?page=8>
- Luyo, A., Ávila, L., y Oyos Gutiérrez, M. (2022). *Estrés académico* [Tesis de pregrado, Universidad Continental]. Repositorio Continental.
https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/12426/2/IV_FCS_502_TE_Luyo_Avila_Oyos_Gutierrez_2022.pdf
- Daneri, D. (2012). *Psicobiología del estrés* [Material de cátedra]. Universidad de Buenos Aires, Facultad de Psicología.
https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/electivas/090_comportamiento/material/tp_estres.pdf
- Fandiño, M. I. (2020). *Niveles de estrés y ansiedad en estudiantes* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de Bucaramanga]. Repositorio UNAB.
https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/12423/2020_Tesis_Maria_Isabel_Fandi%C3%B1o.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- García-Moran, C., y Gil-Lacruz, M. (s.f.). *El estrés en el ámbito de los profesionales de la salud*. Ministerio de Salud del Perú. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4131.pdf>
- Yaranga, H., Mery, M., y Licas, C. (2021). *Nivel de estrés y ansiedad* [Tesis de pregrado, Universidad Alas Peruanas]. Repositorio UAP.

[https://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12990/4789/Tesis_Nivel_Estr%
c3%a9s_Ansiedad.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12990/4789/Tesis_Nivel_Estr%c3%a9s_Ansiedad.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Izurieta-Brito, D., Poveda-Ríos, S., Naranjo-Hidalgo, T., y Moreno-Montero, E. (2022). Trastorno de ansiedad generalizada y estrés académico en estudiantes universitarios ecuatorianos durante la pandemia COVID-19. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 85(2), 86-94.

<https://doi.org/10.20453/rnp.v85i2.4226>

- Le Scannff, C., y Bertsch, J. (2021). *Estrés y rendimiento*. Editorial INDE. <https://elibro.bibliotecaupn.elogim.com/es/lc/upnorte/titulos/177882>

- Mamani, M., y Marcos, A. (2022). *Estrés académico en estudiantes de enfermería* [Tesis de pregrado, Universidad Norbert Wiener]. Repositorio Wiener.

[https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/7846/T061_45748293_T.pdf
?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/7846/T061_45748293_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Arias, F. (2012). *Metodología de la investigación*. Eumed.net. <https://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/zll/metodologia-investigacion.html>

- Cassaretto, M., Vilela, P., y Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Liberabit*, 27(2), e482. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>

- Navarro, P. (2022). *Ansiedad ante los exámenes y afrontamiento al estrés en estudiantes de psicología* [Tesis de pregrado, Universidad de San Martín de Porres]. Repositorio USMP.

USMP.

[https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/10033/NAVARRO_OP.pdf?seq
uence=3&isAllowed=y](https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/10033/NAVARRO_OP.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

- DIRIS Lima Este. (2022). *Noticias y eventos*.
http://www.dirislimaeste.gob.pe/NotasPrensa_Content.asp?idNoticia=13590
- Orlandini, A. (2001). *El estrés: qué es y cómo evitarlo*. FCE - Fondo de Cultura Económica. <https://elibro.bibliotecaupn.elogim.com/es/lc/upnorte/titulos/110564>
- La Torre Santa Cruz, A., y Mendoza Puican, I. (2022). *Estrés académico en estudiantes de enfermería* [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio USS. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/10216/La%20Torre%20Santa%20Cruz%20Alejandra%20%26%20Mendoza%20Puican%20Isis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Redolar Ripoll, D. (2015). *El estrés*. Editorial UOC. <https://elibro.bibliotecaupn.elogim.com/es/lc/upnorte/titulos/57717>
- Noticias ONU. (2023, 9 de junio). Una nueva agenda para la salud mental en las Américas. <https://news.un.org/es/audio/2023/06/1521857>
- Acasiete Hernández, B. (2021). *Relación entre la ansiedad y el estrés académico* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio UAI. <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/1480/1/Karina%20Marcatom%20Lallire.pdf>
- Muñoz, C., Muñoz, J., Osorio, A., y Sánchez, E. (2019). *Relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes* [Tesis de pregrado, Tecnológico de Antioquia]. Repositorio TdeA. <https://dspace.tdea.edu.co/bitstream/handle/tda/478/Trabajo%20de%20Grado%20%20-%20Estres%20Academico%20Ansiedad.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Álvarez Estrada, J., y Leiva Castañeda, R. (2022). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes de psicología* [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio UPN.

<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/30846/%c3%81lvarez%20Estrada%2c%20Jhina%20Lilibeth%20-%20Leiva%20Casta%c3%b1eda%2c%20Rita%20M%c3%a9lany.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Castillo Díaz, R. (2018). *Estresores en estudiantes de enfermería*. Universidad Politécnica de Durango. <http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/Estresores.pdf>
- Ortiz, Y. (2018). *Ansiedad y estrés académico en los estudiantes de la PUCE Ambato antes y después de los procesos de evaluación* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio PUCESA. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2445/1/76717.pdf>
- Arias, Z. P. (s.f.). *Estrés académico y ansiedad en estudiantes universitarios* [Tesis de pregrado, Benemérita Universidad Autónoma de Puebla]. Repositorio BUAP. <https://repositorioinstitucional.buap.mx/server/api/core/bitstreams/582ef61a-5666-43ed-92e1-304b31f9Z209/content>
- Campos, J. (2023). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes de la región Lambayeque, 2020* [Trabajo de investigación, Universidad de San Martín de Porres]. Repositorio USMP. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/13165/Campos_bje.pdf?sequence=1&isAllowed=y

ANEXOS

Anexo N° 1

Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra

		Ansiedad	Dimensión n estresores	Dimensión síntomas	Dimensión estrategias de enfrentamiento	Estrés
N		109	109	109	109	109
Parámetros normales a,b	Media	16.67	39.06	74.79	146.37	289.40
	Desv. estándar	11.762	10.274	19.587	38.277	75.670
Máximas diferencias extremas	Absoluta	.107	.080	.075	.074	.074
	Positivo	.107	.060	.061	.060	.060
	Negativo	-.078	-.080	-.075	-.074	-.074
Estadístico de prueba		.107	.080	.075	.074	.074
Sig. asin. (bilateral) ^c		.00	.08	.17	.18	.18

Anexo N°2

Validación de instrumento SISCO - SV 21

Jurado 01

Señor(a): **Mg. Diego Enrique Almandoz Vargas**

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO

Nos es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestros saludos, y así mismo hacer de su conocimiento que siendo estudiantes del último ciclo de la carrera de psicología en la Universidad Privada del Norte, en la sede Lima Centro, nos encontramos en el proceso de validez basada en el contenido de nuestros instrumentos psicométricos, lo cual es muy importante para continuar con nuestro proyecto de tesis.

Por este motivo queremos invitarlo/a para ser juez experto de la revisión de no solo los ítems que se presentan en cada uno de los instrumentos sino también para poder revisar si los ítems están adecuadamente dirigidos en las dimensiones mencionadas en los test: Inventario de estrés académico SISCO SV21 e Beck Anxiety Inventory – BAI

El título de nuestro proyecto de investigación es: “Ansiedad y estrés en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023”, siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados, hemos considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas educativos y/o investigación educativa.

Quedamos muy agradecidas por todo su apoyo y dedicación a nuestra revisión dado que nos servirá de mucho su orientación, apreciación y todo comentario que exprese alguna mejora más allá de solamente la revisión de los ítems.

El expediente de validación que le hacemos llegar contiene:

- Carta de presentación
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones
- Matriz de operacionalización de las variables
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos

Expresándole nuestros sentimientos de respeto y consideración nos despedimos de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente,



Firma

Nohemi Gonzales Peralta
DNI: 73351526
Código de estudiante: N00087647



Firma

Andrea García Salazar
DNI: 74723721
Código de estudiante:

Anexo N° 3

Validación de instrumento inventarió de Ansiedad de Beck - BAI

Jurado 01

CARTA DE PRESENTACIÓN

Señor(a): Mg. Diego Enrique Almandoz Vargas

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO

Nos es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestros saludos, y así mismo hacer de su conocimiento que siendo estudiantes del último ciclo de la carrera de psicología en la Universidad Privada del Norte, en la sede Lima Centro, nos encontramos en el proceso de validez basada en el contenido de nuestros instrumentos psicométricos, lo cual es muy importante para continuar con nuestro proyecto de tesis.

Por este motivo queremos invitarlo/a para ser juez experto de la revisión de no solo los ítems que se presentan en cada uno de los instrumentos sino también para poder revisar si los ítems están adecuadamente dirigidos en las dimensiones mencionadas en los test: Inventario de estrés académico SISCO SV21 e Beck Anxiety Inventory – BAI

El título de nuestro proyecto de investigación es: “Ansiedad y estrés en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023”, siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados, hemos considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas educativos y/o investigación educativa.

Quedamos muy agradecidas por todo su apoyo y dedicación a nuestra revisión dado que nos servirá de mucho su orientación, apreciación y todo comentario que exprese alguna mejora más allá de solamente la revisión de los ítems.

El expediente de validación que le hacemos llegar contiene:

- Carta de presentación
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones
- Matriz de operacionalización de las variables
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos

Expresándole nuestros sentimientos de respeto y consideración nos despedimos de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente,



Firma
Nohemi Gonzales Peralta
DNI: 73351526
Código de estudiante: N00087647



Firma
Andrea García Salazar
DNI: 74723721
Código de estudiante:

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ESTRÉS ACADÉMICO

N°	DIMENSIONES / ÍTEMS	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
ESTRESORES								
1	La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días	x		x		x		
2	La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases	x		x		x		
3	La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)	x		x		x		
4	El nivel de exigencia de mis profesores/as	x		x		x		
5	El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	x		x		x		
6	Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as	x		x		x		
7	La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as	x		x		x		
SÍNTOMAS								
8	Fatiga crónica (cansancio permanente)	x		x		x		
9	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	x		x		x		
10	Ansiedad, angustia o desesperación	x		x		x		
11	Problemas de concentración	x		x		x		
12	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	x		x		x		
13	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	x		x		x		
14	Desgano para realizar las labores escolares	x		x		x		
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO								
15	Concentrarse en resolver la situación que me preocupa	x		x		x		
16	Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa	x		x		x		
17	Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa	x		x		x		
18	Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa	x		x		x		
19	Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione	x		x		x		
20	Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas	x		x		x		
21	Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa	x		x		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia. Levantar observaciones y reestructurar ítems en dimensiones _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Dr. / Mg.: Mg. Diego Enrique Almandoz Vargas D.N.I.: 48144948

Especialidad del validador: Psicólogo

23 de noviembre 2023

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma del Experto Informante

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ANSIEDAD

N°	DIMENSIONES / ÍTEMS	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
SÍNTOMAS FÍSICOS								
1	Hormigueo o entumecimiento	X		X		X		
2	Sensación de calor	X		X		X		
3	Temblo de piernas	X		X		X		
6	Mareo o aturdimiento	X		X		X		
7	Palpitaciones o taquicardia	X		X		X		
11	Sensación de ahogo	X		X		X		
12	Temblores de manos	X		X		X		
13	Temblo generalizado o estremecimiento	X		X		X		
15	Dificultad para respirar	X		X		X		
18	Molestias digestivas o abdominales	X		X		X		
19	Palidez	X		X		X		
20	Rubor facial	X		X		X		
21	Sudoración (no debida al calor)	X		X		X		
SÍNTOMAS COGNITIVOS								
4	Incapacidad de relajarse	X		X		X		
5	Miedo a que suceda lo peor	X		X		X		
8	Sensación de inestabilidad e inseguridad física	X		X		X		
9	Terrores	X		X		X		
10	Nerviosismo	X		X		X		
14	Miedo a morir	X		X		X		
16	Miedo a morir	X		X		X		
17	Sobresaltos	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia. Levantar observaciones y reestructurar ítems en dimensiones _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Dr. / Mg.: Mg. Diego Enrique Almandoz Vargas D.N.I.: 48144948

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

23 de noviembre 2023



Firma del Experto Informante

Anexo N° 4

Validación de instrumento SISCO - SV 21

Jurado 02

CARTA DE PRESENTACIÓN

Señor(a): Dr. Joan Carlos Espinoza Sotelo

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO

Nos es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestros saludos, y así mismo hacer de su conocimiento que siendo estudiantes del último ciclo de la carrera de psicología en la Universidad Privada del Norte, en la sede Lima Centro, nos encontramos en el proceso de validez basada en el contenido de nuestros instrumentos psicométricos, lo cual es muy importante para continuar con nuestro proyecto de tesis.

Por este motivo queremos invitarlo/a para ser juez experto de la revisión de no solo los ítems que se presentan en cada uno de los instrumentos sino también para poder revisar si los ítems están adecuadamente dirigidos en las dimensiones mencionadas en los test: Inventario de estrés académico SISCO SV21 e Beck Anxiety Inventory – BAI

El título de nuestro proyecto de investigación es: “Ansiedad y estrés en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023”, siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados, hemos considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas educativos y/o investigación educativa.

Quedamos muy agradecidas por todo su apoyo y dedicación a nuestra revisión dado que nos servirá de mucho su orientación, apreciación y todo comentario que exprese alguna mejora más allá de solamente la revisión de los ítems.

El expediente de validación que le hacemos llegar contiene:

- Carta de presentación
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones
- Matriz de operacionalización de las variables
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos

Expresándole nuestros sentimientos de respeto y consideración nos despedimos de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente,



Firma

Nohemi Gonzales Peralta
DNI: 73351526
Código de estudiante: N00087647



Firma

Andrea García Salazar
DNI: 74723721
Código de estudiante:

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ESTRÉS ACADÉMICO

Nº	DIMENSIONES / ÍTEMS	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
ESTRESORES								
1	La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días	X		X		X		
2	La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases	X		X		X		
3	La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)	X		X		X		
4	El nivel de exigencia de mis profesores/as	X		X		X		
5	El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	X		X		X		
6	Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as	X		X		X		
7	La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as	X		X		X		
SINTOMAS								
8	Fatiga crónica (cansancio permanente)	X		X		X		
9	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	X		X		X		
10	Ansiedad, angustia o desesperación	X		X		X		
11	Problemas de concentración	X		X		X		
12	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	X		X		X		
13	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	X		X		X		
14	Desgano para realizar las labores escolares	X		X		X		
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO								
15	Concentrarse en resolver la situación que me preocupa	X		X		X		
16	Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa	X		X		X		
17	Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa	X		X		X		
18	Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa	X		X		X		
19	Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solución	X		X		X		
20	Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas	X		X		X		
21	Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia. Levantar observaciones y reestructurar ítems en dimensiones _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Dr. / Mg.: Dr. Joan Carlos Espinoza Sotelo D.N.I.: 10279981

Especialidad del validador: Psicólogo

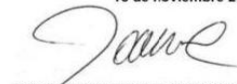
¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

15 de noviembre 2023



Firma del Experto Informante

Anexo N° 5

Validación de instrumento inventarió de Ansiedad de Beck - BAI

Jurado 02

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ANSIEDAD

N°	DIMENSIONES / ITEMS	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
SINTOMAS FÍSICOS								
1	Hormigueo o entumecimiento	X		X		X		
2	Sensación de calor	X		X		X		
3	Temblores de piernas	X		X		X		
6	Mareo o aturdimiento	X		X		X		
7	Palpitaciones o taquicardia	X		X		X		
11	Sensación de ahogo	X		X		X		
12	Temblores de manos	X		X		X		
13	Temblores generalizados o estremecimiento	X		X		X		
15	Dificultad para respirar	X		X		X		
18	Molestias digestivas o abdominales	X		X		X		
19	Palidez	X		X		X		
20	Rubor facial	X		X		X		
21	Sudoración (no debida al calor)	X		X		X		
SINTOMAS COGNITIVOS								
4	Incapacidad de relajarse	X		X		X		
5	Miedo a que suceda lo peor	X		X		X		
8	Sensación de inestabilidad e inseguridad física	X		X		X		
9	Terrores	X		X		X		
10	Nerviosismo	X		X		X		
14	Miedo a morir	X		X		X		
16	Miedo a morir	X		X		X		
17	Sobresaltos	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia. Levantar observaciones y reestructurar ítems en dimensiones _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

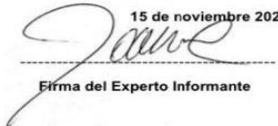
Apellidos y nombres del juez validador: Dr. / Mg.: Dr. Joan Carlos Espinoza Sotelo D.N.I.: 10279981

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

15 de noviembre 2023

 Firma del Experto Informante

Anexo N° 6

Validación de instrumento SISCO - SV 21

Jurado 03

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ESTRÉS ACADÉMICO

N°	DIMENSIONES / ÍTEMS	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
ESTRESORES								
1	La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días	X		X		X		
2	La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases	X		X		X		
3	La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)	X		X		X		
4	El nivel de exigencia de mis profesores/as	X		X		X		
5	El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	X		X		X		
6	Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as	X		X		X		
7	La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as	X		X		X		
SÍNTOMAS								
8	Fatiga crónica (cansancio permanente)	X		X		X		
9	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	X		X		X		
10	Ansiedad, angustia o desesperación	X		X		X		
11	Problemas de concentración	X		X		X		
12	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	X		X		X		
13	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	X		X		X		
14	Desgano para realizar las labores escolares							
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO								
15	Concentrarse en resolver la situación que me preocupa	X		X		X		
16	Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa	X		X		X		
17	Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa	X		X		X		
18	Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa	X		X		X		
19	Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione	X		X		X		
20	Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas	X		X		X		
21	Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia. Levantar observaciones y reestructurar ítems en dimensiones _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. Diana Cecilia Zapata Espinoza D.N.I.: 70248789

Especialidad del validador: Psicólogo

21 de noviembre 2023

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma del Experto Informante

Anexo N° 7

Validación de instrumento inventarió de Ansiedad de Beck - BAI

Jurado 03

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ANSIEDAD

N°	DIMENSIONES / ÍTEMS	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
SÍNTOMAS FÍSICOS								
1	Hormigueo o entumecimiento	X		X		X		
2	Sensación de calor	X		X		X		
3	Temblores de piernas	X		X		X		
6	Mareo o aturdimiento	X		X		X		
7	Palpitaciones o taquicardia	X		X		X		
11	Sensación de ahogo	X		X		X		
12	Temblores de manos	X		X		X		
13	Temblores generalizados o estremecimiento	X		X		X		
15	Dificultad para respirar	X		X		X		
18	Molestias digestivas o abdominales	X		X		X		
19	Palidez	X		X		X		
20	Rubor facial	X		X		X		
21	Sudoración (no debida al calor)	X		X		X		
SÍNTOMAS COGNITIVOS								
4	Incapacidad de relajarse	X		X		X		
5	Miedo a que suceda lo peor	X		X		X		
8	Sensación de inestabilidad e inseguridad física	X		X		X		
9	Terrores					X		
10	Nerviosismo	X		X		X		
14	Miedo a morir	X		X		X		
16	Miedo a morir	X		X		X		
17	Sobresaltos	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia. Levantar observaciones y reestructurar ítems en dimensiones _____

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. Diana Cecilia Zapata Espinoza D.N.I.: 70248789

Especialidad del validador: Psicólogo

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

21 de noviembre 2023



Firma del Experto Informante

Anexo N° 8

Matriz de consistencia

TITULO	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
“Estrés Y ansiedad en estudiantes de internado III de psicología de una Universidad Privada en Breña, 2023”	<p>PROBLEMA GENERAL ¿Cuál es la relación entre el estrés y la ansiedad en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023?</p> <p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS Problema específico 01 ¿Cuál es la relación entre el estrés y los síntomas cognitivos en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023?</p> <p>Problema específico 02 ¿Cuál es la relación entre el estrés y los síntomas físicos en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL Determinar la relación de la ansiedad y el estrés en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS Objetivo específico 01 Determinar la relación entre el estrés y los síntomas cognitivos en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023.</p> <p>Objetivo específico 02 Determinar la relación entre el estrés y los síntomas físicos en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023.</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL H1. Existe relación entre la ansiedad y el estrés en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023</p> <p>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS 01 H1. Existe relación entre el estrés y los síntomas cognitivos en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023.</p> <p>H2. Existe relación entre el estrés y los síntomas físicos en los estudiantes de internado III de psicología de una universidad privada en Breña, 2023.</p> <p>Hipótesis específica 02 H1. Se da relación significativa entre la ansiedad y los estresores en los estudiantes de internado III de la carrera de Psicología de la Universidad Privada del Norte sede Breña, 2023. H2. Se da relación significativa entre la ansiedad y los síntomas del estrés en los estudiantes de internado III de la carrera de Psicología de la Universidad Privada del Norte sede Breña, 2023.</p> <p>Hipótesis específica 03 H1. Se da relación significativa entre la ansiedad y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de internado III de la carrera de Psicología de la Universidad Privada del Norte sede Breña, 2023.</p>	<p>VARIABLE 01 ESTRÉS</p> <ul style="list-style-type: none"> -Estresores -Síntomas de estrés -Estrategias de afrontamiento <p>VARIABLE 02 Ansiedad</p> <ul style="list-style-type: none"> -Síntomas cognitivos. -Síntomas físicos. 	<p>ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN Se empleó un enfoque cuantitativo, lo que implica que se utilizaron métodos de recolección de datos basados en números y se realizaron análisis estadísticos para estimar los resultados. (Hernández, Sampieri, Torres, Mendoza, 2018)</p> <p>TIPO DE INVESTIGACIÓN El tipo de investigación es básica, debido a que su objetivo es incrementar los conocimientos científicos, pero sin contrastarlos con ningún aspecto práctico. (Muntané, 2010).</p> <p>NIVEL DE INVESTIGACIÓN En la investigación realizada, se utilizó descriptivo correlacional para analizar la relación entre la ansiedad y el estrés en estudiantes universitarios. (Hernández, Sampieri, Torres, Mendoza, 2018).</p> <p>DISEÑO DE INVESTIGACIÓN La investigación se basó en un diseño no experimental de corte transversal. No se realizaron manipulaciones de variables y la recolección de datos se llevó a cabo en un solo momento, ofreciendo una instantánea de la relación entre la ansiedad y el estrés en estudiantes universitarios en su entorno natural. (Hernández, Sampieri, Torres, Mendoza, 2018)</p> <p>TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS</p> <ul style="list-style-type: none"> -Test de Inventario de ansiedad de Beck – BAI. -Test de estrés académico de SISOO – SV 21.

Anexo N° 9

Operacionalización de la variable Ansiedad

Tabla 1
Operacionalización de variables

VARIABLES	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles	Rango
Ansiedad	Según el autor Schlatter (2003) menciona que la ansiedad es una sensación subjetiva que presentamos ante situaciones que valoramos como amenaza o riesgo, ya sea por su carácter novedoso o imprevisible, o por la intensidad del estímulo, según el autor menciona haber una distinción: ansiedad psíquica y somática (P.12)	La variable ansiedad se medirá a través de las puntuaciones que se alcancen del Inventario de Ansiedad de Beck - BAI adaptado Jesús Sanz, Frédérique Vallar, Elena de la Guía y Ana Hernández, a través de sus dos dimensiones y respectivos indicadores: ansiedad somático y ansiedad afectivo - cognitivo.	Síntomas cognitivos	Inquietud Nerviosismo Incapacidad para relajarse Temor Aterrorizando	4, 5, 8, 9, 10, 14, 16, 17	Cualitativa ordinal tipo Likert: En lo absoluto	De 10 a 18 puntos Ansiedad Leve De 19 a 25 puntos Ansiedad Moderada De 26 a 35 puntos Ansiedad Grave De 36 a 63 puntos Ansiedad Severa
			Síntomas físicos	Sentirse asustado Adormecimiento Sudoración Temblores Pérdida de la conciencia Dificultades respiratorias Sonroja miento	1, 2, 3, 6, 7, 11, 12, 13, 15, 18, 19, 20, 21	Levemente, no me molesta mucho Moderadamente fue muy desagradable, pero pude soportarlo Severamente casi no pude soportarlo	

Anexo N° 10

Operacionalización de la variable Estrés

Tabla 2
Operacionalización de variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles	Rango
Estrés	Orlandini (1996) menciona que el estrés suele llamarse estrés al agente, estímulo, factor que lo provoca o estresor. También a la respuesta biológica al estímulo o para expresar la respuesta psicológica al estresor.	La variable estrés se medirá a través de las puntuaciones que se alcancen del Inventario de estrés académico SISCO SV adaptado por Alania, Llançari, Rafaele, & Ortega (2020) a través de sus tres dimensiones y respectivos indicadores: estresores, síntomas del estrés, estrategias de afrontamiento	Estresores	Síntomas o reacciones físicas	1, 2, 3, 4, 5, 6 y 7	Cualitativa ordinal tipo Likert: 1. Nunca 2. Casi nunca 3. Rara vez 4. Algunas veces 5. Casi siempre 6. Siempre	De 0 a 33% nivel leve del estrés - De 34% a 66% nivel moderado del estrés - Del 67% al 100% nivel severo de estrés
			Síntomas del estrés	Síntomas o reacciones psicológicas	8, 9, 10, 11, 12, 13 y 14		
			Estrategias de afrontamiento	Síntomas o reacciones de comportamentales	15, 16, 17, 18, 19, 20 y 21		

Anexo N° 11

validez y confiabilidad del Inventario de Ansiedad de Beck

Confiabilidad del Inventario de Ansiedad de Beck

Estadística de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
.921	21

Anexo N° 12

validez y confidencialidad del Inventario de estrés académico SISCO - SV

21

Confiabilidad del Inventario de estrés académico SISCO - SV 21

Estadística de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
.905	21