



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

“ANSIEDAD Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES
UNIVERSITARIOS DE UNA UNIVERSIDAD DE LIMA
NORTE, 2021.”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciado en Psicología

Autores

Fiorella Anait Gomez Cabrera
Luis Alberto Lozano Bravo

Asesor:

Mg. Nancy Alfonsina Negreiros Mora

<https://orcid.org/0000-0002-6432-1298>

Lima - Perú

2022

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Cristian Eduardo Sarmiento Pérez	43203074
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	Tania Carmela Lip Marín de Salazar	08179761
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	Karim Elisa Talledo Sánchez	43300453
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

DEDICATORIA

Dedicamos de todo corazón esta tesis a nuestros padres, que son motivación en nuestra vida, quienes sentaron en nosotros las bases de la responsabilidad, deseos de superación y los valores que dirigen nuestra vida, del mismo modo, agradecemos a las personas que siempre estuvieron apoyando cada decisión que hemos tomado.

AGRADECIMIENTO

Agradecemos infinitamente a nuestra casa de estudios por ofrecernos los cinco años de aprendizaje, a nuestros docentes y en especial a nuestros asesores que nos guiaron y apoyaron en este trabajo de investigación, que quedará como estudio de nuestros compañeros.

Tabla de contenidos

JURADO CALIFICADOR	2
DEDICATORIA	3
AGRADECIMIENTO	4
TABLA DE CONTENIDOS	5
ÍNDICE DE TABLAS	6
ÍNDICE DE FIGURAS	7
RESUMEN	8
ABSTRACT	9
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	10
1.1. Realidad problemática	10
1.2. Formulación del problema	15
1.3. Objetivos	15
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	17
CAPÍTULO III: RESULTADOS	21
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	26
REFERENCIAS	33
ANEXOS	37

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Correlación de Pearson para ansiedad y resiliencia.</i>	23
Tabla 2. <i>Correlación de Pearson para ansiedad rasgo y resiliencia.</i>	24
Tabla 3. <i>Correlación de Pearson para ansiedad estado y resiliencia.</i>	25

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. <i>Distribución y frecuencia de los niveles de ansiedad</i>	21
Figura 2. <i>Distribución y frecuencia de la variable resiliencia</i>	22

RESUMEN

La presente investigación tuvo por objetivo determinar la relación entre ansiedad y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte en 2021. De tipo cuantitativo de alcance descriptivo correlacional, con un diseño de investigación no experimental y corte transversal. La muestra estuvo conformada por un total de 51 estudiantes de la carrera de psicología de una universidad de Lima norte, a quienes se les aplicaron los instrumentos Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI, 1982) y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993). Los resultados evidenciaron relaciones significativas, inversas y moderadas entre ansiedad rasgo ($p=.022$; $r=-.321$) y ansiedad estado ($p=.004$; $r=-.396$) con resiliencia, siendo posible concluir que niveles bajos de ansiedad rasgo o estado podrían relacionarse con niveles altos de Resiliencia.

Palabras clave: Estudiantes universitarios, ansiedad rasgo, ansiedad estado, resiliencia.

ABSTRACT

This research aims to determine the relationship between anxiety and resilience in university students from a university from northern Lima in 2021. For this purpose, a non-experimental research design of a correlational and cross-sectional type was used. The sample consisted of a total of 51 students from the psychology career of a university from northern Lima, which solve the State-Trait Anxiety Inventory (STAI, 1982) instruments and the Wagnild and Young Resilience Scale (1993). The results showed significant, inverse, and moderate relationships between Trait anxiety ($p=.022$; $r =-.321$) and state anxiety ($p=.004$; $r=-.396$) with resilience, being possible to conclude that low levels of Anxiety Trait or Status could be related to high levels of resilience.

Keywords: University students, trait anxiety, state anxiety, resilience.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

A lo largo de los últimos años se ha visto cómo la globalización y la constante evolución del mercado laboral han ido presentando nuevas y cada vez más exigentes necesidades que cubrir, desde usos de tecnología sofisticada hasta la preparación y actualización de profesionales en sus diferentes campos de acción. Sumada a esta realidad el enorme impacto que ha tenido el COVID-19 en el mundo, las exigencias en el campo de la salud han sido las más demandadas por la capacidad para reponernos ante la adversidad como parte de ese amor propio de cada persona. (Ramírez, 2020).

En ese sentido, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha considerado importante el impacto que ha tenido la pandemia en todo el mundo con respecto a la salud mental, por esa razón elaboró un informe y guías de apoyo a profesionales de salud mental de diversos ámbitos, desde guías de intervención, hasta documentos de autocuidado y resiliencia. La OMS considera que cuidar las necesidades básicas como el descanso, mantener el contacto con compañeros, colegas y familia, así como limitar la exposición a medios de comunicación, y autoobservación de emociones pueden ser estrategias válidas para frenar el impacto que la pandemia, confinamiento y el cambio de rutina pudo repercutir y traer graves consecuencias en la vida de las personas. (OMS, 2020).

Siendo más específicos, Perú, después de Chile es el país latinoamericano en donde más empeoró la salud mental. En Perú, un 50% de personas encuestadas señala que su salud mental ha empeorado desde la llegada de la pandemia del COVID-19, en Chile 56%, en Argentina es el 46% y México el 43%. En ese sentido, no se puede desestimar la fuerte huella que los actuales acontecimientos están dejando en la vida de las personas (Diario Gestión,

2021).

Por otro lado, en el contexto local, los estudiantes universitarios de la muestra estudiada, en tiempos del COVID-19 presentaron desesperación cuando llegaba la hora de los exámenes, pensamientos negativos, deficiencia en capacidad intelectual, dificultad en la atención, preocupación constante por no aprender en la modalidad virtual, punzones en la zona del pecho, problemas de respiración al no responder preguntas, sudoración en las palmas de la mano y el rostro, también presentaron, llanto cuando sienten que algo no hicieron bien, pensamientos constantes de fracaso, problemas para conciliar el sueño, dolores de cabeza constantes antes, durante y después de las clases, pensamientos de perder su ponderado general apto para alguna plaza en específico que el estudiante desea y ausencia de motivación para estar en clase o rendir un examen.

En cuanto al contexto internacional se encontró un estudio cuyo análisis trata sobre la resiliencia y ansiedad en tiempos de COVID-19, el objetivo general fue el de descubrir situaciones novedosas de los familiares de pacientes con COVID-19 en esta localidad. Los instrumentos empleados fueron el Inventario de Ansiedad de Beck y la Escala de Resiliencia SV-RES, de esta manera se midió el impacto psicosocial de la afección tras el virus y la relación entre las variables. Los resultados señalaron que existe una relación elocuente y negativa entre las variables de estudio (Rosado y Delgado, 2020).

Asimismo, se desarrolló un estudio y tuvo como objetivo general analizar la interacción entre las competencias socioemocionales, la resiliencia y sintomatología ansiosa en mujeres mexicanas. Se emplearon los instrumentos de Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo y una Escala de Resiliencia para Adultos. Los resultados revelaron que existe una relación significativa y negativa entre los factores de resiliencia y las competencias

socioemocionales con sintomatología ansiosa (Alva, Ruvalcaba, Orozco y Bravo, 2019).

Del mismo modo, se llevó a cabo un análisis sobre la resiliencia en tiempos de pandemia, cuyo objetivo consistió en describir las razones por las que se considera que existe un grado de análisis en la humanidad a partir del repaso de acontecimientos históricos como guerras y pandemias que han puesto a prueba dicha facultad de los seres humanos. Los resultados señalan al factor histórico como determinante en la formación colectiva de resiliencia (Echeverri, 2020).

Por otro lado, se realizó una investigación que tuvo como objetivo general determinar el grado de asociación entre las variables mencionadas. Se emplearon 3 instrumentos estandarizados, tales como Escala de resiliencia de Connor y Davidson, Purpouse-in-Life Test y Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) en una muestra de 215 estudiantes universitarios entre los 18 y 31 años. Los resultados indican que, en referencia a la edad de los participantes, no se manifiestan diferencias significativas en ninguna de las variables de estudio. Además, se halló una relación significativa y positiva entre sentido de la vida y resiliencia y, por último, una relación significativa y negativa entre ansiedad y las dos variables también estudiadas (Smedema y Franco, 2018).

En cuanto a estudios nacionales se dio a conocer una investigación cuyo objetivo fue documentar la relación entre la ansiedad por el COVID-19 y la resiliencia en jóvenes y adultos de Lima metropolitana. Este estudio empleó los instrumentos de Ansiedad frente al COVID-19 y el Cuestionario de Resiliencia en una muestra de 295 personas. Los hallazgos evidenciaron una relación significativa entre ambas variables, así como también una marcada predominancia de ansiedad en mujeres y la prevalencia de niveles altos de resiliencia en varones (Zamora, 2022).

Además, se llevó a cabo un estudio que tuvo como objetivo determinar la relación entre la variable ansiedad estado y resiliencia en una muestra de 60 adolescentes mujeres de entre 11 y 17 años, teniendo como instrumento a la Escala de Ansiedad Estado del Inventario de Autoevaluación de la Ansiedad Rasgo- Estado (IDARE) y la Escala de Resiliencia en adolescentes (ERA). Los resultados presentados permiten señalar que existe una relación significativa negativa y débil entre las variables estudiadas, haciendo factible la conclusión de que, a mayor nivel de ansiedad estado, menor podría ser el nivel de Resiliencia (Flores, 2017).

Por otro lado, se realizó un análisis que tuvo como objetivo determinar la relación entre Ansiedad Estado-Rasgo y Resiliencia en una muestra de 31 adolescentes de ambos sexos de entre 12 y 18 años. Se emplearon el Inventario de Autoevaluación de la Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) y la Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA). Se encontró que existe una relación significativa entre resiliencia y ansiedad Estado-Rasgo (Vargas, 2016).

Para comprender un poco más a fondo los constructos empleados en este estudio, se plantearon algunas líneas teóricas de importancia a revisar:

Se puede inferir que la ansiedad está muy lejos de ser considerada una variable unidimensional debido a la importante carga multifactorial que incurre en su aparición, instauración y desarrollo, dado que el modelo multidimensional hace referencia a la visión de la ansiedad en la cual los estados estaban determinados por la forma en la que las relaciones interpersonales y factores externos interactúan (Díaz y De la Iglesia, 2019).

En ese sentido, Endler y Okada hacen referencia a los asuntos externos que podrían impactar directamente con las relaciones tales como situaciones interpersonales, situaciones que impliquen peligro físico, situaciones de evaluación social y situaciones ambiguas o novedosas. Endler y Okada (1975, citados por Díaz y De la Iglesia, 2019),

Asimismo, se analizó la diferencia entre ansiedad estado (AE) y ansiedad rasgo (AR) y se consideró que la ansiedad estado se enmarca como un estado personal o condición emocional temporal, que puede variar con el tiempo y fluctuar en intensidad. Además, que se caracteriza por sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de tensión y aprensión, al igual que por una hiperactividad del sistema nervioso autónomo.

También se halló que la ansiedad rasgo hace que el sujeto presente relativamente ansiedad en lo que respecta a su tendencia a percibir las situaciones como amenazadoras y a elevar, en consecuencia, su AE. En general, las personas con alta AR presentan una AE más elevada, porque tienden a percibir muchas más situaciones como amenazadoras. En consecuencia, los sujetos con elevada AR propenden a responder con un aumento de la AE en situaciones de relaciones interpersonales que supongan alguna amenaza a la autoestima (Spielberger, Gorsuch y Lushene, 1997).

Por otro lado, diferentes autores han mostrado interés por el estudio de la resiliencia. En primer lugar, se define a la resiliencia como "un proceso dinámico que tiene como resultado la adaptación positiva en contextos de gran adversidad". Luthar y Cushing (1999)

Asimismo, se considerado cinco dimensiones de la resiliencia, las cuales son las siguientes; confianza en sí mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal, sentirse bien solo. Wagnild y Young (1993)

En consecuencia, se sugiere realizar una investigación que pueda dar a conocer la relación que puede presentarse entre las dos variables de estudio ansiedad y resiliencia.

Dado lo explicado se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Existe relación entre la ansiedad y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021?

1.2. Formulación del problema

¿Existe relación entre la ansiedad y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021?

¿Cuáles son los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte?

¿Cuáles son los niveles de resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte?

¿Existe relación significativa entre la ansiedad estado y la resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021?

¿Existe relación significativa entre la ansiedad rasgo y la resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021?

1.3. Objetivos

General

Determinar si existe relación entre la Ansiedad y la Resiliencia en estudiantes universitarios de una Universidad de Lima Norte, 2021.

Específicos

Describir los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021.

Describir los niveles de resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021.

Determinar la relación entre la ansiedad estado y la resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021.

Determinar la relación entre la ansiedad rasgo y la resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021.

1.4. Hipótesis

Hi: Si existe relación entre ansiedad y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de lima norte, 2021.

Ho: No existe relación entre ansiedad y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de lima norte, 2021.

Hi: Si existe relación entre ansiedad estado y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de lima norte, 2021.

Ho: No existe relación entre ansiedad estado y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de lima norte,2021.

Hi: Si existe relación entre ansiedad rasgo y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de lima norte, 2021.

Ho: No existe relación entre ansiedad rasgo y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de lima norte, 2021.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

El presente estudio es de enfoque cuantitativo debido a que toma como fuente de indagación científica datos numéricos e información categórica para analizar estadísticamente y probar teorías o supuestos, de diseño no experimental, de corte transversal pues las variables serán medidas en un tiempo y espacio establecido por los investigadores (Hernández R, Fernández, C. y Baptista M, 2014).

Asimismo, tiene alcance descriptivo correlacional debido a que se buscó describir y analizar las relaciones entre las variables de investigación (Hernández, 2010).

La población estuvo compuesta por la totalidad de 280 estudiantes de 8vo, 9no y 10mo ciclo, a su vez se contó con la participación de ambos sexos y un rango de edad de 21 y 29 años de edad de una universidad de Lima norte es así como, la unidad de medida será cada estudiante universitario perteneciente a cualquiera de los ciclos mencionados y matriculado en el año 2021. Asimismo, la muestra fue determinada por la técnica de muestreo no probabilístico, por conveniencia (Jhonson, 2014). Quedando conformado por 51 estudiantes, teniendo como criterios de inclusión que sean universitarios de una universidad de Lima norte y como criterios de exclusión que estén activos como estudiantes de los semestres mencionados e inscritos al semestre 2021.

En cuanto a la técnica para la recolección de datos se utilizó la encuesta, por su utilidad para indagar, explorar y recolectar la información mediante preguntas formuladas directa o indirectamente en los estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, en el año 2022 (Carrasco, 2009).

Los instrumentos de recolección para medir la variable ansiedad se utilizó el

Cuestionario de ansiedad estado - rasgo (STAI, 1982) que está conformado por 40 ítems, Está conformado por dos dimensiones: la primera dimensión mide Ansiedad- Estado con 20 ítems, (13 ítems directos y 7 inversos) que están dirigidos a describir cómo se siente la persona en una situación en particular, tiene como alternativas de respuestas a escala tipo Likert de 4 niveles: Nada, algo, bastante, mucho. Por otro lado, la segunda dimensión Ansiedad-Estado (10 ítems directos y 10 inversos) que describe cómo se siente generalmente la persona, tiene como alternativas de respuestas a escala Likert de 4 niveles: Casi nunca, A veces, A menudo, Casi siempre. Además, la confiabilidad por medio del coeficiente de consistencia interna de Alfa de Cronbach, alcanzando un valor de $\alpha=.95$ en la escala de Ansiedad-Estado y un valor de $\alpha=.92$ en la escala de Ansiedad-Rasgo, evidenciando que los ítems son confiables para la medición de la variable. Así mismo respecto a la propiedad de validez, en el presente estudio se obtuvo evidencia de validez de constructo por el método Ítem -Test de r de Pearson alcanzando valores de .61 hasta .84 en la escala de Ansiedad-Estado y valores de .16 hasta .81 en la escala de Ansiedad-Rasgo, el ítem 11 de esta escala alcanzó .16.

Después, se determinó la validez de la prueba para el contexto peruano mediante Validez de Contenido (V de Aiken > 0.70 ; $p<.05$) e índices de ajuste RSMEA=.080, SRMR=.096, CFI=.988 y TLI=.987. Además, alcanzó un nivel de confiabilidad alto por coeficiente de confiabilidad omega (Bazán, 2021).

Con respecto a medir la variable resiliencia, se empleó la Escala de Resiliencia (Wagnild y Young, 1993) conformada por 25 ítems, explorando las 5 dimensiones: Satisfacción personal (ítems 16, 21, 22 y 25); Ecuanimidad (ítems 7, 8, 11 y 12); Confianza en sí mismo (6, 9, 10, 13, 17, 18, y 24); Sentirse bien solo (3, 5 y 19) y Perseverancia (ítems

1, 2, 4, 14, 15, 20 y 23) , los ítems mantienen un sistema de calificación de respuestas tipo Likert con la siguiente alternativas, en donde el puntaje de 1 equivale a Totalmente en desacuerdo y 7 equivale a Totalmente de acuerdo. Así mismo, sobre la confiabilidad de Alfa de Cronbach de $\alpha=.98$ en consistencia interna de ítems, siendo posible señalar que se consideran como ítems confiables para la medición de la variable. Por otro lado, en referencia a la propiedad de validez, se empleó el método Ítem-Test de r de Pearson para determinar la validez de constructo, alcanzando valores de .63 hasta .94. Se exponen los baremos utilizados para la categorización de la variable Resiliencia y sus dimensiones. Wagnild y Young (1993). Por otra parte, en la adaptación peruana se alcanzó un coeficiente de Alfa de Cronbach para confiabilidad de 0.87. También, respecto a la propiedad de validez se alcanzó un valor de 0.87 en la prueba de KMO y esfericidad de Bartlett (Gómez, 2019).

Con respecto a la recolección de datos, se brindó el consentimiento informado, instrucciones detalladas e instrumentos psicológicos. Posterior a ello, se hizo llegar de manera virtual el enlace correspondiente al formulario de Google que contenía la ficha sociodemográfica. Además, se colocó un número de referencia para que puedan comunicarse con los investigadores en caso tengan alguna duda o consulta sobre el desarrollo de la investigación y/o tratamiento de datos personales. Se elaboró la base de datos haciendo uso del software Microsoft Excel, y tras su calificación se exportaron al software estadístico SPSS versión 25 para el correspondiente análisis estadístico de los datos.

El análisis de datos se trabajó con estadísticos descriptivos con medidas de tendencia central: porcentajes y frecuencias, a través de las tablas de contingencia. Así mismo, en el análisis inferencial se realizó la prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov, teniendo como resultados una distribución normal; en consecuencia, se determinó el uso de la prueba

paramétrica del coeficiente Correlación de Pearson.

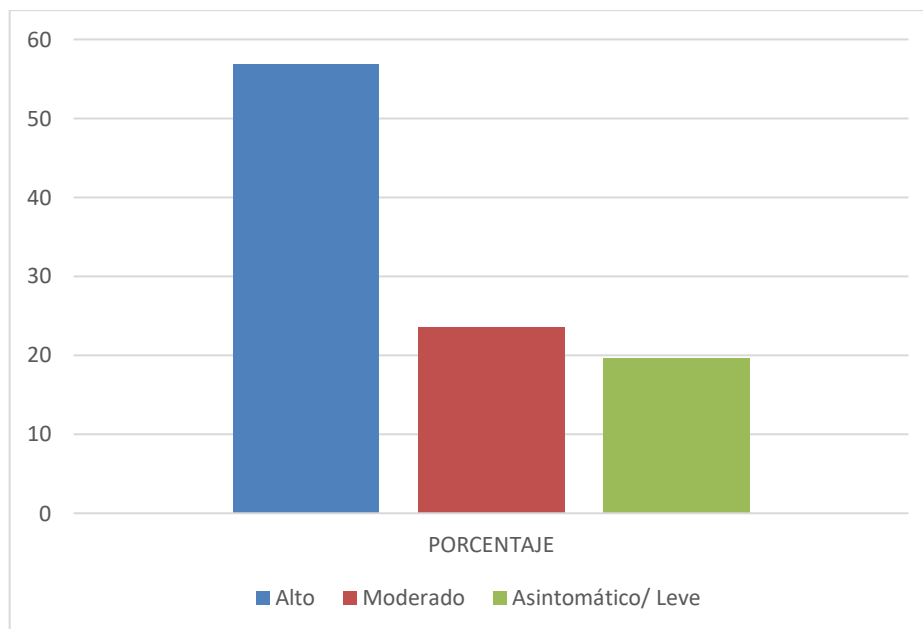
En referencia a los aspectos éticos, se tuvo en cuenta el derecho a los participantes a través del consentimiento informado, a la confiabilidad de los datos y el tratamiento de los mismos. También, se recabó el derecho a los autores haciendo uso de las normas APA séptima edición, se tuvo en cuenta la calidad de los instrumentos de recolección de datos verificando las características psicométricas de validez y confiabilidad. Cada uno de estos criterios y/o aspectos éticos están contemplados en el reglamento de investigación de la universidad privada del norte y en el reglamento de investigación del CONSITEC y también del colegio de psicólogos

CAPÍTULO III: RESULTADOS

Análisis descriptivo

Figura 1

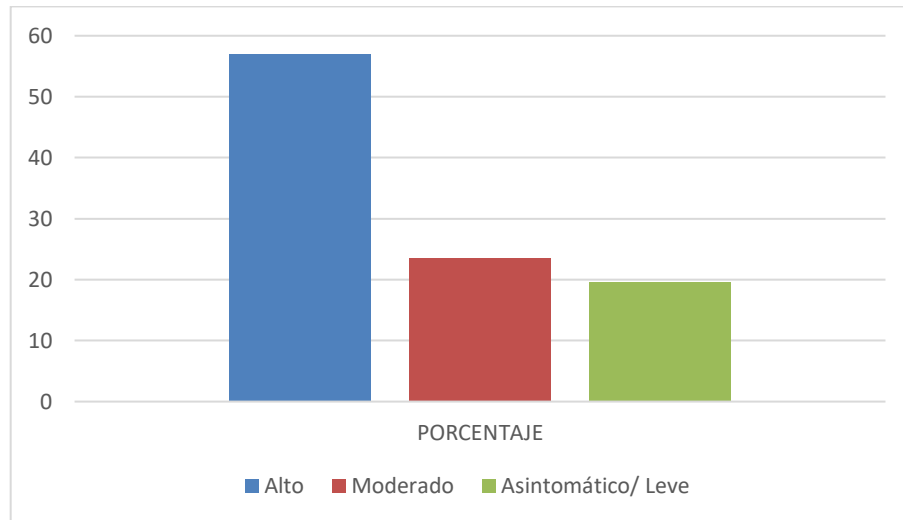
Distribución y frecuencia de los niveles de ansiedad



En la *figura 1* se observa que, el 51% de los estudiantes presentan ansiedad alta, seguido del 23.5% con ansiedad moderada.

Figura 2

Distribución y frecuencia de la variable Resiliencia



En la figura 2 se observa que, el 56.9% de los estudiantes presentan resiliencia alta, y un 19.6% resiliencia leve.

Análisis inferencial

Tabla 1

Correlación de Pearson para Ansiedad y Resiliencia.

	Valores estadísticos	Resiliencia
Ansiedad	<i>r</i>	-.384
	<i>p</i>	.042

En la **tabla 1**, se observa un coeficiente de correlación de $r=-.384$ evidenciando una relación significativa, inversa y baja entre las variables de investigación; con un valor de $p=.042$ ($p<.05$), en consecuencia, se acepta la hipótesis de relación significativa entre ansiedad y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021.

Tabla 2

Correlación de Pearson para Ansiedad Rasgo y Resiliencia.

	Valores estadísticos	Resiliencia
Ansiedad Rasgo	r	-.321
	p	.022

Nota: N=51; r= coeficiente de correlación de Pearson; p= significancia

En la **tabla 2**, se observa un coeficiente de correlación de $r=-.321$ evidenciando una relación significativa, inversa y baja entre las variables de investigación; con un valor de $p=.022$ ($p<.05$), en consecuencia, se acepta la hipótesis que existe relación relevante entre ansiedad rasgo y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021.

Tabla 3

Correlación de Pearson para Ansiedad Estado y Resiliencia.

	Valores estadísticos	Resiliencia
Ansiedad Estado	r	-.396
	p	.004

Nota: N=51; r= coeficiente de correlación de Pearson; p= significancia

Interpretación:

En la **tabla 3**, se observa un coeficiente de correlación de $r=-.396$ evidenciando una relación significativa y baja entre las variables de investigación; con un valor de $p=.004$ ($p<.05$), en consecuencia, se acepta la hipótesis de relación relevante entre ansiedad estado y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1 Discusión

Los hallazgos de la investigación evidencian que el 51% de los estudiantes presentan ansiedad alta, seguido del 41% con ansiedad leve, teniendo relación entre ansiedad y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte. De los resultados obtenidos se evidencia una relación significativa ($p=.042$; $p<.05$), relación inversa y baja entre ambas variables ($r=-.384$). De esta manera, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación. Resultados que coinciden con los hallados por Vargas (2016), quien evidenció una relación significativa entre la variable resiliencia y ansiedad ($p=.04$; $p<.05$). Asimismo, por lo descrito, se confirma que los estudiantes universitarios evaluados presentan evidencia de identificar a la ansiedad y resiliencia como constructos opuestos entre sí y que, a su vez, se encuentran estrechamente relacionados.

En referencia a los instrumentos usados, fueron el cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI, 1982) y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993), estos instrumentos difieren por los usados en la investigación de Vargas (2016), quien usó el Inventario de Autoevaluación de la Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE), que explora las dimensiones de ansiedad rasgo (ansiedad personal) y estado, y la Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA) que cuenta con tres dimensiones las cuales son: búsqueda de novedad, regulación emocional y orientación positiva hacia el futuro. A pesar de estas diferencias, se obtuvo un resultado similar en ambos estudios.

Con referencia al objetivo general, se buscó determinar la relación de ansiedad y resiliencia en estudiantes universitarios, de esta manera se evidencia una relación significativa ($p=.042$; $p<.05$), inversa y baja ($r=-.384$). Es así como se acepta la hipótesis

alterna de relación relevante entre ansiedad y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de lima norte, 2021. Respecto a los resultados encontrados Rosado y Delgado (2020), coinciden con los resultados, dado que manifiestan que existe una relación elocuente y significativa entre ansiedad y resiliencia. Así mismo, Alva, Ruvalcaba, Orozco y Bravo (2019) también refuerzan dichos resultados con un estudio que buscaba analizar la interacción entre las competencias socioemocionales, la resiliencia y sintomatología ansiosa en mujeres mexicanas, que tuvo como resultado la evidencia de una relación significativa y negativa entre los factores de resiliencia y las competencias socioemocionales con sintomatología ansiosa.

En cuanto al primer objetivo específico, se buscó describir los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios, de esta manera se evidenció que el nivel de ansiedad en estudiantes universitarios fue alto en el 51% de ellos y el 41% de estudiantes con ansiedad leve. Tal como lo refiere la OMS (2020) la salud mental ha decaído y síntomas como los de la ansiedad vienen siendo más comunes a partir de la pandemia, esto debido a los diversos factores como el aislamiento social, la falta de comunicación, entre otros. Por esa misma razón, la Organización Mundial de la Salud, brindó estrategias dirigidos a todo el personal de salud, para así mejorar la salud mental en las personas.

Con respecto al segundo objetivo específico, se buscó describir los niveles de resiliencia en estudiantes universitarios, se evidenció que el nivel de resiliencia en estudiantes universitarios el 56.9% presentan resiliencia alta, y un 19.6% resiliencia leve. Echeverri (2020) menciona que los antecedentes históricos, tales como guerras y pandemias son de suma influencia y determinantes en la formación colectiva de resiliencia en la humanidad.

En cuanto al tercer objetivo específico, se buscó determinar la relación entre ansiedad estado y resiliencia en estudiantes universitarios, de esta manera se evidenció una relación significativa ($p=.004$; $p<.05$), inversa y baja ($r=-.396$). Es así como se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Respecto a los resultados hallados, Smedma y Franco (2018) coinciden en el sentido de reconocer una relación significativa e inversa entre ansiedad estado y resiliencia, podría considerarse que las similitudes en función a lo encontrado puedan deberse a los aspectos metodológicos utilizados, en ambos estudios las muestras fueron estudiantes universitarios y esto lleva a considerar las características de la muestra como algo determinante para la obtención de la data. A pesar de que Smedma y Franco (2018) emplearon la Escala de Resiliencia de Connor y Davidson en lugar de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, los resultados respecto a esta variable fueron en la misma dirección para el cumplimiento de los objetivos propuestos.

Por último, con respecto al cuarto objetivo específico, se buscó analizar la relación entre ansiedad rasgo y resiliencia, en donde se halló una relación significativa ($p=.034$; $p<.05$), inversa y baja ($r=-.297$) entre las variables, por consiguiente, se procede a aceptar la hipótesis alterna y rechazar la hipótesis nula. A propósito de los resultados encontrados en el marco de este objetivo: Alva, Ruvalcaba, Orozco y Bravo (2019) determinaron la evidencia de relación e inversas entre ansiedad rasgo y los factores involucrados con el desarrollo de la resiliencia en mujeres mexicanas. Si bien, en el antecedente citado no se empleó el mismo instrumento para la medición de la variable resiliencia que en este estudio, las dimensiones y específicamente los ítems propuestos evalúan constructos similares teóricamente: Escala de Resiliencia para Adultos (RSA) – Dimensión competencia personal. En esa línea, se halló una relación significativa e inversa entre las variables propuestas ($p=.000$; $p<.05$). Estos resultados, se ven apoyados por lo expuesto por el autor Echeverri

(2020) en donde señala la influencia de las características y satisfacción personales del propio individuo en la instauración de recursos eficientes para hacer frente a situaciones de conflicto.

Las limitaciones de la presente investigación tuvo diferentes ámbitos, siendo el más importante la crisis sanitaria a nivel mundial provocada por la pandemia del COVID-19 a partir del año 2020 evidenciada en Sudamérica un confinamiento total , que a su vez la recopilación de información de los estudiantes universitarios no tuvo el impacto propuesto inicialmente y, en definitiva, las aplicaciones presenciales de instrumentos psicológicos permiten tener mayor control sobre la información recabada y evitar sesgos durante la resolución de las pruebas. Es importante mencionar también que, a partir de los cambios que ha traído consigo la pandemia, los estudiantes y las instituciones de educación superior en general han tenido que adaptarse a una realidad diferente y tomar como reto el regreso a clases de forma virtual, trayendo consigo virtudes, pero también sobrecarga, ansiedad, sedentarismo y otros factores que promueven un estilo de vida poco saludable física y psicológicamente (Rosado y Delgado, 2020).

En referencia a las implicancias a nivel práctico, este estudio ha propuesto un análisis de dos variables muy presentes en la vida cotidiana y que, sin embargo, tras su normalización siguen causando problemas en diferentes aspectos en la vida de las personas. Que sirva como un indicio para proponer nuevas formas de intervenir y prevenir problemáticas de salud mental, así como fomentar el diseño de instrumentos que cumplan con criterios de calidad, confiabilidad y validez para su estudio en otros ámbitos. A nivel social, se busca poner como foco de atención la importancia de reconocer a la ansiedad como problema de la salud mental con muchos años de estudio y que aun así se sigue desestimando como temáticas centrales

de la salud pública. El trabajo de profesionales en esta área y la cantidad de personas afectadas año tras año por el inadecuado abordaje deberían considerarse razones suficientes para promover más investigaciones centradas en conocer los factores involucrados en el desarrollo de esta patología.

A partir de lo expuesto, se confirma en esta investigación que los estudiantes universitarios evaluados presentan evidencia de identificar a la ansiedad y resiliencia como constructos opuestos entre sí y que, a su vez, se encuentran estrechamente relacionados. Si bien no todos los autores mencionan esta relación explícitamente en sus estudios, los resultados apoyados por antecedentes nos permiten plantear la existencia de esta dinámica entre variables.

Se propone impulsar el estudio de la variable la ansiedad y sus dimensiones, debido a la gran responsabilidad que conlleva intervenir sobre estas patologías. Es innegable el hecho de que el mundo actual se está sumiendo en nuevos retos y con ello también se evocan algunas consecuencias indeseadas de los estándares de competitividad modernos. De igual forma, la resiliencia y su estudio a mayor profundidad podrían significar un recurso valioso para protegerse y auto cuidarse de algunas situaciones a las que el mundo moderno se encuentra indefectiblemente expuesto.

4.2 Conclusiones

Respecto al objetivo general se evidencia una relación significativa inversa y moderada entre ansiedad y resiliencia. Es importante señalar que la relación fue inversa, presentando valores bajos de ansiedad mientras se presentan niveles altos de resiliencia.

Por otro lado, en cuanto al primer objetivo específico, se infiere que el nivel de

ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, se ha incrementado durante de la pandemia, ya que se evidencia no solo con los signos y síntomas sino también estadísticamente.

Por otra parte, en cuanto al segundo objetivo específico, se concluyó que el nivel de resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, decayó durante la pandemia, aunque en muchos casos esta se vio incrementada, posiblemente se deba a su propio contexto social.

Así mismo, respecto al tercer objetivo específico, existe relación inversa, moderada y significativa entre ansiedad estado y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte.

Por último, referente al cuarto objetivo específico, existe relación inversa, moderada y significativa entre ansiedad rasgo y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte. Lo encontrado permite concluir que niveles altos de ansiedad Estado podrían estar relacionados con niveles bajos de resiliencia y viceversa.

REFERENCIAS

- Alva, I., Ruvalcaba, N., Orozco, M. & Bravo, R. (2019). Resiliencia y competencias socioemocionales como factor preventivo de ansiedad en mujeres mexicanas. *Ansiedad y Estrés*, 25 (2), 59-65. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1134793719300521>
- Bazán Izquierdo, L. C. (2021). Adaptación, validez y fiabilidad del inventario ansiedad rasgo estado para adultos de la ciudad de Trujillo. *Revista De Investigación En Psicología*, 24(1), 101–116. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v24i1.20614>
- Carrasco (2019) METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION CIENTIFICA. Pautas metodológicas para diseñar y elaborar el proyecto de investigación. Perú: Editorial San Marcos
- Diario Gestión (2021). *Perú en tiempo de pandemia. Diario virtual publicado el 14 de abril del 2021.* <https://gestion.pe/mundo/peru-despues-de-chile-es-el-pais-latinoamericano-donde-mas-empeoro-la-salud-mental-en-pandemia-noticia/>
- Díaz, I. & De la Iglesia, G. (2019). Ansiedad: Revisión y Delimitación Conceptual. *Summa Psicológica UST*, 16 (1), 42 -50. DOI: 10.18774/0719-448x.2019.16.1.393
- Echeverri, D. (2020). Entre guerras y pandemias ¿volveremos a ser los mismos? ¿Hay duda de la resiliencia de la humanidad? *Revista Colombiana de Cardiología*, 27 (2). pp. 73 – 76.

Flores, D. (2017). *Relación entre ansiedad y resiliencia en las adolescentes en situación de riesgo de la Casa de la Niña de Loreto – Iquitos*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Científica del Perú].

<http://repositorio.ucp.edu.pe/bitstream/handle/UCP/460/FLORES-1-Trabajo-relaci%C3%B3n.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Gómez (2019) Estandarización de la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young en universitarios de Lima metropolitana (Tesis pre grado, Universidad Ricardo Palma)

Repositorio Institucional URP.

<https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/1921>

Hernández R, Fernández, C. y Baptista M. (2014). *Metodología de la investigación quinta edición*. McGrawHill/ Interamericana Editores, S.A. DE C.V.

https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf

Hernandez S., 2010. "Metodología de la Investigación" 6ta Edición [pdf] Mc Graw Hill

Education : [/https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf](https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf)

Luthar, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of Psychiatry*

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000229&pid=S1692-715X201300010000300037&lng=en

Maitta-Rosado, I., & Mero-Delgado, L. (2020). Resiliencia y Ansiedad en familiares de pacientes con COVID-19 de la Parroquia Aníbal San Andrés, Cantón Montecristi:

Artículo de investigación. *Revista Científica Multidisciplinaria Arbitrada Yachasun*
- ISSN: 2697-3456, 4(7), 361-380. <https://doi.org/10.46296/yc.v4i7.0054>

Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020). Cuidando la Salud Mental del personal sanitario durante la pandemia de COVID-19. Organización Panamericana de Salud. <https://www.paho.org/es/documentos/cuidando-salud-mental-personal-sanitario-durante-pandemia-covid-19>

Ramírez, S. (2020). Los profesionales de la salud en tiempos de la pandemia: personal de salud frente al COVID-19. *Instituto Mexicano de Seguro Social, México*. <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfermeriaimss/eim-2020/eim201a.pdf>

Smedema, Y. & Franco M. (2018). Resiliencia, Ansiedad y Sentido de Vida en estudiantes universitarios. *CAURIENSIA, Vol. III, 87-106, ISSN: 1886-4945*. https://www.researchgate.net/publication/330307595_RESILIENCIA_ANSIEDAD_Y_SENTIDO_DE_LA_VIDA_EN_ESTUDIANTES_UNIVERSITARIOS_RESILIENCIA_ANXIETY_AND_SENSE_OF_LIFE_IN_UNIVERSITY_STUDENTS

Spielberger, R. Gorsuch, R. & Lushene, R. (1982) Cuestionario de Ansiedad Estado- Rasgo. *TEA Publicaciones de Psicología Aplicada*. <https://www.scribd.com/document/437804528/Spielberger-Gorsuch-Lushene-STAI-Cuestionario-de-ansiedad-Estado-Riesgo-pdf>

Vargas, M. (2016). *Ansiedad estado - rasgo y resiliencia en las adolescentes en situación de riesgo de un albergue de Trujillo*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego] <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/1972>

Wagnild, G., y Young, H. (1993). Development and Psychmetric Evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 165- 178.
<http://www.resiliencescale.com/wp-content/uploads/2014/06/Wagnild-Young-psychomR.pdf>

Zamora, E. (2022). *Ansiedad frente al COVID-19 y resiliencia en jóvenes y adultos de Lima metropolitana*. [Tesis de Licenciatura, Universidad San Martín de Porres].
https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/9837/ZAMORA_AE.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Anexos

A. Matriz de consistencia

Título: Ansiedad y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021.						
PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES			METODOLOGÍA
<u>Problema general</u>	<u>Objetivo general</u>	<u>Hipótesis general</u>	Variables	Dimensiones	Instrumentos	<u>Enfoque</u>
¿Existe relación entre la ansiedad y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021?	Determinar si existe relación entre la ansiedad y la resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021. <u>Objetivos específicos</u> <ul style="list-style-type: none"> • Describir los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021. • Describir los niveles de resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima 	<u>Hipótesis general</u> Hi: Si existe relación entre ansiedad y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021. Ho: No existe relación entre ansiedad y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021. <u>Hipótesis específicas</u> <ul style="list-style-type: none"> • Hi: Si existe relación entre ansiedad estado y resiliencia en 	Ansiedad	<ul style="list-style-type: none"> • Ansiedad – estado • Ansiedad – rasgo 	Escala de Ansiedad Estado-Rasgo (Spielberger, et al., 1982)	<u>Enfoque</u> Cuantitativo <u>Diseño</u> No Experimental <u>Alcance</u> Correlacional. <u>Corte</u> Transversal
			Resiliencia	<ul style="list-style-type: none"> • Confianza en sí mismo • Ecuanimidad • Perseverancia • Satisfacción 	Escala de Resiliencia (Wagnild y Young, 1993)	<u>Universo</u> Todos los estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad de Lima norte.

	<p>norte, 2021.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar la relación entre la ansiedad estado y la resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021. • Determinar la relación entre la ansiedad rasgo y la resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021. 	<p>estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ho: No existe relación entre ansiedad estado y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021. • Hi: Si existe relación entre ansiedad rasgo y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021. • Ho: No existe relación entre ansiedad rasgo y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021. 		<ul style="list-style-type: none"> • Sentirse bien solo. 		<p><u>Población</u> 51 estudiantes de una universidad de Lima norte.</p> <p><u>Tipo de muestreo</u> No probabilística de tipo intencional.</p> <p><u>Técnica</u> Encuesta.</p>
--	---	--	--	---	--	---

B. Matriz de Operacionalización de variables

Título: Ansiedad y resiliencia en estudiantes universitarios de una universidad de Lima norte, 2021.					
VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	ÍTEMS	ESCALA DE CALIFICACIÓN
Ansiedad	Consiste en un sentimiento de miedo, temor o inquietud que puede tener consecuencias fisiológicas y psíquicas causadas por situaciones reales o no, que se pueden vivir en el presente o se asumen que se vivirán en el futuro.	Se puede medir desde las dimensiones: Ansiedad estado: Estado personal o condición emocional temporal, que puede variar con el tiempo y fluctuar en intensidad. Ansiedad rasgo: Relativamente estable ansiedad en el sujeto en lo que respecta a su tendencia a percibir las situaciones como amenazadoras.	Ansiedad- Estado Ansiedad- Rasgo	40 ítems	0= Nada 1= Algo 2= Bastante 3= Mucho

<p style="text-align: center;">Resiliencia</p>	<p>Es la capacidad o habilidad para renacer de las adversidades, adaptándose y recuperándose, accediendo a una vida tanto significativa como productiva.</p>	<p>Se puede medir desde estos dos factores:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Factor 1 Competencia personal: Autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia. • Factor 2 Aceptación de uno mismo: Adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida saludable. 	<p>Confianza en sí mismo Ecuanimidad Perseverancia Satisfacción personal Sentirse bien solo</p>	<p style="text-align: center;">25 ítems</p>	<p>Tipo Likert Totalmente desacuerdo= 1 Bastante desacuerdo= 2 En desacuerdo= 3 Ni acuerdo ni desacuerdo= 4 De acuerdo= 5 Bastante de acuerdo= 6 Totalmente de acuerdo= 7</p>
---	--	---	---	---	---

C. Tabla de análisis de normalidad de variables

Variables y dimensiones	<i>K-S</i>	<i>p</i>
Ansiedad Estado	0.531	0.941
Ansiedad Rasgo	0.609	0.852
Resiliencia	1.130	0.156
Satisfacción personal	1.192	0.117
Ecuanimidad	1.203	0.111
Confianza en sí mismo	1.187	0.120
Sentirse bien solo	1.470	0.027
Perseverancia	1.142	0.147