



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE **PSICOLOGÍA**

“ESTRÉS ACADÉMICO Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES
UNIVERSITARIOS DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE
LIMA ESTE, EN EL AÑO 2023”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autores:

Ruth Melany Chochoca Chuquichanca
Lisbeth Alejandra Orihuela Choquechanca

Asesor:

Dr. Marlon Walter Valderrama Puscan

<https://orcid.org/0000-0002-7026-7013>

Lima - Perú

2024

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	RAQUEL TELLO CABELLO
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	EDUARDO ALONSO FARFAN CEDRON
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	MARLON WALTER VALDERRAMA PUSCAN
	Nombre y Apellidos

INFORME DE SIMILITUD

ESTRÉS ACADÉMICO Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA ...

-  ASESORÍA DE TESIS
-  REPORTE DE SIMILITUD - ASESORÍA DE TESIS
-  Asesores

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trncoid::1:3036342365

Fecha de entrega

9 oct 2024, 11:48 a.m. GMT-5

Fecha de descarga

9 oct 2024, 11:50 a.m. GMT-5

Nombre de archivo

CHOCHOCA_Y_ORIHUELA_TESIS_FINAL_-_CORREGIDO_2024.docx

Tamaño de archivo

6.2 MB

49 Páginas

8,830 Palabras

51,008 Caracteres



Página 1 of 52 - Portada

Identificador de la entrega trncoid::1:3036342365



Página 2 of 52 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trncoid::1:3036342365

15% Similitud general

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

DEDICATORIA

Queremos expresar nuestra gratitud a Dios por ser nuestro guía en este difícil camino y a nuestras familias por su inquebrantable apoyo desde que comenzamos la universidad. Han estado a nuestro lado y nos han brindado un apoyo inquebrantable en cada paso y decisión que hemos tomado, tanto personal como profesionalmente. Su inagotable inspiración ha desempeñado un papel fundamental a la hora de animarnos a perseguir y hacer realidad nuestros objetivos. Agradecemos sinceramente su inquebrantable apoyo y cariño.

AGRADECIMIENTO

A Dios, a nuestras familias y a los profesores de psicología de la Universidad Privada del Norte, queremos transmitirles nuestro agradecimiento. Su disposición a impartir sus conocimientos y experiencias laborales ha sido realmente beneficiosa para nosotros. Sus lecciones nos han inspirado y empujado a avanzar en nuestra formación académica. Nuestro más sincero agradecimiento a ellos por su empeño en brindarnos una educación de alta calidad.

TABLA DE CONTENIDO

JURADO EVALUADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDO	6
INDICE DE TABLAS	7
RESUMEN	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	22
CAPÍTULO III: RESULTADOS	31
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	34
REFERENCIAS	38
ANEXOS	42

INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Prueba de normalidad del estrés académico y la ansiedad.....	31
Tabla 2. Correlación del estrés académico y ansiedad.....	31
Tabla 3. Nivel de estrés académico	32
Tabla 4. Nivel de ansiedad.....	32
Tabla 5. Correlación entre la ansiedad y las dimensiones del estrés académico.....	33

RESUMEN

El objetivo del presente estudio es determinar la relación entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes universitarios en una universidad privada de Lima Este, en el año 2023. La metodología empleada fue de diseño cuantitativo, correlacional y no experimental. La población objeto de estudio estuvo conformada por 151 estudiantes universitarios quienes fueron mediante la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung y el Inventario de Estrés Académico SISCO. Los resultados demuestran una relación moderadamente positiva entre el estrés académico y la ansiedad; además, existe una alta frecuencia de estrés académico de «Nivel Medio»; una alta frecuencia de «Ansiedad Mínima a Moderada»; la ansiedad y la dimensión Estresores muestran una relación moderadamente positiva; y la ansiedad y la dimensión Síntomas de Estrés muestran una relación moderadamente positiva. En el caso de la dimensión Estrategias de afrontamiento se demuestra una relación negativa. Como conclusión, el estudio mostró una correlación significativa entre la ansiedad y el estrés académico.

PALABRAS CLAVES: ansiedad, estrés académico, universitarios

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

A nivel global, los desafíos de salud mental representan una seria preocupación que afecta a numerosas personas en todo el mundo, generando un alto costo emocional y social. Las cifras de incidencia de estos trastornos a lo largo de la vida y en un año varían ampliamente, pero reflejan una carga significativa para la salud pública, cabe mencionar que es importante destacar la importancia considerable de la carga de enfermedad en países con ingresos bajos y medianos se atribuye a estos trastornos, que incluyen la depresión, el estrés y la ansiedad, entre otros. (Secretaría de Salud, México, 2019). Una encuesta realizada en 21 universidades reveló que un alarmante 85% de la comunidad educativa tenía problemas de salud mental, con un alto porcentaje de 82% de ansiedad, 79% de estrés y 52% de violencia. Antes de la pandemia, parecía que nuestro país no era una excepción en lo que respecta a la incidencia de los problemas mentales en la comunidad universitaria, un problema de gran relevancia y preocupación en muchos otros países (Minedu, Perú, 2019).

De hecho, una parte significativa de la población universitaria europea experimenta actualmente un aumento del 78,14% en los síntomas de ansiedad como consecuencia de su rápida transición al aprendizaje virtual durante la actual crisis sanitaria de Covid-19. (Universidad Complutense de Madrid [UCM], 2020). A partir de la información recopilada por Sarduy et al. (2020), los investigadores informaron del descubrimiento de la existencia de niveles significativos de síntomas de ansiedad en el 33,3%,7 de los 33 estudiantes de enfermería de una institución pública de Ecuador a los que se examinó el caso para determinar su prevalencia. Según el Ministerio de Salud (Minsa, 2018) en el ámbito nacional el 7 % de la población padece de trastornos ansiosos, siendo la ansiedad social la de mayor

prevalencia, según refirió el especialista Humberto Maldonado quien fue entrevistado por un diario nacional.

Según el estudio del MINSA (2019), las investigaciones señalan que el estrés afecta negativamente a más del 30% de la población de Lima y Callao, y su prevalencia aumenta cada año en el Perú. En referencia a Perú, Cassaretto, Vilela y Gamarra (2021) descubrieron que el 83% de los 1801 participantes universitarios de seis ciudades de ese país afirmaron haber sentido estrés académico a lo largo del semestre, y que los estudiantes de clase media-alta declararon mayores niveles de estrés. El factor estresor más común: la sobrecarga de responsabilidades académicas se identificó como el principal desencadenante del estrés entre los estudiantes universitarios en Ecuador, según un estudio realizado por Moreno y sus colegas en 2022, más del 65% de los estudiantes de varias universidades ecuatorianas han experimentado este tipo de estrés como resultado de la situación sanitaria y el método de afrontamiento más frecuente fueron: la demasía de responsabilidades académicas, los problemas de concentración y escuchar música o ver televisión (Moreno, et al. 2022).

El término "estrés" se utiliza con mayor frecuencia para referirse a una enfermedad que se desarrolla como resultado de la sociedad y la forma en que vivimos, en la que las presiones diarias y diversas condiciones repercuten negativamente en la salud, así también se vio en los últimos años que la sociedad moderna ha aceptado el estrés como una parte normal de la vida diaria porque ocurre en un entorno de múltiples responsabilidades. El alto estrés académico está directamente relacionado con mayores niveles de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios (Damásio et al., 2017), autolesiones (Kiekens et al., 2016), menor autoeficacia académica (Ye et al., 2018), menor autoestima (Parillo & Gómez, 2019) y otros problemas de salud y bienestar.

1.2. Formulación del problema

Por todo lo ya mencionado la investigación se ha propuesto como pregunta principal del tema: ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la ansiedad en universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023?

Bases teóricas

El modelo sistémico cognoscitivista propuesto por el Dr. Arturo Barraza Macías presenta una aproximación conceptual para entender ciertos fenómenos. Según este modelo, se plantean dos supuestos fundamentales:

Teorías del estrés académico

-Supuesto Sistémico:

Este supuesto conceptualiza al ser humano como un sistema abierto que interactúa constantemente con su entorno. Se establece que el individuo se relaciona con su entorno a través de un flujo continuo de entrada y salida de información, con el objetivo de lograr un equilibrio sistémico. En otras palabras, el individuo recibe información del entorno (entrada) y responde a ella de manera que pueda adaptarse y mantener un equilibrio funcional (salida). Este enfoque sistémico reconoce la interdependencia entre el individuo y su entorno, así como la necesidad de adaptación y ajuste constantes para mantener la homeostasis. (Barraza, 2006).

Supuesto Cognitivista:

En este supuesto, se hace hincapié en el papel central de los procesos cognitivos en la relación entre el individuo y su entorno. Se postula que la forma en que el individuo percibe y evalúa las demandas del entorno, así como sus propios recursos internos para

hacerles frente, influyen en la manera en que enfrenta esas demandas. En este sentido, se destaca el proceso cognitivo de valoración, mediante el cual el individuo evalúa las demandas externas y sus propias capacidades para responder a ellas, lo que finalmente determina su estrategia de afrontamiento. Este enfoque cognitivista reconoce la importancia de los procesos mentales en la interpretación y respuesta del individuo a su entorno. (Barraza, 2006)

El estrés relacionado con la educación es un proceso complejo que se desarrolla en tres etapas: en primer lugar, el individuo se enfrenta a diversas demandas consideradas estresantes; en segundo lugar, estos factores estresantes provocan un desequilibrio en el sistema, manifestándose en síntomas físicos y mentales; finalmente, para recuperar el equilibrio y controlar el estrés, la persona emplea estrategias de afrontamiento (Barraza, 2006).

El estrés ha sido caracterizado por diversos autores; aquí destacaremos los mejores.

Selye (1935) refiere que el estrés es la reacción adaptativa de un organismo a diferentes tensiones, por lo que, esto sería perjudicial para el organismo. McEwen (2000) describe el estrés como un peligro fisiológico o psicológico que provoca una reacción en el cuerpo y/o el comportamiento. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el estrés genera una variedad de reacciones fisiológicas que preparan al cuerpo para la acción. Chrousos y Gold (1992) lo define como una condición desequilibrada o un peligro para la homeostasis. Arribas (2013), explica que las exigencias del entorno académico son las que provocan el estrés académico, y que los factores externos como la familia, la pareja, etc. no influyen en él.

Dimensiones del estrés:

Según Barraza (2007), la evaluación del estrés académico incluye tres componentes principales que fueron identificados a prioridad y luego definidos empíricamente a través del análisis factorial. Estos tres componentes son los siguientes:

-Estrésores académicos: Los cuales son factores que influyen en la aparición del estrés en el contexto educativo y también influyen a través de una presión y carga excesiva en los estudiantes. (García, 2004)

-Síntomas de estrés académico: Son los signos físicos, mentales y de comportamiento que muestra un alumno en un entorno de aprendizaje. (Barraza, 2007).

-Estrategias de afrontamiento: Las estrategias que emplea un estudiante para hacer frente a las exigencias -internas o externas- que superan su capacidad. (Lazarus y Folkman, 1984; como se citó en Barraza, 2007).

Ansiedad

La Universidad de Granada (2001) descubrió que la ansiedad, la impaciencia, el miedo, los cambios de humor, el desconcierto o la perplejidad son los signos más típicos del estrés. Otros síntomas son la autocrítica excesiva, los problemas para concentrarse y tomar decisiones, los olvidos y la preocupación por el futuro. Además, puede haber tartamudeo, sollozos, actividades impulsivas, risa nerviosa y cambios en el apetito.

Teorías de la ansiedad

La teoría psicodinámica: Desarrollada por Freud, propone que la angustia no se limita a ser simplemente un proceso biológico relacionado con la insatisfacción, como sugiere la respuesta del organismo ante la sobreexcitación del deseo sexual o libido. Freud

también plantea que la angustia puede ser vista como una señal de alarma en situaciones peligrosas. Esta teoría afirma que el malestar es el resultado del conflicto interno de un individuo entre las expectativas rigurosas del superyo y sus impulsos no deseados. Cuando un individuo cree que un estímulo innato es inapropiado, esto puede desencadenar una condición inductora de ansiedad (Montealegre, 2017).

Teoría conductista: Según esta teoría sugiere que todos los comportamientos se adquieren y se vinculan a estímulos positivos o negativos en algún momento de la vida del individuo. En cuanto a la ansiedad, se define como un proceso de aprendizaje condicionado en el que las personas asocian estímulos neutros con experiencias violentas, traumáticas o peligrosas. Como resultado, cada vez que se encuentran con estos estímulos, se sienten amenazados y se ponen ansiosos. La teoría enfatiza la relación entre estímulos y respuestas, lo que puede llevar a la manifestación de fobias o temores relacionados con situaciones que anteriormente no causaban ansiedad.

Según (RAE), es un estado mental o espiritual de agitación, inquietud o preocupación, así como de dolor, que acompaña con frecuencia a diversas enfermedades, especialmente a algunas neurosis, y que impide al paciente descansar. Lewis (1980) define la ansiedad como un estado afectivo desagradable marcado por el temor y una mezcla de sentimientos y pensamientos indeseables propios de la persona. Spielberger (1972) lo definió como un "estado emocional" instantáneo y cambiante que está marcado por una mezcla particular de cambios fisiológicos, así como por sensaciones de tensión, aprensión y ansiedad. Según Ocas (2021), es una secuencia de respuestas a estímulos que una persona utiliza para tratar de mantener su equilibrio con respecto a su entorno. Durante estas respuestas se activan los sistemas nerviosos hipotálamo-hipofisario, suprarrenal y simpático medular. Según Salazar (2015), la ansiedad es una reacción transitoria ante estímulos que se

perciben como desagradables o amenazantes y que surge como señal para buscar la adaptación en respuesta a las demandas.

Dimensiones de la ansiedad:

Dimensión psicológica: Estos síntomas parecen estar relacionados con las experiencias de ansiedad y de inquietud sobre el plan psicológico. Cuando una persona experimenta la nervosidad, la ansiedad, la fuerza sin razón aparente, las dificultades para dormir o revelarse fácilmente, los sentimientos de pánico, la pérdida corporal y el pesimismo, esa puede ser indicar la presencia de un problema de ansiedad. Estos síntomas pueden ser muy difíciles para aquellos que resienten y pueden interferir considerablemente con su vida cotidiana.

Dimensión fisiológica. Villanueva (2017) señala que esta dimensión es consecuencia de la activación de diferentes sistemas orgánicos del cuerpo, así como la activación de los sistemas nervioso autónomo y motor, sistema nervioso central, endocrino, inmune, respiratorio, neurovegetativo, genitourinario, entre otros sistemas del cuerpo, etc.

Antecedentes:

Antecedentes internacionales:

Clemente (2021) en su investigación tuvo como objetivo identificar la relación de estrés académico y ansiedad en estudiantes de la licenciatura en enfermería, por ello, se realizó una investigación cuantitativa, descriptiva, comparativa y correlacional en una población de 561 estudiantes de enfermería de pregrado de una institución pública de Puebla, con edades entre 18 y 28 años. Los instrumentos que emplearon fueron el inventario de estrés académico (SV-21) segunda versión e inventario de Ansiedad de Beck, según los resultados,

muestran que el estrés académico y la ansiedad tienen una relación directa y estadísticamente significativa ($p=0,000$; $r=,449^{**}$).

Kloster & Perrotta (2019) en su investigación buscaron categorizar el estrés académico, los estresores primarios y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios, así como examinar las diferencias en el estrés académico entre estudiantes de primer y último año en la ciudad de Paraná, por lo que se empleó una investigación descriptivo-comparativa, de campo y transversal en una población de 163 estudiantes universitarios, con edades comprendidas entre los 17 y los 38 años, que cursaban regularmente el primer, cuarto y quinto año de estudios. Los instrumentos empleados fueron el inventario SISCO del estrés académico y la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil, obteniendo como resultado que no existen diferencias estadísticamente significativas en los niveles de estrés académico de los estudiantes universitarios, que en general son moderados.

Chacho (2020) en su investigación tuvo como objetivo evaluar el nivel de estrés académico en estudiantes de pregrado de la facultad de Ciencias Químicas de la Universidad de Cuenca, por lo que la metodología empleada fue observacional y transversal, que contó con 295 estudiantes como participantes. Un cuestionario sociodemográfico y el Inventario SISCO modificado de Estrés Académico fueron los instrumentos utilizados en este estudio. Se obtuvo como resultado una relación estadísticamente significativa entre los niveles elevados de estrés y características sociodemográficas como el sexo femenino, tener familia, el lugar de procedencia, el estado civil, la ocupación y el campo de estudio; asimismo, según el estudio, los altos niveles de estrés se han relacionado con síntomas como fatiga crónica, sensaciones depresivas y ansiosas, dificultad para concentrarse y emociones desagradables como irritabilidad.

Sánchez (2021) en su investigación, su objetivo determinó la relación entre las variables ansiedad y calidad del sueño en estudiantes universitarios del Cantón Ambato, por lo que la metodología empleada se trató de un estudio cuantitativo no experimental con diseño transversal y objetivos descriptivos, correlativos y cuantitativos en una población de 337 estudiantes universitarios, empleando el instrumento de aplicación del Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) y el Índice de Calidad de Sueño de Pittsburg (PSQI). Según los resultados del estudio se observa la presencia de niveles de ansiedad similares tanto en hombres como en mujeres, sin encontrar diferencias estadísticamente significativas. Se ha identificado una baja calidad de sueño entre los estudiantes universitarios, así como una tendencia hacia la ansiedad moderada. Además, se ha encontrado una correlación positiva moderada y estadísticamente significativa entre la ansiedad y la calidad de sueño en la muestra evaluada.

Trunce (2020) en su investigación tuvo como objetivo determinar los niveles de estrés y ansiedad en estudiantes universitarios de primer año de las áreas de salud relacionándolos con el rendimiento académico. Por lo que la metodología empleada fue un estudio no probabilístico de este estudio no experimental, descriptivo y transversal en 186 estudiantes de una universidad pública del sur de Chile. El instrumento utilizado en el estudio fue la versión chilena abreviada del DASS-21, que mide estrés, ansiedad y depresión. De ella se desprende que el 29,00% de la población tiene un problema vinculado a la depresión, el 53,20% a la ansiedad y el 47,80% al estrés. Se encontró que el rendimiento académico y la ansiedad estaban correlacionados de forma estadísticamente significativa.

Antecedentes nacionales:

Ruiz & Salas (2023) en su investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre las dimensiones del estrés académico y la ansiedad en los estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima centro 2022, por lo que la metodología empleada fue cuantitativa de tipo correlacional y de diseño no experimental y transversal en una población de 170 estudiantes universitarios, empleando el instrumento Escala de Ansiedad de Lima de 20 ítems (EAL-20) e Inventario SISCO SV-21. Los resultados mostraron una correlación negativa entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la variable ansiedad, así como una relación menor y directa entre la dimensión síntomas de estrés académico y la variable ansiedad ($p=.022$; $r=.187$). Sin embargo, no se observó una correlación significativa entre la magnitud del estrés y la medición del estrés ($p=.255$; $r=-.094$). En conclusión, se ha mostrado una relación estadísticamente significativa entre la ansiedad como variable, las diversas manifestaciones sintomáticas y las estrategias de afrontamiento empleadas para gestionar el estrés académico.

Cruz (2022) en su investigación tuvo como objetivo analizar el nivel de estrés académico y su relación con el nivel de ansiedad en estudiantes del VII y VIII ciclo de la escuela profesional de enfermería de la universidad Norbert Wiener – 2020, por lo que se utilizó un enfoque cuantitativo, diseño metodológico descriptivo no experimental de corte transversal y el instrumento Inventario SISCO para Estrés Académico SV-21 segunda versión de Barraza (2018) y la escala de autoevaluación de ansiedad de Zung en una población de 110 estudiantes que cursan la carrera de enfermería. Como resultados, se mostró que, en cuanto a la relación entre el estrés académico y el nivel de ansiedad, los niveles severos de ansiedad se vinculan con el estrés académico crónico en el 48,2% de los casos, seguido de los niveles leves en el 25,5% de los casos y los niveles moderados de estrés académico en el 89% de los casos.

Cruz C. (2022) en su investigación tuvo como objetivo establecer la relación entre la ansiedad y el estrés académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Privada San Carlos, para ello la metodología que empleó fue cuantitativa, descriptiva y de corte transversal en una población de 88 estudiantes de los diferentes semestres académicos. Los instrumentos empleados fueron la Escala de Ansiedad de Zung y el Inventario SISCO para el estrés académico, obteniendo como resultado una relación significativa entre el estrés académico y la ansiedad de los estudiantes de enfermería. En relación con la primera variable, la mayoría de los estudiantes (85%) manifestó una ansiedad leve, y un 10,2%, una ansiedad elevada. Por otra parte, un subconjunto de los estudiantes (33%), indicó un estrés académico bajo, mientras que el 60,2% informó de un estrés académico moderado.

Campos & Romero (2022) en su investigación tuvo como objetivo establecer el nivel de ansiedad en estudiantes de medicina de la universidad Señor de Sipán, para ello la metodología que empleó fue de tipo descriptiva y de diseño no experimental en una población de 60 estudiantes, empleando la evaluación Trastorno de Ansiedad Generalizada (GAD7)., obteniendo como resultado, que la mayoría de los estudiantes de la universidad padecían ansiedad de leve (38,3%) a moderada (31,7 %).

Acasiete & Marca toma (2022) en su investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la ansiedad y estrés académico en los estudiantes de administración del quinto ciclo académico, para ello, se empleó un diseño transversal, no experimental, cuantitativo, aplicado y correlacional sobre una muestra de 98 personas. Utilizando el inventario SISCO y el cuestionario Beck I, se obtuvieron los siguientes resultados: El 63% de los encuestados presentaba un nivel severo de estrés, mientras que el 30,3% tenía un nivel grave y el 29,6% un grado mínimo de ansiedad. Por ello se concluye de esta manera que existe una relación

estadísticamente significativa, positiva media entre las variables de ansiedad y estrés académico ($r = ,304$; $p = ,002$).

1.3. Objetivos

1.3.1 Objetivo General

Determinar la relación entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.

1.3.2 Objetivos Específicos

- Establecer el nivel de estrés académico que presentan los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.
- Establecer el nivel de ansiedad que presentan los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.
- Establecer la relación entre la ansiedad y las dimensiones del estrés académico en los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.

Hipótesis:

H1: Existe una relación significativa entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.

H0: No existe una relación significativa entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.

Justificación:

Como profesionales de la salud, en esta investigación abordaremos aspectos significativos del estrés académico y la ansiedad porque estos problemas son frecuentes en

el mundo académico y tienen un impacto negativo en la salud mental, lo que dificulta su gestión durante esta fase de la vida universitaria.

El presente estudio se justifica teóricamente porque avanza en nuestro conocimiento del estrés académico y la ansiedad, a la vez que aborda el objetivo del estudio de establecer una relación entre las variables mencionadas utilizando la Escala de Automedición de la Ansiedad de Zung y el Inventario de Estrés Académico SISCO. Además, los trabajos investigados permiten comparar los resultados con una base teórica y de fiabilidad contribuyendo así a la investigación en la psicología y recopilando datos adicionales sobre las variables.

Asimismo, se justifica a nivel social aportando en los estudiantes universitarios mediante la enseñanza de diferentes mecanismos de afrontamiento para manejar las circunstancias desafiantes que impiden su capacidad para avanzar académicamente.

Finalmente, se justifica a nivel práctico contribuyendo en el conocimiento de las instituciones ya que pueden emplearlo para prevenir los problemas a los que se enfrentan los jóvenes universitarios proponiendo seminarios, talleres entre otros. Estos apoyarán la salud académica de los estudiantes, permitiéndoles adquirir herramientas y habilidades para su trabajo, su vida personal y su carrera profesional.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

La investigación se llevó a cabo utilizando un enfoque cuantitativo, dado que se necesitaron técnicas estadísticas para tratar los datos adquiridos. Según Hernández y Mendoza (2018), consideran que esta estrategia es útil en los casos en que el investigador tiene que medir la variable con los datos recogidos y puede hacerlo utilizando métodos estadísticos y matemáticos.

Con respecto al método de la investigación fue de método hipotético deductivo ya que al haber revisado previamente varias investigaciones, se puede crear una hipótesis y dar una respuesta finalizada la investigación. Según Tamayo (2008), el método deductivo está formado por todos los procedimientos y pautas que permiten extraer conclusiones a partir de premisas, si se aporta una hipótesis y de ella se sigue una consecuencia, esta también debe presentarse.

En cuanto al diseño de la investigación se recurrió a un diseño no experimental que se aplicará de manera transversal y de alcance correlacional ya que la información se adquirió en un único momento y no fue necesario modificar los resultados. Hernández y Mendoza (2018) señalan que la investigación no experimental se presenta como realmente ocurre, sin necesidad de que el investigador se involucre en los resultados.

El tipo de investigación será de tipo básica, con el objetivo de contribuir al cuerpo de conocimientos de la ciencia en lugar de emplear estrategias para resolver cuestiones particulares.

La población está formada por todos los estudiantes universitarios matriculados, hombres y mujeres, con edades comprendidas entre los 18 y los 25 años. Deben estar matriculados en clases para el año académico 2023. Según Arias (2006), la población se

define como una colección finita o infinita de componentes que comparten características similares, a los que se aplicarán los resultados de la investigación.

Para obtener la muestra emplearemos el método no probabilístico por conveniencia que se describe como la capacidad del investigador para elegir el número de participantes de su estudio en función de la facilidad con que maneja su muestra. (Hernández et al., 2016). En consecuencia, se tuvieron en cuenta para este estudio 151 estudiantes universitarios que cumplían los siguientes requisitos de inclusión:

Criterios de inclusión

Estudiantes de una universidad privada de Lima Este.

Estudiantes universitarios que confirmen un consentimiento brindando información.

Estudiantes que sean de ambos sexos.

Estudiantes entre los 18 y 25 años de edad.

Estudiantes mayores de 18 años.

Estudiantes que estén cursando el ciclo académico 2023 - 1

Criterios de exclusión

Estudiantes que dejen en blanco más de dos ítems

Estudiantes que sean menores de edad.

Estudiantes que no firmen el consentimiento para evaluación

Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos:

En esta investigación se empleó la encuesta como método para recopilar datos cuantitativos, la encuesta se basa en una serie de preguntas con opciones múltiples, que

pueden ser en forma de intervalos o categorías. Esta técnica se seleccionó debido a su capacidad para obtener información cuantitativa de manera eficiente. Por lo tanto, se empleó el Inventario SISCO para cuantificar el estrés académico y la Escala de Automedición de la Ansiedad de Zung para examinar los síntomas somáticos de la ansiedad.

El primer instrumento que se utilizó es la Escala de automedición de ansiedad de Zung es un instrumento eficaz para ver los indicios somáticos de ansiedad.

Descripción de la prueba: El cuestionario consta de 20 ítems; 5 ítems hacen referencia a síntomas afectivos, que se caracteriza por miedo, angustia, la desintegración mental y la aprehensión y 15 ítems identifican a síntomas somáticos, proporcionando un rango de puntuación entre 0 y 100. Cada ítem va de una escala de 1 a 4, correspondiendo la puntuación 1 a “muy pocas veces”, 2 a “algunas veces”; 3 a “muchas veces”; y la puntuación 4 a “casi siempre”. Los aspectos de corte sugeridos para interpretar el resultado obtenido son los próximos.

Según los rangos establecidos, se puede interpretar la presencia de ansiedad de la siguiente manera:

Puntuaciones de 5 a 40: No hay presencia de ansiedad.

Puntuaciones de 41 a 60: Existe ansiedad mínima a moderada.

Puntuaciones de 61 a 70: Se evidencia ansiedad moderada a severa.

Puntuaciones de 71 a 100: La ansiedad está presente en su grado máximo.

Confiabilidad: La validez del instrumento de medida de la ansiedad se evaluó en el presente estudio mediante el alfa de Cronbach, que arrojó un valor de 0,951, lo que sugiere un grado satisfactorio de fiabilidad de la ansiedad.

Validez: Las escalas de Depresión y Ansiedad (EAA y EAMD) fueron validadas por Zung (1965) en una cohorte de pacientes con ansiedad, depresión y otros trastornos de la personalidad que recibían tratamiento clínico en el Hospital Psiquiátrico de Duke. Las escalas de Depresión y Ansiedad (EAA y EAMD) fueron validadas por Zung (1965) en una cohorte de pacientes con ansiedad, depresión y otros trastornos de la personalidad que recibían tratamiento clínico en el Hospital Psiquiátrico de Duke. Otros profesionales médicos realizaron estos diagnósticos comparando los resultados de las escalas estandarizadas. Antes de utilizar las dos medidas, existía una fuerte correlación entre las puntuaciones obtenidas; asimismo, entre los demás datos recopilados, había variaciones notables en cuanto a la edad, el nivel educativo y el nivel socioeconómico. El coeficiente V de Aiken, que arrojó valores entre 8 y 1, fue utilizado por jueces del Perú para evaluar la validez y modificar la Escala de Ansiedad de Zung (Astocondor, 2001, como se referencia en Suárez, 2018).

Por otro lado, Villanueva (2017) pudo identificar la existencia de una distribución inusual de los datos durante un estudio para evaluar los niveles de ansiedad en una población estudiantil en Perú. Adicionalmente, ambas pruebas mostraron suficiente consistencia interna, estableciendo la validez y confiabilidad del instrumento para el uso previsto. La confiabilidad encontrada mediante el alfa de Cronbach también estuvo por encima del umbral de 0.70; por otro lado, la validez encontrada mediante el análisis factorial exploratorio tuvo una valoración óptima según el muestreo de Kaiser Meyer Olkin de 0.801; adicionalmente, una prueba de Bartlett resultó significativa con un valor de $p \leq 0.001$; finalmente, ambas pruebas demostraron suficiente consistencia interna.

El segundo instrumento que se está utilizando una vez ya determinada la técnica para la recolección de datos, es el instrumento Inventario SISCO, de Estrés Académico de Barraza. Así como también se presentará la Ficha Técnica del instrumento que fue utilizado, Barraza (2007, 2018) y estandarizada por estudiantes.

Descripción de la prueba: La prueba consiste de 21 ítems, y un grupo de personas tardó entre 10 y 15 minutos en aplicar el instrumento. En esta investigación, los ítems del cuestionario fueron distribuidos en tres dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Para evaluar estas dimensiones, se iniciaron recuentos de ítems a partir de los cuatro primeros, con el objetivo de conocer la frecuencia con la que los alumnos percibían que las exigencias del entorno les causaban estrés. Los otros cuatro ítems también fueron evaluados utilizando una escala de Likert de seis valores para medir diferentes aspectos relacionados con el estrés y las estrategias de afrontamiento: (nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), confiriendo a las respuestas las puntuaciones de: 0 = nunca, 2 = casi nunca, 3= rara vez, 4= algunas veces, 5= casi siempre y 6 = siempre. No obstante, esta información fue útil para determinar la frecuencia con la que los niños mostraban signos conductuales, psicológicos y corporales de estrés. Por último, incluía cinco preguntas tipo escala de Likert divididas en cinco categorías -nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre- que facilitaban la determinación de la frecuencia con la que los estudiantes emplean mecanismos de afrontamiento (Barraza, 2007).

Confiabilidad: Para cada ítem de estrés académico del instrumento, se evalúa la fiabilidad del mismo mediante el coeficiente de consistencia interna alfa de Cronbach. Las tres dimensiones del estrés académico se sitúan, según este

coeficiente, entre 0,9937 (Estrategias de afrontamiento) y 0,9518 (Síntomas), con una fiabilidad alta (0,85 a 1) (Muñiz, 2005; Prieto y Muñiz, 2000, citado por Ferrer, Guilera, y Perú, 2011). Estos resultados apoyan la validez del instrumento de estrés académico al demostrar la fiabilidad de los aspectos del estrés académico.

Validez: El instrumento incluye validez de concepto y validez de contenido, al realizar la aplicación de SISCO SV21 y siguiendo los procedimientos de inclusión y exclusión, se evaluó a 455 participantes de la muestra, lo que arrojó 371 estudiantes universitarios cuyas respuestas se codificaron de 0 a 5. Posteriormente, se calculó el total de las tres dimensiones del instrumento utilizando el Statical Package for Social Science (SPSS) versión 26. Como resultado, se realizó un análisis descriptivo de la asociación de los ítems y se pudo determinar la media y la desviación estándar. Por último, la correlación ítem-test debe seguir siendo superior a 0,30 ($>0,30$) para preservar las covarianzas (Medrano y Muñoz, 2017). El AFC se realizó utilizando AMOS 24, y se descubrió que el índice de bondad de ajuste (GFI) tenía valores superiores a 0,90 ($>0,90$). Esto contrasta con el índice de bondad de ajuste (Escobedo et al., 2016) que debe ser al menos 0,080 ($<0,080$) (Ruiz et al., 2010). En cuanto al ajuste comparativo al que pertenecen el índice de Tucker-Lewis (TLI) de 0,810 y el CFI de 0,829, los resultados mostraron que eran inferiores a 0,90 ($>0,90$). En consecuencia, se utilizó el índice de modificación para ajustar el modelo, eliminando los ítems 1, 5, 6, 8, 13, 14, 15 y 21. Esto permitió que los ítems resultantes fueran independientes y estuvieran relacionados con la dimensión que correspondía al modelo teórico (CFI=0,956; RMSEA=0,052; GFI=0,951; TLI=0,9451; AIC=182,797). Se utilizaron los índices Alfa y Omega del software Jamovi, versión 1.6.11, para evaluar la fiabilidad del modelo. Los resultados mostraron que la

fiabilidad del modelo era de 0,72 para los estresores, 0,81 para los síntomas y 0,79 para los métodos de afrontamiento, así como de 0,74, 0,82 y 0,80 para las estrategias de afrontamiento.

Existen varias fuentes de pruebas válidas. No obstante, de acuerdo con Messick (1995), las distintas técnicas de validación pueden clasificarse en cinco categorías de pruebas:

- Datos derivados del contenido de un instrumento de medición.
- Datos derivados del procedimiento de respuesta.
- Datos derivados de la estructura interna.
- Datos derivados de factores adicionales.
- Datos derivados de los resultados de la medición.

Con un ítem de término dicotómicos (sí-no) determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario.

Un ítem que, con una escala de cinco valores numéricos (del 1 al 5 donde uno es poco y cinco mucho) esto permitirá calibrar la gravedad del estrés académico.

Cuatro ítems que, con una escala de seis valores categoriales (nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) se podrá determinar la probabilidad de que las exigencias ambientales se consideren estímulos estresantes.

Cuatro ítems que, con una escala de seis valores categoriales (nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) nos ayudan a precisar los estímulos estresantes o la frecuencia con la que se desarrollan los síntomas.

Cinco ítems que, con una escala de seis valores categoriales (nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) nos permiten determinar la frecuencia con que se emplean las estrategias de afrontamiento.

Procedimiento de análisis de datos: Por otro lado, se utilizaron las redes sociales para solicitar la colaboración de los alumnos de una institución privada de Lima Este con el fin de recopilar los datos. Las investigadoras publicaron un enlace al formulario en línea en la página de Facebook y en WhatsApp. Dado que los instrumentos se utilizaron fuera de un entorno académico, no fue necesaria la autorización de la universidad.

Análisis de datos: En el análisis de datos, para confirmar las propiedades psicométricas (validez y fiabilidad) de los instrumentos en la población a evaluar, se seleccionó una muestra piloto de 151 estudiantes. A continuación, los datos se organizaron en una tabla utilizando la aplicación Microsoft Excel, que dividió la población por sexo, edad y ciclo de estudios. A continuación, los datos se analizaron con el programa estadístico Jamovi 2.3. Los datos no siguen una distribución normal, según la prueba de normalidad de Kolmogorov Smirov que también se tuvo en cuenta. A su vez, la asociación entre las variables estrés académico y ansiedad y sus correspondientes valores se determinó mediante la prueba del coeficiente de correlación de Spearman.

Aspectos éticos: Cabe destacar que el estudio se adhirió a las normas establecidas por la Asociación Americana de Psicología (APA, 2017). La deontología y el código de ética del Colegio de Psicólogos del Perú establecen lo siguiente: Artículo 26: “El Psicólogo que publique información proveniente de una investigación psicológica independientemente de los resultados, no deberá incurrir en falsificación ni plagio, declarando la existencia o no de conflicto de intereses”. Artículo 24: “El Psicólogo debe tener presente que toda investigación

en seres humanos debe necesariamente, contar con el consentimiento informado de los sujetos comprendidos”. Todos los cuestionarios contienen este consentimiento.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

Tabla 1

Prueba de normalidad del estrés académico y la ansiedad

Kolmogorov-Smirnov ^a			
	Estadístico	gl	Sig.
Estrés académico	.078	151	.024
Estresores	.104	151	.000
Síntomas	.079	151	.023
Estrategias de afrontamiento	.087	151	.007
Ansiedad (Agrupada)	.118	151	.000

a. Corrección de significación de Lilliefors

En la Tabla 1, se evidencia que los datos de Estrés Académico y Ansiedad no siguen una distribución normal, según el estadístico de Kolmogórov-Smirnov ($P < 0.05$). Por lo tanto, se utilizaron métodos estadísticos no paramétricos para el análisis.

El objetivo general es determinar la relación entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.

Tabla 2

Correlación del estrés académico y la ansiedad

Prueba estadística	Variables	P - valor	Coefficiente de correlación
Rho de Spearman	Estrés académico	0,000	1.000
	Ansiedad		0.431**

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la Tabla 2, se revela una relación significativa entre estrés académico y ansiedad ($P = 0.000$, $Rho = 0.431$), indicando una correlación positiva y moderada. Esto sugiere que mayores niveles de estrés académico están asociados con mayores niveles de ansiedad.

El objetivo específico 1, es establecer el nivel de estrés académico que presentan los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.

Tabla 3

Nivel de estrés académico

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Nivel Bajo	3	2.0
	Nivel Medio	142	94.0
	Nivel Alto	6	4.0
	Total	151	100.0

Fuente: Datos recogidos mediante instrumento

En relación a la Tabla 3 se observa que el 94.0% de los estudiantes presentan un nivel medio de estrés académico, lo que indica que la mayoría experimenta un grado moderado de estrés.

El objetivo específico 2, es establecer el nivel de ansiedad que presentan los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.

Tabla 4

Nivel de ansiedad

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	No Hay Ansiedad Presente	56	37.1
	Presencia De Ansiedad Mínima A Moderada	67	44.4
	Ansiedad Marcada A Severa	23	15.2
	Ansiedad En Grado Máximo	5	3.3
	Total	151	100.0

Fuente: Datos recogidos mediante instrumento

En la Tabla 4, muestra que el 44.4% de los estudiantes presentan ansiedad mínima a moderada. Un 37.1% no presenta ansiedad significativa, mientras que el 15.2% tiene ansiedad marcada a severa, y solo el 3.3% muestra ansiedad en grado máximo.

El objetivo específico 3, es establecer la relación entre la ansiedad y las dimensiones del estrés académico en los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.

Tabla 5

Correlación entre la ansiedad y las dimensiones del estrés académico

Prueba estadística	Variable y dimensión	P - valor	Coefficiente de correlación
Rho de Spearman	Ansiedad Estresores	0,000	.413**
	Ansiedad Síntomas	0,000	0.564
	Ansiedad Estrategias de afrontamiento	0,151	-0.126

** *La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).*

En relación a la Tabla 5, se identificó una relación moderada y positiva entre la Ansiedad y las dimensiones Estresores (Rho = 0.413) y Síntomas (Rho = 0.564) en los estudiantes universitarios. Esto indica que, a mayor ansiedad, mayor es el nivel de estresores y síntomas asociados en los estudiantes. Sin embargo, no se halló ninguna relación significativa entre la variable Ansiedad y la dimensión Estrategias de Afrontamiento (P = 0.151), lo que sugiere que las estrategias de afrontamiento no están directamente relacionadas con los niveles de ansiedad en esta población.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El objetivo general de la presente investigación es determinar la relación entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023., obteniendo como resultado mediante el coeficiente de correlación ($Rho=.431^{**}$) lo que significa que la relación entre las variables de estudios mencionadas es moderada y positiva. Al comparar estos resultados con la investigación realizada por Clemente (2021), estos están concordes con nuestra investigación ya que, en su investigación, los resultados indicaron que existe una relación significativa directa y moderada ($r=.449^{**}$). Así mismo, estos resultados guardan similitud con los resultados de Acasiete et al. (2021), donde se encontró una correlación estadísticamente significativa y positiva ($r = ,304$).

En cuanto al primer objetivo específico, se buscó establecer el nivel de estrés académico que presentan los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023. En tal sentido, se evidencia que los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este auto perciben un “Nivel medio” (94.0%) de estrés académico respectivamente. Estos resultados coinciden con la investigación realizada por Kloster y Perotta (2019) ya que en su estudio reportaron un nivel de estrés académico moderado, y que no existen diferencias significativas, desde el punto de vista estadístico en el nivel de estrés académico.

En cuanto al segundo objetivo específico, se buscó establecer el nivel de Ansiedad que presentan estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023. En tal sentido, se evidencia que los estudiantes universitarios auto perciben un nivel de “Ansiedad mínima a Moderada” en un (44.4%) concluyendo que no hay presencia de ansiedad a niveles patológicos en la muestra investigada. Estos resultados guardan relación

con la investigación realizada por Campos y Romero (2020), donde se obtuvo que la mayoría de los estudiantes de esta universidad presentan niveles de ansiedad de leves a moderados.

Finalmente, en cuanto al tercer objetivo específico, se buscó establecer la relación entre la Ansiedad y las dimensiones del estrés académico en los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023. En tal sentido los resultados indican que existe relación entre la ansiedad y la dimensión Estresores en los estudiantes universitarios ya que el tamaño de la correlación es moderada y positiva ($Rho=.431^{**}$), así mismo, existe relación entre la ansiedad y la dimensión Síntomas en los estudiantes universitarios, esta correlación es moderada y positiva ($Rho=0.564$), sin embargo, no existe relación entre la Ansiedad y la dimensión Estrategias de Afrontamiento ($Rho=-0.126$) en los estudiantes universitarios, ya que en el estadístico de Rho de Spearman su P-valor fue de $0.151 > 0.05$ respectivamente. Los hallazgos de Ruiz y Salas (2023) son consistentes con los resultados del presente estudio, ya que su investigación no reveló una relación significativa entre la dimensión estresores ($p=.255$; $r=-.094$) y la variable ansiedad, pero sí una pequeña relación negativa ($p=.006$; $r=-.222$) y una relación directa y pequeña ($p=.022$; $r=.187$) entre la variable ansiedad y la dimensión síntomas de estrés académico. Las correlaciones en el modelo cognitivista sistémico del estrés académico (Barraza, 2006) están supeditadas a los estímulos que percibe el sujeto, lo que explica que los resultados puedan variar en función de la situación estresante.

En cuanto a las limitaciones de la investigación, se identificaron varios aspectos, en primer lugar, la falta de acceso a la muestra de manera presencial limitó la participación de un número mayor de alumnos, lo que pudo afectar la representatividad de los resultados. Además, dado que algunos estudiantes podrían no haber tenido acceso o no haber sido

alcanzados por este método de distribución, el uso de las redes sociales para dirigir el enlace de participación a la muestra objetivo también indicaba limitaciones.

Es importante tener en cuenta estas limitaciones al interpretar los resultados y considerar futuras investigaciones que puedan abordar estas restricciones para obtener una visión más completa y precisa del fenómeno estudiado.

Dentro de las implicancias encontradas con las variables investigadas, se observaron que entre el estrés académico y la ansiedad existe una correlación positiva y moderada, esto significa que, a mayor estrés académico, mayor es la ansiedad en los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023. Estos resultados guardan concordancia con Selye (1935) ya que el estrés es una respuesta natural que prepara al organismo a enfrentarse a las dificultades del día a día, esto tiene que ver con los niveles de estrés de los universitarios, que son una reacción normal a medida que el cuerpo y la mente se preparan para las exigentes circunstancias que conlleva ser estudiante.

Por tal motivo, se propone realizar actividades de prevención y promoción enmarcado en talleres de hábitos de estudio a grupos de estudiantes, talleres de estilos de aprendizaje, psicoeducación sobre el estrés académico y maneras de cómo manejarlo en etapas de examen y talleres relacionados a la gestión y administración del tiempo.

Conclusiones

En relación con el objetivo general se estableció que existe una relación moderada y positiva entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.

Con relación al primer objetivo se estableció que existe una frecuencia elevada de “Nivel Medio” de estrés académico en los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.

Con relación al segundo objetivo se concluye que existe una frecuencia elevada de “Ansiedad mínima a moderada” en los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.

Con relación al tercer objetivo se concluye que existe una asociación moderada y positiva entre la ansiedad y la dimensión Estresores y Síntomas del estrés académico en los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este; por último, no se encontró relación entre la Ansiedad y la dimensión Estrategias de Afrontamiento.

REFERENCIAS

- Alfonso, B; Calcines, M; Monteagudo, R & Nieves, Z. (2015). Estrés académico. *Revista EDUMECENTRO*, 7(2). Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013&lang=es
- Apóstolo, J. L. A., Figueiredo, M. H., Mendes, A. C., & Rodrigues, M. A. (2011). Depression, anxiety and stress in primary health care users. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 19(2), 348-353. <https://doi.org/10.1590/s0104-11692011000200017>
- Barrera, A., Neira, M., Raipán, P., Riquelme, P., & Escobar, B. (2019). Apoyo social percibido y factores sociodemográficos en relación con los síntomas de ansiedad, depresión y estrés en universitarios chilenos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 24(2), 105-115. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7255171>
- Campos, M., & Romero, F. (2020). *Nivel de ansiedad en estudiantes de medicina de una universidad Lambayecana, 2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán] <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/9608>
- Campoverde, W. G. S., & Tornero, J. L. V. (2021). Aumento de los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios durante la época de pandemia de la COVID-19. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 50(1). <https://revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/931/730>
- Carlessi, HHS, Chocas, LA. Y., Alva, LJ, LLacuachaqui, ERN, Iparraguirre, CA, Calvet, MM, Santayana, EG, Medina, I., Quispe, JG, & Figueroa, CF (2021). *Validación del Cuestionario de Salud del Paciente-9 (PHQ-9) en internos de medicina humana en una universidad de referencia en Perú durante la pandemia de COVID-19*. *Revista*

De La Facultad De Medicina Humana, 22 (3), 540–546.

<https://doi.org/10.25176/rfmh.v21i1.3179>

Clemente, Z. (2021). *Estrés Académico y Ansiedad en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería*. [Tesis de maestría, Benemérita Universidad Autónoma de Puebla].

<https://hdl.handle.net/20.500.12371/11807>

Cornejo, J., & Salazar, R. (2018). *Estrés académico en estudiantes de una universidad privada y nacional de Chiclayo*. [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]

<https://hdl.handle.net/20.500.12802/4237>

Cruz, C. (2022). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Privada San Carlos S.A.C. de la ciudad de Puno - 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada San Carlos]

<http://repositorio.upsc.edu.pe/handle/UPSC%20S.A.C./228>

Cruz, M. (2022). *Estrés académico y su relación con el nivel de ansiedad en estudiantes del vii y viii ciclo de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Norbert Wiener – Lima 2022*. [Tesis de licenciatura, Universidad Norbert Wiener]

<https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/7710>

García, G. (2022). *Estrés académico y su incidencia en la ansiedad de estudiantes de posgrado en una universidad de Lima Metropolitana, 2021*. [Tesis de maestría,

Universidad Cesar Vallejo]

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/83773>

González, L. Z. T., Guevara, E. G., Nava, M. G., Estala, M. A. C., García, K. Y. R., & Peña, E. G. R. (2019). Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de nuevo ingreso a la

educación superior. *Revista Salud Pública y Nutrición*, 17(4), 41-47.
<https://respyn.uanl.mx/index.php/respyn/article/view/399>

Gonzales, J. (2020). *Nivel de depresión, ansiedad y estrés en jóvenes universitarios asociados a confinamiento social - Arequipa 2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Santa María]
<https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/10219>

Guzmán-Castillo, A., Bustos, C., Zavala, W., & Castillo-Navarrete, J. (2022). Inventario SISCO del estrés académico: revisión de sus propiedades psicométricas en estudiantes universitarios. *Terapia Psicológica*, 40(2), 197-211.
<https://doi.org/10.4067/s0718-48082022000200197>

Kloster, G., & Perrotta, F. (2019). *Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Argentina]
<https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/9774>

Leonangeli, S., Michelini, Y., & Montejano, G. R. (2022). Depresión, Ansiedad y Estrés en Estudiantes Universitarios Antes y Durante Los Primeros Tres Meses de Cuarentena por COVID-19. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2022.04.008>

Mayorga, P., & Ortiz, Y. (2018). *Ansiedad y estrés académico en los estudiantes de la Puce Ambato antes y después de los procesos de evaluación. Estudio comparativo histórico*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica del Ecuador]
<https://repositorio.puce.edu.ec/handle/123456789/41816>

Ministerio de Salud (22 de setiembre de 2019). *Minsa y universidades implementarán estrategias para el cuidado de la salud mental de los estudiantes*. Gobierno del Perú.

<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/51257-minsa-y-universidades-implementaran-estrategias-para-el-cuidado-de-la-salud-mental-de-los-estudiantes>

Molina, A. A. S. (2021). Enfoques metodológicos en la investigación histórica: cuantitativa, cualitativa y comparativa. *Debates de la historia*, 9(2).

<https://www.redalyc.org/journal/6557/655768525006/movil/>

Peinado, A. L. (2018). *El estrés académico en los estudios realizados con estudiantes del último año*. [Tesis de licenciatura, Universidad de San Carlos de Guatemala]

http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/29/29_0548.pdf

Román Collazo, C. A., & Hernández Rodríguez, Y. (2011). El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista Electrónica De*

Psicología Iztacala, 14(2).

<https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/26023>

Ruiz-Grosso, P., Loret de Mola, C., Vega-Dienstmaier, J. M., Arevalo, J. M., Chavez, K.,

Vilela, A., Lazo, M., & Huapaya, J. (2012). Validation of the Spanish Center for Epidemiological Studies Depression and Zung Self-Rating Depression Scales: a comparative validation study. *PLoS One*, 7(10).

<https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0045413>

Ruiz, L., & Salas, C. (2022). Estrés académico y ansiedad en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima centro 2022. [Tesis de licenciatura,

Universidad Privada del norte] <https://hdl.handle.net/11537/35311>

Sierra, J. C., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista malestar e subjetividad*, 3(1), 10-59.

<https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>

ANEXOS

Instrumentos

Inventario de estrés académico SISCO SV-21

(Modelo Reespecificado)

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

- Si
 No

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

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

1	2	3	4	5

3.-Dimensión estresores

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, ¿con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S

Con qué frecuencia te estresa:

Estresores	N	CN	RV	AV	CS	S
1. La personalidad y el carácter de los docentes que me imparten clases						
2. La forma de evaluación de mis docentes (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)						
3. El nivel de exigencia de mis docentes						
4. La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los docentes						

4.- Dimensión síntomas (reacciones)

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X, ¿con que frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:

Síntomas	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
2. Ansiedad, angustia o desesperación						
3. Problemas de concentración						
4. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad						

5.- Dimensión estrategias de afrontamiento

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, encerrando en un círculo, ¿con que frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés:

Estrategias	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa						
2. Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa						
3. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
4. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucioné						
5. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						

TEST DE ANSIEDAD DE ZUNG

Instrucciones

Marque con una X en el espacio correspondiente según como usted se haya sentido durante la ~~la~~ semana.

No.	Items	Muy pocas veces	Algunas veces	Muchas veces	Casi siempre
1	Me siento más nervioso(a) y ansioso(a) que de costumbre.				
2	Me siento con temor sin razón.				
3	Despierto con facilidad o siento pánico.				
4	Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos.				
5	Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme.				
6	Me tiemblan los brazos y las piernas.				
7	Me mortifican dolores de cabeza, cuello o cintura.				
8	Me siento débil y me canso fácilmente.				
9	Me siento tranquilo(a) y puedo permanecer en calma fácilmente.				
10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón.				
11	Sufro de mareos.				
12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar.				
13	Puedo inspirar y expirar fácilmente.				
14	Se me adormecen o hinchan los dedos de las manos y pies.				
15	Sufro de molestias estomacales o indigestión.				
16	Orino con mucha frecuencia.				
17	Generalmente mis manos están secas y calientes.				
18	Siento bochornos.				
19	Me quedo dormido(a) con facilidad y descanso bien durante la noche.				
20	Tengo pesadillas.				

Consentimiento informado

Antes de participar, debes llenar el consentimiento informado para que puedas participar en esta investigación.

He leído y comprendido la información brindada anteriormente, por lo que tengo conocimiento de que los datos que brindo en esta investigación serán utilizados para fines educativos sin ningún otro propósito y se mantendrán confidenciales en todo momento.

Brindo mi consentimiento voluntario para participar en la siguiente investigación. *

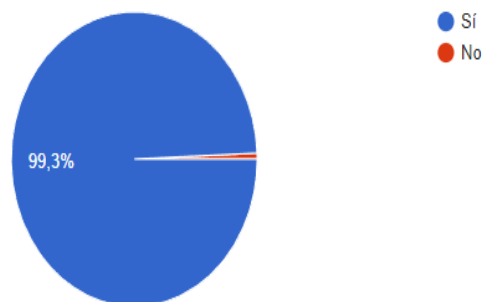
- Sí
- No

Antes de participar, debes llenar el consentimiento informado para que puedas participar en esta investigación.

Brindo mi consentimiento voluntario para participar en la siguiente investigación.

 Copiar

152 respuestas



Bases de datos

	G	H	I	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V
1	Universidad de resc	Carrera	Ciclo académico	1. La personalidad y	2. La forma de evalu	3. El nivel de exigenc	4. La poca claridad	1. Sentimientos de d	2. Ansiedad, angust	3. Problemas de cor	4. Sentimiento de a	1. Establecer solucic	2. Analizar lo positiv	3. Mantener el cor
2	Universidad Privada	Psicología	10	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	
3	Universidad Privada	Psicología	10	3	3	4	4	5	4	5	5	4	4	
4	Universidad Privada	Psicología	9	3	3	4	3	4	2	3	3	4	5	
5	Universidad Privada	Psicología	9	2	2	2	3	4	4	4	3	5	5	
6	Universidad Privada	Psicología	9	4	4	4	3	4	4	4	3	4	5	
7	Universidad Privada	Psicología	7	5	5	5	4	4	5	6	3	5	5	
8	Universidad Privada	Química industrial	5	3	5	4	4	5	4	4	2	5	4	
9	Universidad Privada	Psicología	10	5	5	6	6	5	5	5	5	5	5	
10	Universidad Privada	Psicología	9	5	5	5	5	4	4	4	4	3	3	
11	Universidad Privada	Ingeniería Civil	9	4	4	5	3	4	3	3	3	3	3	
12	Universidad Privada	Psicología	9	2	4	4	3	3	2	3	2	5	5	
13	Universidad Privada	Ingeniería Ambienta	3	5	5	4	3	6	6	3	3	6	5	
14	Universidad Privada	Psicología	10	1	2	1	2	3	2	4	1	2	4	
15	Universidad Privada	Ingeniería Civil	9	2	5	5	4	4	4	4	3	4	3	
16	Universidad Privada	Psicología	8	3	5	5	2	3	4	5	4	4	5	
17	Universidad Privada	Psicología	9	4	4	4	4	2	3	4	3	5	5	
18	Universidad Privada	Ingeniería Civil	9	4	5	4	4	5	5	4	4	5	5	
19	Universidad Privada	Derecho y Ciencias	10	3	6	6	6	6	6	6	6	4	3	
20	Universidad Privada	Psicología	10	4	4	4	4	4	5	2	4	4	4	
21	Universidad Privada	Derecho y Ciencias	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	
22	Universidad Privada	Ingeniería de Sistem	9	5	4	4	4	3	3	5	4	2	4	
23	Universidad Privada	Psicología	8	6	6	6	6	4	4	5	2	4	4	
24	Universidad Privada	Psicología	10	2	3	4	4	5	5	5	4	5	5	
25	Universidad Privada	Derecho y Ciencias	8	2	2	2	5	4	3	5	2	4	5	
26	Universidad Privada	Ingeniería de Sistem	10	5	6	6	4	5	4	5	3	4	3	
27	Universidad Privada	Ingeniería de Sistem	7	4	4	5	3	3	3	2	3	5	6	
28	Universidad Privada	Ingeniería Civil	9	2	4	4	4	3	3	3	4	3	4	
29	Universidad Privada	Ingeniería Civil	10	4	3	4	4	4	4	6	4	3	4	
30	Universidad Privada	Psicología	10	3	4	3	4	3	3	4	3	5	4	
31	Universidad Privada	Psicología	10	5	5	5	3	4	5	4	3	5	4	
32	Universidad Privada	Psicología	10	2	3	3	2	2	3	4	4	5	5	
33	Universidad Privada	Psicología	10	2	2	2	4	2	3	3	3	5	4	
34	Universidad Privada	Psicología	10	6	6	5	4	4	5	2	3	3	4	
35	Universidad Privada	Obstetricia	3	5	6	6	4	6	6	6	6	5	6	
36	Universidad Privada	Obstetricia	3	5	5	6	5	4	4	5	5	5	4	
37	Universidad Privada	Diseño gráfico	8	1	2	3	3	2	1	4	4	5	4	
38	Universidad Privada	Administración de e	10	3	2	3	3	2	3	4	4	5	5	
39	Universidad Privada	Psicología	10	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	
40	Universidad Privada	Psicología	10	5	4	5	5	6	6	6	5	4	3	

Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLE/DIMENSIONES	METODOLOGIA
<p>¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la ansiedad en universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023?</p> <p>Problemas específicos:</p> <p>P1: ¿Qué relación existe entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023?</p> <p>P2: ¿Qué relación existe entre la dimensión estrés académico y ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023?</p>	<p>Objetivos General:</p> <p>Determinar la relación entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.</p> <p>Objetivos Específicos:</p> <p>O1: Establecer el nivel de estrés académico que presentan los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.</p> <p>O2: Establecer el nivel de ansiedad que presentan los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.</p> <p>O3: Establecer la relación entre la ansiedad y las dimensiones del estrés académico en los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.</p>	<p>Hipótesis específica:</p> <p>H1: Existe una relación significativa entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.</p> <p>H2: No existe una relación significativa entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, en el año 2023.</p>	<p>Variable N°1: Estrés académico Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estresores. • Síntomas • Estrategias de afrontamiento. <p>Variable N°2: Ansiedad Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Síntomas somáticos 	<p>Tipo de investigación:</p> <p>Cuantitativo</p> <p>Diseño: no experimental</p> <p>Nivel de investigación: correlacional y corte transversal</p> <p>Instrumentos:</p> <p>Inventario SISCO</p> <p>Escala de automedición de ansiedad de Zung</p> <p>Población: estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este</p> <p>Muestra: La muestra fue de 151 estudiantes</p>

Matriz de operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	Nº DE ITEMS
Estrés académico	Es una relación directa con los objetivos de la relación terapéutica y que establece o mantiene un profesional con un paciente, con la familia del paciente o con ambos.	Para la variable ansiedad se empleará el Inventario SISCO, de estrés académico de Barraza.	Estresores	Sobrecarga de tareas Carácter del profesor Tipo de trabajo Comprensión del tema	1,2,3,4
			Síntomas	Bloqueo mental Inquietud Falta de concentración Tristeza Olvidos Alteración en la alimentación Conflictos Desgano Aislamiento	5,6,7,8
			Estrategias de afrontamiento	Resolver problemas Planificación de resolución de problemas Reevaluación positiva Control emocional	9,10,11,12,13

Ansiedad	Es una evaluación que se hace basándose en las expectativas del paciente como su ideal de servicio y atención, así como su percepción del servicio sanitario obtenido, que puede basarse en un análisis cognitivo y afectivo, que se comparan con experiencias anteriores.	Para la variable ansiedad se empleará la Escala de automecisión de ansiedad de Zung.	Afectivos	Intranquilidad Angustia Desintegración mental Aprensión	1,2,3,4,5
			Somáticos	Temblores Molestias y dolores musculares Fatigabilidad, debilidad Inquietud Palpitaciones Vértigo Desmayos Disnea Parestesias Náuseas y vómitos Micción frecuente Sudoración Rubor facial Insomnio Pesadillas	6,7,8,9,10 ,11,12,13,14,15, 16,17,18,19,20