



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

“ESTRÉS ACADÉMICO Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES
DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE
LIMA, 2022”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autores:

Gabriela Alexandra Toribio Torres

Roxana Milagros Torres Méndez

Asesor:

Mg. Janeth Imelda Suárez Pasco

<https://orcid.org/0000-0001-5556-6923>

Lima - Perú

2023

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	ERICA ROJANA GONZALEZ PONCE DE LEON	18167593
	Nombre y Apellidos	N.º DNI

Jurado 2	EDUARDO ALONSO FARFAN CEDRON	40988807
	Nombre y Apellidos	N.º DNI

Jurado 3	JOSE ARMANDO CHIRINOS ANTEZANA	44126058
	Nombre y Apellidos	N.º DNI

INFORME DE SIMILITUD

AVANCE DE TESIS

INFORME DE ORIGINALIDAD

8%

INDICE DE SIMILITUD

0%

FUENTES DE INTERNET

8%

PUBLICACIONES

0%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	Flores Morales Rogelio. "Estrés postraumático (EPT) en periodistas mexicanos que cubren noticias de narcotráfico", TESIUNAM, 2012 Publicación	5%
2	Isidro González Adriana. "Síntomas de ansiedad asociado a descontrol de las cifras tensionales en adultos con hipertensión arterial", TESIUNAM, 2021 Publicación	1%
3	Ortiz Hernández Erick. "El arte marcial como medio para prevenir o decrementar la ansiedad en adolescentes", TESIUNAM, 2019 Publicación	1%
4	Sergio Alexis Dominguez-Lara, Andy Rick Sánchez-Villena, Manuel Fernández-Arata. "Psychometric properties of the UWES-9S in Peruvian college students", Acta Colombiana de Psicología, 2020 Publicación	<1%
5	Anaya Vega Juana. "Niveles de ansiedad en adultos del Estado de México en el contexto	<1%

DEDICATORIA

Dedicamos con todo el amor este trabajo a Dios por permitirnos vivir y disfrutar cada día, a nuestros padres, por habernos ayudado en cada decisión que hemos dado a través de nuestra carrera, pues sin ellos no habiéramos logrado alcanzar y cumplir esta meta.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, agradecer a Dios por permitirme esta gran oportunidad en mi universidad. Gracias a mis padres por el constante apoyo que me vienen brindando desde que inicie la carrera. Asimismo, agradecer a los maestros que me inculcaron excelentes conocimientos.

En segundo lugar, agradecer a mis hermanos por ofrecerme siempre su ayuda en todos los momentos, también agradecer a mi asesor por el tiempo y la dedicación para realizar este trabajo. (Torres, R)

Doy gracias a Dios por darme la vida y permitirme disfrutar de mis estudios. Gracias a mis padres por haberme brindado su apoyo durante toda la carrera. También agradezco a todos mis maestros que me han brindado todos sus conocimientos y valores durante toda la carrera. Finalmente agradezco a mis amigos por creer en mí y siempre darme el apoyo moral que necesitaba. (Toribio, G)

Tabla de contenido

JURADO EVALUADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDO	6
ÍNDICE DE TABLAS	7
RESUMEN	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	9
1.1. Realidad problemática	9
1.2. Formulación del problema	20
1.3. Objetivos	20
1.4. Hipótesis	21
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	22
CAPÍTULO III: RESULTADOS	29
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	35
REFERENCIAS	41
ANEXOS	48

Índice de tablas

Tabla 1	25
Tabla 2	29
Tabla 3	30

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre el estrés académico y ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022. Fue de enfoque metodológico cuantitativo, diseño no experimental, corte transversal y de alcance descriptivo-correlacional. La población fueron 421 estudiantes de Psicología, matriculados en el ciclo 2022-1 y la muestra se determinó a través de la técnica de muestreo probabilístico conformada por 201 estudiantes, cuyas edades oscilaban entre los 18 a 33 años. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario SISCO de estrés académico (Barraza Masías, Arturo; 2007, México) y adaptado en el Perú por (Cabellos; 2020) y el Inventario de Ansiedad de Beck (Beck, Aaron, 1998, USA) y adaptado por Thornberry (2011) en el Perú. Los principales resultados señalan que el 31.2% reporta un nivel promedio alto de estrés académico, mientras que el 55.6% reporta niveles moderados de ansiedad. Además, se encontró que existe una correlación significativa, positiva, directa, con magnitud moderada entre estrés académico y la ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022 ($\rho=.461^{**}$; $p=.001<0.05$). Finalmente, se concluye que a mayor estrés académico existirá mayor ansiedad en los estudiantes de Psicología.

PALABRAS CLAVES: Ansiedad, estrés académico, estudiantes universitarios

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

En los últimos años durante la pandemia Covid-19, los estudiantes universitarios se encuentran realizando sus cursos de forma virtual, debido a la pandemia por el nuevo coronavirus. En ese sentido, los resultados de una encuesta dirigida a decanos y rectores de 172 universidades de los Estados Unidos sobre el impacto del Covid-19 durante el periodo de marzo último demostró que el 90% presentó preocupación continua en la salud y bienestar socioemocional de sus estudiantes, el 76% presentó preocupación en el acceso a la tecnología y plataforma, mientras que el 75% demostró preocupación sobre aspectos pedagógicos en la educación online.

Asimismo, en los últimos años en América del Sur se comprueban que los estudiantes universitarios del primer año de las carreras de la salud presentan síntomas ansioso-depresivos y de estrés en niveles medios a graves en el 23,39 y 31% respectivamente. (López et al., 2020). En ese sentido, la interrupción de rutinas, la falta de métodos de aprendizaje tradicionales, así como los nuevos requerimientos académicos, tecnológicos y psicológicos han generado un aumento de presión, estrés y ansiedad para los jóvenes (UNESCO, 2020; Sanz, Sáinz y Capilla, 2020).

Mientras tanto en el Perú, un estudio realizado en Lima encontró que, de las 21 universidades encuestadas, el 85% de estudiantes evidenciaron problemas de salud mental, un 82% ansiedad, un 79 % en casos de estrés y un 52% en violencia académica. Como medida, se sugiere poner énfasis no solo en la educación, sino también en la salud mental de los universitarios, promoviendo el bienestar y la salud, según el ministerio de educación (Flores y Maravi, 2021).

De igual modo, a nivel local, diferentes estudios avalan que los estudiantes de las carreras de la salud están expuestos a niveles de estrés más superiores por sobrecarga académica, falta de tiempo para cumplir con sus deberes, obligaciones y realización de exámenes (Campo, 2021; Miranda y Santamaría, 2019; Chuquista, 2018). Por ello, para los estudiantes de las carreras de la salud, el primer año es el más estresante (Clemente, 2021; Guerrero, 2017). Adicionalmente, la prevalencia de la ansiedad en los estudiantes de la ciudad de Lima arrojó que el 45% de las estudiantes mujeres presentaba ansiedad moderada, y el 35% de los varones (Campos, 2021).

Dentro de los antecedentes internacionales tenemos a Clemente (2021) que llevó a cabo un estudio titulado "Estrés Académico y Ansiedad en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería" realizado en México, dicho estudio tuvo como objetivo identificar la relación de estrés académico y ansiedad en estudiantes de la licenciatura en enfermería. El enfoque metodológico fue cuantitativo, de diseño no experimental, nivel de alcance correlacional y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 275 estudiantes de la carrera profesional de enfermería entre las edades de 18 a 28 años. Como instrumentos de medición fue el inventario de estrés académico (SV-21) y el inventario de Ansiedad de Beck. Los resultados señalan que el 20% de la muestra presenta un nivel severo de estrés académico, seguidamente el 67.5% presenta un nivel moderado. De igual manera, el 85% presente ansiedad y el 14.5% no.

Por otro lado, Trunce, Villarroel, Arntz, Muñoz y Werner (2020), realizado en Chile, llevaron a cabo una investigación titulada "Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios", el objetivo fue determinar los niveles de estrés, depresión y ansiedad en estudiantes universitarios de primer año de las áreas de salud, relacionándolos con el rendimiento académico. El

enfoque metodológico fue cuantitativo, exploratorio, no experimental, descriptivo de corte transversal. La muestra fue de 186 estudiantes. Los instrumentos fueron las escalas de depresión, ansiedad y estrés DASS-21. Los resultados arrojan que un 29.00% presenta algún trastorno asociado con la depresión; el 53.20% a ansiedad; y el 47.80% a estrés.

Cabezas, Herrera, Ricaurte, Novillo (2021) realizaron un estudio titulado "Depresión, Ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del COVID 19" realizado en Venezuela, el cual tiene como objetivo analizar los niveles de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes y docentes de Posgrado. El diseño experimental es de tipo transversal, correlacional e inductivo. La muestra fue de 139 estudiantes y docentes de la maestría en prevención de Riesgos Laborales. Como instrumento se utilizó la encuesta DASS 21. Los resultados demuestran que el Síndrome de Trastorno Mental en sus tres escalas es leve a moderado, existen casos severos con afrontamientos bajos de las personas ante la presencia del COVID 19.

Fandiño, Henríquez y Rivera (2020) realizó un estudio que lleva por título "Nivel de estrés y ansiedad en estudiantes de enfermería en práctica clínica de la fundación universitaria de San Gil Unisangil" realizado en Colombia. Su objetivo fue identificar los niveles de estrés y ansiedad en estudiantes de enfermería. Fue de enfoque cuantitativo de corte descriptivo y tipo transeccional. Se contó con una muestra de 55 estudiantes. Los instrumentos fueron el inventario de ansiedad de Beck (BAI) y el cuestionario Bilingüe de estresores de los estudiantes en las prácticas clínicas (KEZKAK). Entre los resultados se encontró que de los 55 estudiantes evaluados a través del inventario de ansiedad de Beck (BAI) 10 de ellos manifestaron ansiedad moderada y severa, con un mayor índice de prevalencia en las mujeres por encima de los hombres.

Al respecto, Guerrero (2017) llevó a cabo una investigación con el título "El estrés

académico y su correlación con la ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de medicina de la ciudad de Ambato” realizado en Colombia. El objetivo fue determinar la correlación existente entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes universitarios.

Es un estudio de tipo cuantitativo, no experimental, de corte transversal, con un nivel de alcance descriptivo y correlacional, conformado por 338 estudiantes de la carrera profesional de medicina. Se utilizó el inventario SISCO de estrés académico y la escala de Ansiedad de Hamilton. Los resultados indican que existe una relación estadísticamente significativa positiva, directa, con una fuerza de correlación baja entre la valoración global del estrés académico y la ansiedad global.

Dentro de los antecedentes nacionales encontramos que Cruz (2022) presentó un estudio titulado “Ansiedad y Estrés Académico de los estudiantes de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Privada San Carlos S.A.C. de la Ciudad de Puno – 2021” realizado en Puno-Perú, su objetivo fue determinar la relación entre la ansiedad y el estrés académico en los estudiantes. El enfoque metodológico fue cuantitativo, de diseño no experimental, nivel de alcance correlacional y de corte transversal. La muestra fue de 88 estudiantes. Los instrumentos fueron la Escala de Ansiedad de Zung y el Inventario SISCO. Los resultados arrojan que el 85.2% de estudiantes muestran un nivel de ansiedad leve y el 10.2% presentan un nivel de ansiedad moderada, y con respecto a la segunda variable el 33.0% muestran estrés académico leve y el 60.2% exhiben un nivel de estrés académico moderado.

Álvarez & Leiva (2022) realizaron un estudio de título “Ansiedad y estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Cajamarca, 2021” realizado en Cajamarca-Perú. El objetivo fue determinar la relación entre ansiedad y estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Cajamarca, 2021. El enfoque metodológico fue

de tipo básica y de diseño no experimental correlacional. La muestra estuvo conformada por 100 estudiantes universitarios del 7° al 10° ciclo académico. Los instrumentos fueron el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado IDARE y al Inventario de Estrés Académico SISCO. Los resultados señalan que existen niveles leves de ansiedad (45%) y niveles altos de estrés académico (37%).

Rojas (2020) llevó a cabo una investigación titulada "Ansiedad y estrés académico en estudiantes del primer año de una escuela superior de formación artística pública Ayacucho, 2020" realizado en Lima-Perú, su objetivo fue describir la relación de la ansiedad y estrés académico en estudiantes del primer año de una Escuela Superior de Formación Artística Pública – Ayacucho 2020. Realizó una investigación de tipo descriptivo correlacional, se contó con una muestra conformada por 70 estudiantes matriculados en el semestre académico 2020- II. Como instrumento de medición para la variable ansiedad se aplicó el inventario STA estado – rasgo, y para el estrés académico el inventario SISCO SV-21. Los principales resultados señalan que el 75,7% estudiantes presentan una ansiedad del nivel "alto" frente al 85,7% del nivel "severo" del estrés académico.

Limay (2018) realizó un estudio que lleva por título "Ansiedad y estrés académico en estudiantes de enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Chachapoyas - 2017" realizado en Chachapoyas-Perú. El cual tiene como objetivo determinar la relación que existe entre la ansiedad y estrés académico en estudiantes de enfermería. Realizó un estudio de enfoque cuantitativo de nivel racional; de tipo: observacional, prospectivo, transversal y analítico. Contó con una muestra de 71 estudiantes. Como instrumento de medición se utilizó la escala de ansiedad de Zung y el cuestionario SISCO del estrés académico. Los resultados demuestran que del 100 % de

estudiantes de enfermería; el 78.9% presentó una ansiedad leve, el 18.3 % moderado y el 2.8 % crónico; por otro lado, del 100 % de estudiantes de Enfermería, el 63.4 % tienen un estrés académico moderado, el 36.6 % leve y ningún estudiante presento estrés académico crónico.

Suaquita (2022), publicó una investigación llamada "Estrés, ansiedad y depresión en estudiantes de obstetricia de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos durante la pandemia por COVID-19, año 2021" realizado en Lima-Perú. Esta investigación tiene como objetivo identificar el nivel de estrés, ansiedad y depresión en los estudiantes de obstetricia. El enfoque metodológico fue de tipo cuantitativo, descriptivo, observacional y de corte transversal. La muestra fue de 212. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE), la Escala de medición del desorden de ansiedad generalizado (GAD-7) y el cuestionario de salud del paciente (PHQ-9). Los resultados observaron una prevalencia del nivel alto de estrés en un 66%, seguido de un 18,9% con un nivel moderado. Con respecto a la ansiedad se visualizó un nivel grave en un 18,9%, un nivel moderado en un 17,5% y un nivel leve en un 14,6%.

Dentro de los antecedentes locales hallamos a Cassaretto, Vilela & Gamarra (2021) publicó una investigación titulada "Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas" realizado en Lima. La cual tiene como objetivo describir la prevalencia del estrés académico, sus componentes y analizar el rol de variables del estrés. El enfoque metodológico fue cuantitativo con un diseño correlacional de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 771. Como instrumento de medición se aplicó el Inventario SISCO y el Cevju – Perú. Los resultados mostraron que el 83% de estudiantes refieren haber experimentado estrés académico.

Izurieta, Poveda, Naranjo & Moreno (2022), realizaron un estudio titulado “Trastorno de ansiedad generalizada y estrés académico en estudiantes universitarios ecuatorianos durante la pandemia Covid-19” realizado en Lima. Su objetivo fue identificar la relación entre estrés y el trastorno de ansiedad generalizada ocasionado por la pandemia. Tuvo un enfoque descriptivo – correlacional. La muestra fue de 359 estudiantes. Se empleó el Inventario SISCO y la escala para trastorno de ansiedad generalizada. Los resultados dan a conocer que existe una correlación positiva entre el estrés y la ansiedad generalizada en los estudiantes universitarios.

Huillca (2019) publicó un trabajo de investigación titulado “Ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad pública y privada de Lima Metropolitana”. El objetivo fue comparar los niveles de ansiedad-rasgo y ansiedad-estado, según sexo carrera y ciclo. El enfoque fue empírico de estrategia asociativa – comparativa. La muestra fue de 246 estudiantes universitarios. Se utilizó el Inventario de la Ansiedad rasgo – estado (IDARE). Finalmente se obtuvo como resultado que existen diferencias significativas en ansiedad – estado y ansiedad – rasgo entre una universidad pública y privada.

García (2022) publicó una investigación denominada “Estrés académico y su incidencia en la ansiedad de estudiantes de posgrado en una universidad de Lima Metropolitana, 2021” realizado en Lima-Perú. El cual tuvo como objetivo establecer la incidencia del estrés académico en la ansiedad de estudiantes de postgrado. El enfoque metodológico fue cuantitativo, de diseño no experimental, nivel de alcance correlacional y de corte transversal. La muestra fue de 121 estudiantes. Se utilizó el Inventario Estrés Académico SISCO SV y el Inventario de ansiedad de BECK – BAI. Los resultados señalan que existe incidencia del estrés académico y la ansiedad en estudiantes de posgrado ($p=0.000 < 0.05$).

Acasieta y Marcatoma (2021), llevaron a cabo una investigación titulada "Relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes del quinto ciclo académico de la facultad de administración en una universidad de Lima 2021". Su objetivo fue determinar la relación entre la ansiedad y el estrés académico en los estudiantes del quinto ciclo académico de la facultad de administración. El enfoque metodológico fue cuantitativo de nivel correlacional y de diseño no experimental, transversal. La muestra fue de 98 estudiantes. Se utilizó el Inventario de Estrés Académico (SISCO) y el cuestionario de BECK. Los resultados mostraron sobre la variable ansiedad que el 30,3% (30) tienen un nivel severo y el 29,6% (29) un nivel mínimo, sobre la variable estrés se da a conocer que el 63% (62) tienen un nivel severo.

Para hablar sobre el estrés académico primero es necesario definir al estrés para conceptualizar la variable. El estrés es la respuesta psicológica, fisiológica o emocional de una persona al pretender acoplarse a presiones internas o externas; precisamente, pueden generar estrés hechos positivos que exigen un gran cambio o implican algún proceso de adaptación física o mental (Castillo, Barrios & Alvis, 2018).

Dentro de los modelos explicativos, se encuentra el modelo de base psicopedagógica propuesta por Román y Hernández (2011), donde se asigna al estrés una naturaleza de proceso con entradas y salidas, situaciones específicas de realización y un conjunto de componentes estructurales y funcionales que se relacionan de forma armónica.

Al respecto, el modelo explicativo clínico refiere que, el estrés académico aparece frente a una gama de experiencias, tales como el nerviosismo, la tensión, el cansancio, la inquietud, etc. Autores como García (2011), señalan que, desde el punto de vista clínico, el estrés académico se ocasiona por los cambios fisiológicos producidos por un prolongado estrés en los órganos, y que dichos cambios podrían estar predeterminados genética o

constitucionalmente. Es decir que tanto los factores físicos como sociales que la persona percibe de su medio causan el estrés académico, generando así una cadena de síntomas en el organismo del individuo.

Por otro lado, Barraza (2006) postulo el modelo Sistémico Cognoscitivista del estrés el cuál se basa en la teoría de la modelización sistémica de Colle (2002). Esta teoría muestra que en la relación persona entorno existe un proceso mediático cognoscitivo de valoración de las demandas y de los recursos necesarios para enfrentar dichas demandas que definen la forma de hacerles frente.

Finalmente, Barraza hace una conceptualización del estrés académico con base al modelo presentado, en el cuál refiere que el estrés académico es un proceso sistémico que afecta el proceso adaptativo y particularmente el psicológico, este es manifestado por los estudiantes cuando los maestros o la institución les demandan ciertas exigencias de actuación relacionadas con su aprendizaje y estas demandas son valoradas por los propios alumnos como desbordantes para su capacidad de realizarlas con éxito (Barraza y Barraza, 2018, 2019).

Con respecto a la variable ansiedad, primero es necesario definirla para después poder conceptualizar esta variable. Spielberger (1975), señala que la ansiedad es una reacción emocional desagradable producida por un estímulo externo, que es considerado por el individuo como amenazador, produciendo cambios fisiológicos y conductuales en el sujeto.

Según la Teoría Tridimensional de la Ansiedad (Lang, 1968, citado en Oblitas, 2004), la reacción emocional de la ansiedad puede observarse a un triple nivel: cognitivo subjetivo, haciendo referencia a la experiencia; fisiológico, haciendo referencia a los

cambios corporales; y motor, haciendo referencia a las conductas claramente observables. A nivel cognitivo, la ansiedad se manifiesta en sentimientos de malestar, preocupación, hipervigilancia, tensión, miedo, inseguridad, sensación de pérdida de control, dificultad para decidir, presencia de pensamientos negativos sobre uno mismo, dificultades para pensar, estudiar, concentrarse, percepción de fuertes cambios fisiológicos, entre otros. A nivel fisiológico, la ansiedad se manifiesta a través de la activación de diferentes sistemas, principalmente el Sistema Nervioso Autónomo y el Sistema Nervioso Motor. De estos cambios o alteraciones los sujetos sólo perciben algunos como son el aumento en la frecuencia cardíaca (palpitaciones), el aumento en la frecuencia respiratoria, presencia de sudoración, tensión muscular, temblores musculares, dificultad respiratoria, sequedad de la boca, dificultad para tragar, sensaciones gástricas, entre otros. A nivel motor, la ansiedad se manifiesta como: hiperactividad, movimientos repetitivos, dificultades para la comunicación (tartamudez), evitación de situaciones temidas, elevado consumo de alimentos o sustancias (como café y/o tabaco), llanto, tensión en la expresión facial, quedarse en blanco, presencia de respuestas de evitación de la situación que produce la ansiedad.

En definitiva, la ansiedad empieza a ser conceptualizada como una respuesta emocional que, a su vez, se divide en tres tipos de respuestas, las cuales incluyen aspectos cognitivos, fisiológicos y motores, debido a la posible influencia de estímulos tanto internos como externos al propio individuo; el tipo de estímulo que provoca la respuesta de ansiedad está determinado, en gran medida, por las características del individuo (Miguel-Tobal, 1990)

Un estudiante universitario es el protagonista de su propia carrera, es decir que conduce las riendas de su formación superior, quien no se contenta con que alguien le

transmita los conocimientos, sino que elabora su propio conocimiento. Es aquel que se nutre de sus profesores, de buena bibliografía, del mundo que lo rodea y pregunta y se pregunta, para poder encontrar sus propias respuestas que lo satisfagan. Pues como menciona el Dr. Salvador Allende (1972) "ser joven y no ser revolucionario es una contradicción hasta biológica" pues los jóvenes, además, de tener sus años nuevos tienen energía e inteligencia.

La presente investigación se justifica a nivel teórico, ya que se busca ampliar el conocimiento en relación con las variables de investigación en el ámbito universitario por lo que se tomó como base determinados modelos teóricos relacionados al estrés académico y la ansiedad, los cuales fueron utilizados como sustento para los resultados obtenidos. Se justifica a nivel social, debido a la intervención que se realizó a través de la aplicación de los cuestionarios en la población de estudio, por lo que se logrará repercutir favorablemente en el estudiante evaluado y por consecuencia en su grupo social más cercano. De manera que, ayudará a los alumnos a identificar si están presentando síntomas de ansiedad o estrés en su ciclo académico y que cambie la interacción con su familia, pareja, amigos, compañeros de trabajo, etc. Finalmente, se justifica a nivel práctico, puesto que los resultados estadísticos debidamente contrastados con las bases teóricas permiten generar la necesidad del diseño y aplicación de propuestas de intervención psicológica desde un enfoque cognitivo-conductual; que estarán dirigidos a desarrollar o ampliar las estrategias de afrontamiento al estrés académico y regular los niveles de ansiedad en los estudiantes de la carrera de psicología. Asimismo, se podrá realizar talleres y charlas de prevención para los estudiantes que están en los primeros ciclos de universidad con la finalidad de lograr una disminución de las variables mencionadas.

Esta investigación presenta justificación por conveniencia, dada la importancia de

estudiar un problema de salud mental y físico a nivel mundial como es el estrés académico y la ansiedad en los estudiantes de Psicología, por lo que resulta necesario contrastar la realidad que viven los universitarios con las hipótesis planteadas para tener un conocimiento más exacto sobre lo que acontece. Además, ofrecerá información nueva y sólida sobre los niveles de estrés académico en los estudiantes de psicología y permitirá identificar las tasas de ansiedad en esta población, y establecer la relación entre ambas variables.

1.2. Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre el estrés académico y ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022?

1.3. Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Determinar la relación entre el estrés académico y ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.

1.3.2 Objetivos específicos

- Determinar la relación entre la dimensión estresores del Estrés académico y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.
- Determinar la relación entre los síntomas del estrés académico y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.

- Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.

1.4. Hipótesis

1.4.1 Hipótesis general

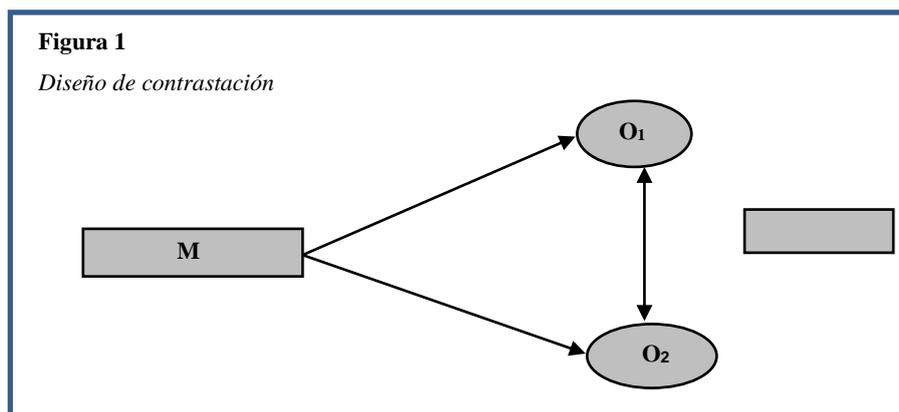
Existe relación significativa entre el estrés académico y ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.

1.4.2 Hipótesis específicas

- Existe relación entre la dimensión estresores del Estrés académico y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.
- Existe relación entre los síntomas del estrés académico y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.
- Existe relación entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

Para fines de esta investigación la metodología fue un enfoque cuantitativo, el cual, según Ato et al., (2013) quedaría dividido en una base numérica y estadística, con la cual se busca demostrar de forma confiable resultados que traten las hipótesis de investigación planteada. En coherencia con el enfoque cuantitativo, el diseño del presente estudio fue de tipo no experimental, ya que no se operó ninguna de las variables, las cuales han sido evaluadas sin ningún tipo de intervención, justo como se proporcionaron en su contexto natural para después analizarlas (Hernández y Mendoza, 2018). De igual modo, por su dimensión temporal, el corte transversal está dirigido a aquellos estudios que presentan un punto en el tiempo, es decir, que cuentan con una duración anticipadamente ya calculada (Ato et al., 2013). Adicionalmente, según el nivel de alcance de la presente investigación es correlacional, ya que este nivel se inclina a la determinación de un grado de relación existente entre dos o más variables de interés de la misma muestra de sujetos (Hernández y Mendoza, 2018).



Donde:

M: Estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima

O1: Estrés académico

O2: Ansiedad

R: relación entre variables

Población y Muestra

La población se define como el conjunto de elementos que demuestran a un determinado universo el cual representa un interés para el investigador (Hernández, Sampieri y Mendoza, 2018). De ahí que, la población de estudio estuvo conformada por 419 estudiantes, que pertenecían al VIII, IX y X ciclo, además, eran varones y mujeres de la carrera profesional de Psicología de una Universidad Privada de Lima, quienes se encontraban matriculados y activos durante el semestre académico 2022-I.

La muestra estuvo conformada por 201 estudiantes de la carrera profesional de Psicología de una Universidad Privada de Lima, quienes se encontraban matriculados y activos durante el semestre académico 2022-I.

Criterios de inclusión de la muestra:

- Estudiante de psicología de ambos sexos
- Perteneciente a la modalidad regular de estudios
- De una universidad privada de Lima
- Matriculado y activo en semestre académico 2022-I
- Tener como mínimo 18 años
- Participar de forma voluntaria

Criterios de exclusión de la muestra:

- Estudiantes de otras carreras

- Ser egresado de la carrera de psicología
- Perteneciente a la modalidad de gente que trabaja
- De una universidad nacional de Lima
- Contar con menos de 18 años

El tamaño de la muestra se determinó a través de la técnica de muestreo probabilístico; por ello, se utilizó la siguiente fórmula que considera la cantidad de población finita.

$$n = \frac{NZ^2PQ}{D^2(N - 1) + Z^2PQ}$$

N = Tamaño de la población (419)

Z = Nivel de confianza (1.96)

P = Probabilidad de éxito, o proporción esperada (0.5)

Q = probabilidad de fracaso (0.5)

D = Precisión (Error máximo admisible en términos de proporción) (0.5)

El resultado obtenido por la fórmula es de: n= 201

Tabla 1
Características sociodemográficas

Variables	Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Género	Femenino	127	63%
	Masculino	74	37%
Edad	18-22	91	45%
	23-27	64	32%
	28-32	22	11%
	33 a más	24	12%
Ciclo Académico	XIII	38	19%
	IX	50	25%
	X	113	56%

Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

La presente investigación utilizó la técnica para la recolección de datos de la encuesta directa, individual y dirigida, de ahí que, se obtendrá información acerca de una parte de la población o muestra que responderán a dos cuestionarios: El Inventario SISCO de estrés académico, se trata de un instrumento de selección de datos para medir el estrés, cuyo nombre original es Inventario Sistemático Cognoscitivista - (SISCO), el cual tiene como autor a Barraza Macias, Arturo; su año de publicación fue en el año 2007 y su país de procedencia es Durango, México. Por otro lado, Cabellos en el año 2020, hizo una adaptación peruana. Su tipo de aplicación es individual y colectiva, a su vez, se aplica a personas de 18 años en adelante, en condición de estudiante técnico superior o superior universitario, el tiempo aproximado de realización es de 10 minutos. Tiene como objetivo evaluar el estrés académico, cuenta con 31 reactivos y 3 dimensiones las cuales son

estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Esta prueba se puede aplicar en el ámbito clínico y educativo, cuenta con un formato de respuesta de escala Likert: 1=Nunca, 2=Rara vez, 3=Algunas veces, 4=casi siempre y 5=Siempre. Asimismo, los niveles: Nivel bajo: 1_20, Promedio bajo: 25_45, Promedio alto: 50_70 y Nivel alto: 75_99. En el estudio original, Barraza (2007) empleó para la validez el método de correlación de Pearson, análisis confirmatorio y consistencia interna, los resultados significativos señalaron que el instrumento cuenta con la validez suficiente. De igual modo, para el análisis de la confiabilidad se empleó el coeficiente de alfa de Cronbach, encontrándose valores que oscilan entre 0.69 y 0.91. Por otro lado, Cabellos (2020) revisó las propiedades psicométricas, utilizando la validez de contenido por criterio de expertos aplicando el método Aiken, encontrándose que los reactivos cuentan con un índice de acuerdo de 1.00 con un nivel de significancia de 0.008 en todos los reactivos, la validez de constructo mediante análisis factorial KMO y Bartlett arrojó .0906. De igual modo, la confiabilidad compuesta del instrumento se encontró mediante la aplicación de Omega de McDonald's encontrándose un nivel global de 0.899 y por dimensiones, 0.842, 0.904 y 0.701. Así también, el Inventario de Ansiedad de Beck – BAI, instrumento de selección de datos para medir la ansiedad cuyo nombre original es Beck Anxiety Inventory y su traducción es Inventario de Ansiedad de Beck. Sus autores son Beck A., Brown G., Epstein N. y Steer R, su año de publicación fue en 1998 y su país de procedencia es Estados Unidos. Su tipo de aplicación es individual o colectivo y a su vez se aplica a personas de 18 años en adelante, el tiempo aproximado es de 10-30 minutos. Tiene como objetivo evaluar la severidad de la sintomatología ansiosa y diferenciar la ansiedad de la depresión, cuenta con 21 reactivos y dos dimensiones que son comportamiento fisiológico y comportamiento afectivo-cognitivo. Esta prueba se puede aplicar en el ámbito clínico. Cuenta con un formato de respuesta de escala tipo Likert: 0=Nunca, 1=Rara vez, 2=Algunas veces, 3=casi siempre y

4=Siempre. Asimismo, los niveles: Leve: 0_21, Moderado: 22_42 y Severo: 43_63. En el estudio original, la confiabilidad fue calculada por Beck, Brown, Epstein y Steer (1998) realizaron una validez convergente al existir una relación con otros instrumentos que miden la ansiedad en diferentes poblaciones, encontrando una correlación de 0.51 con la Escala de ansiedad de Hamilton, Test de Ansiedad de Rasgos-Estados encontrando una $r=0.47$ y con el inventario de SCL-90R de 0.81. Por otro lado, la confiabilidad fue obtenida con un alfa de Cronbach=0.09 y 0.94, encontrando que las puntuaciones de la relación con los ítems de los instrumentos oscilan de 0.30 a 0.71. Chang (2015) en su investigación señala que, Thornberry (2011) fue quien evidenció la validez de la estructura interna del inventario en 1119 estudiantes de pregrado de dos universidades privadas de Lima, así como la estimación de confiabilidad dio resultado de las puntuaciones derivadas del inventario por medio del método de consistencia interna obteniendo un alfa de Cronbach de 91, quiere decir que el inventario tiene una alta validez y confiabilidad para su aplicación en sujetos de estudio.

Procedimiento de la Recolección de Datos

El desarrollo de la recolección de la información inició con la solicitud dirigida a las autoridades de la universidad para poder llevar a cabo la investigación. Con el permiso, se procedió a elaborar el consentimiento informado, la ficha sociodemográfica y la versión digital del Inventario SISCO de estrés académico y el IDARE, a través del Google Formulario, dado que la aplicación de los instrumentos fue de manera virtual, con respecto a las instrucciones, se realizaron de forma clara para que así no hubiera ninguna duda al momento de que los universitarios realizaron los cuestionarios. Posteriormente se realizó la selección de los protocolos propiamente contestados y su codificación de manera consecutiva y posterior análisis estadístico de los resultados. Los datos fueron procesados

de forma estadística con el Software estadístico IBM SPSS – 27 con el fin de alcanzar la interpretación de los respectivos resultados. De ahí que, para el procesamiento de análisis de datos se manejó la estadística descriptiva inferencial. En el primer caso, se sistematizó los datos con la finalidad de identificar los niveles de estrés académico y ansiedad, por lo cual se hizo uso de las tablas de frecuencia y porcentajes. Para el segundo caso, se estudió primero la prueba de normalidad de Kolmogorov debido al tamaño de la muestra $n > 50$, con la intención de conocer la distribución de los datos, de aquellos resultados se dio a saber que no tenían distribución normal, dado que se eligió la prueba no paramétrica de correlación Rho de Spearman para la contratación de las hipótesis, se estableció el nivel de significancia del 5% ($p < 0,05$) para la relación entre variables, así como de la normalidad de los datos.

Aspectos Éticos

La presente investigación se llevó a cabo respetando los lineamientos del Manual de ética en investigación para la participación y la gestión de los trabajos de la investigación científica o de innovación de la UPN, de ahí que, en todo momento se respetó la autonomía y derechos fundamentales de los participantes. Además, se proporcionó toda la información para que se encuentre debidamente informado sobre en qué consistía el estudio. De igual manera, se hizo valer el principio de la propiedad intelectual utilizados en esta investigación, citando y referenciando como corresponde. Asimismo, respetando los estatutos del código de ética del Colegio de Psicólogos del Perú (2020) la participación de los estudiantes fue voluntaria y se respetó la confidencialidad de los participantes, en consecuencia, se tomó en cuenta aquellos que acepten el consentimiento informado. Finalmente, se trató de buscar la garantía de esta investigación por lo cual se utilizó la guía de los principios éticos de la Asociación Americana de Psicología (2010).

CAPÍTULO III: RESULTADOS

Resultados descriptivos

Resultados descriptivos del estrés académico

Tabla 2

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel bajo	37	18.4%
Promedio bajo	58	29.1%
Promedio Alto	63	31.2%
Nivel alto	43	21.3%
Total	201	100%

Resultados descriptivos del estrés académico en los estudiantes de psicología

En la Tabla 2, se observan las frecuencias y porcentajes según los niveles de estrés académico en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima, donde se identificó que el 18.4% presenta niveles bajos, el 29.1% promedio bajo; el 31.2% puntuó promedio alto y el 21.3% presenta niveles altos de estrés académico.

Tabla 3***Resultados descriptivos del nivel de ansiedad en los estudiantes de psicología***

	Frecuencia	Porcentaje
Leve	53	29.3
Moderado	112	55.6
Severo	36	15.1
Total	201	100

Resultados descriptivos de la ansiedad

La Tabla 3, se observan las frecuencias y porcentajes según los niveles de ansiedad en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima, donde se identificó que el 55.6% puntuó nivel moderado.

Análisis inferencial

Contrastación de hipótesis general

Hipótesis alterna (Ha): Existe relación entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022

Hipótesis nula (Ho): No existe relación entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022

Regla de decisión: Se acepta Ho si $p \geq .05$, caso contrario se rechaza Ho.

Tabla 04

Relación entre el estrés académico y ansiedad en estudiantes de psicología

		Estrés académico	Ansiedad
Rho de Spearman	estrés académico	1,000	.461
	Sig. (bilateral)		.001
	n	201	201
Ansiedad	estrés académico	.461	1,000
	Sig. (bilateral)	.001	
	n	201	201

Nota. Rho= estadístico de Spearman; p=significancia estadística.

Los resultados de la Tabla 04 muestran que existe una relación positiva, directa con una fuerza de correlación moderada entre el estrés académico y la ansiedad, con ($\rho=.461^{**}$) y un nivel de significancia de .001 ($(P<0.05)$).

Decisión: Dado que el valor de p estimado es (.001), el cual es menor al valor de p teórico ($\alpha=0.05$) ($P<\alpha$), se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis general, la cual señala que existe relación entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022. Por ende, valores altos de estrés académico se relacionan con valores altos de ansiedad en la muestra de estudios.

Contrastación de hipótesis específicas

Hipótesis alterna (Ha): Existe relación entre los estresores y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022

Hipótesis nula (Ho): No existe relación entre los estresores y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022

Regla de decisión: Se acepta Ho si $p \geq .05$, caso contrario se rechaza Ho.

Tabla 05

Relación entre la dimensión estresores y ansiedad en estudiantes de psicología

		estresores	Ansiedad
estresores	Coefficiente de correlación	1,000	.442
	Sig. (bilateral)		.007
	N	201	201
Ansiedad	Coefficiente de correlación	.442	1,000
	Sig. (bilateral)	.007	
	N	201	201

Los resultados de la Tabla 11 muestran que existe una relación positiva, directa con una fuerza de correlación moderada entre los estresores y la ansiedad, con ($\rho=.442$) y un nivel de significancia de .007 ($P<0.05$).

Decisión: Dado que el valor de p estimado es (.007), el cual es menor al valor de p teórico ($\alpha=0.05$) ($P<\alpha$), se acepta la primera hipótesis específica, la cual señala que existe relación entre los estresores y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.

Hipótesis alterna (Ha): Existe relación entre los síntomas y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.

Hipótesis nula (Ho): No existe relación entre los síntomas y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.

Regla de decisión: Se acepta Ho si $p \geq .05$, caso contrario se rechaza Ho.

Tabla 06

Relación entre la dimensión síntomas y ansiedad en estudiantes de psicología

		Síntomas	Ansiedad
Rho de Spearman	Síntomas	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	.428
		n	201
	Ansiedad	Coefficiente de correlación	.428
		Sig. (bilateral)	.004
		n	201

Los resultados de la Tabla 12 muestran que existe una relación positiva, directa con una fuerza de correlación moderada entre los síntomas y la ansiedad, con ($\rho=.428$) y un nivel de significancia de .004 ($P<0.05$).

Decisión: Dado que el valor de p estimado es (.004), el cual es menor al valor de p teórico ($\alpha=0.05$) ($P<\alpha$), se acepta la segunda hipótesis específica, la cual señala que existe relación entre los síntomas y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.

Hipótesis alterna (Ha): Existe relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.

Hipótesis nula (Ho): No existe relación entre los síntomas y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.

Regla de decisión: Se acepta Ho si $p \geq .05$, caso contrario se rechaza Ho.

Tabla 07

Relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y ansiedad en estudiantes de psicología

		Estrategias de afrontamiento	Ansiedad
Estrategias de afrontamiento	Coefficiente de correlación	1,000	-.314
	Sig. (bilateral)		.003
Rho de Spearman	n	201	201
	Coefficiente de correlación	-.314	1,000
Ansiedad	Sig. (bilateral)	.003	
	n	201	201

Los resultados de la Tabla 07 muestran que existe una relación negativa, indirecta con una fuerza de correlación baja entre los síntomas y la ansiedad, con ($\rho = -.314$) y un nivel de significancia de .003 ($P < 0.05$).

Decisión: Dado que el valor de p estimado es (.003), el cual es menor al valor de p teórico ($\alpha = 0.05$) ($P < \alpha$), se acepta la tercera hipótesis específica, la cual señala que existe relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1 DISCUSIÓN

La presente investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022. Luego de la recolección de datos y su análisis estadístico, se halló que existe una relación positiva, directa con una fuerza de correlación moderada entre el estrés académico y la ansiedad, con ($\rho=.461^{**}$) y un nivel de significancia de .001 ($P<0.05$). Por consiguiente, se acepta la hipótesis general, la cual señala que existe relación entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022. Este resultado significa que existen valores altos de estrés académico que se relacionan con valores altos de ansiedad en la muestra de estudios; al respecto, Clemente (2021), en su investigación denominada encontró resultados similares a los de la presente investigación, dado que, también indica que existe una relación estadísticamente positiva, directa y moderada entre las variables estudiadas ($p=.001$; $\rho=.461$); hallando así que el estrés como la ansiedad son respuestas que se presentan ante demandas del medio externo. Asimismo, se encontró resultados equiparables con el estudio realizado en nuestro país por Cruz (2022), donde se halló que existe una correlación, positiva, directa y con una fuerza de correlación alta ($\rho=.790$; $p=.000$). Estos resultados no son más que la confirmación de lo que Spielberger, Gorsuch y Lushene (1964), proponen acerca de la ansiedad, ya que señalan que constituye el grado de preocupación o sentimiento ante situaciones que causan temor o miedo donde el estudiante universitario puede sentirse inquieto o preocupado, lo cual puede ser una reacción normal del estrés académico. De igual manera, Cabanach, Fernández, Gonzáles y Freire (2010), proponen que la ansiedad es como una respuesta adaptativa normal frente a una amenaza como lo es el estrés, es esta adaptación la que

desarrollan los estudiantes universitarios en su trayecto de la educación secundaria a la universitaria, como también en la constante exigencia académica a la que se ven sometidos durante su permanencia en la universidad. Esto, que suele ser un fenómeno transversal a todos los estudiantes, se concentra en determinados grupos de universitarios donde poseen una mayor carga académica, como son las carreras del área de la salud. Esta relación encontrada se debe a que la ansiedad y el estrés académico son de mucha notoriedad en los estudiantes universitarios, asimismo cuentan con un soporte teórico que asocia una relación directa entre ambas. Finalmente se recomienda reconocer la importancia de ambas variables, así como también se invita a seguir estudiando estas realidades que los estudiantes deben afrontar en la vida universitaria.

Como primer objetivo específico, se buscó determinar la relación entre los estresores y la ansiedad en estudiantes, por lo que se encontró que existe una relación positiva, directa con una fuerza de correlación moderada entre los estresores y la ansiedad, con ($\rho=.442$) y un nivel de significancia de .007 ($P<0.05$). Por lo tanto, se acepta la primera hipótesis específica, la cual indica que existe relación entre los estresores y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022. Al respecto García (2022) publicó una investigación en donde los resultados señalan que existe incidencia entre los estresores y la ansiedad en estudiantes de posgrado ($p=0.000 < 0.05$). Estos resultados se refuerzan en base a lo expuesto en el modelo sistémico cognoscitivista de Barraza (2008), donde se sustenta que, estrés académico empieza con el entorno que le traza al individuo un conjunto de peticiones o requerimientos, estas últimas son evaluadas por el individuo, en la valoración de que si los requerimientos sobrepasan sus recursos, los supondrá como estresores, causando una desestabilización sistémica en la interrelación del individuo con su medio, esta desestabilización sistémica confiere a un segundo análisis de

la competencia de confrontar el acontecimiento estresante. Cuando son consumadas estas tácticas, en caso de ser exitosas, el sistema recobra su equilibrio sistémico; en caso de no ser vencedoras, el organismo elabora un tercer proceso de tasación que conlleva a un ajustamiento de las tácticas para lograr el triunfo esperado.

También, esta investigación tuvo como segundo objetivo específico determinar la relación entre los síntomas y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022. Luego de la recolección de datos se halló que existe una relación positiva y directa con una fuerza de correlación moderada entre los síntomas y la ansiedad, con ($\rho=.428$) y un nivel de significancia de .004 ($P<0.05$). Por ende, se acepta la hipótesis de investigación que menciona que existe relación entre los síntomas y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022. Lo cual significa que los síntomas tales como las reacciones físicas están asociados a la ansiedad de los estudiantes de psicología puntuando un promedio alto; al respecto, Cruz (2022), en su estudio halló que existe una correlación, positiva, directa y con una fuerza de correlación alta ($\rho=.790$; $p=.000$). Estos resultados se pueden comprender, mediante la propuesta de Sierra, Ortega y Zubeidat (2003), quienes explican que el estrés logra ser interpretado como la incapacidad del individuo frente a las demandas del ambiente, mientras que la ansiedad es una respuesta emocional frente a una amenaza, la cual se muestra a nivel cognitivo, fisiológico, motor y emocional. De este modo, Barraza (2018) asegura que, el estrés se trata de un proceso adaptativo y de emergencia que permite la supervivencia de la persona. No es considerada una emoción en sí misma, sino como un agente creador de emociones. Mientras que, la ansiedad apunta a un estado de agitación caracterizado por la antelación del riesgo en el que prevalecen síntomas psíquicos y una sensación de peligro inminente (Beck, 1980).

En cuanto al tercer objetivo específico, se buscó determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022. Luego de la recolección de datos y su análisis respectivo se halló que existe una relación negativa, indirecta con una fuerza de correlación baja entre los síntomas y la ansiedad, con ($\rho = -.314$) y un nivel de significancia de .003 ($p < 0.05$). Por ende, se acepta la tercera hipótesis específica, la cual señala que existe relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022. Los hallazgos encontrados se pueden comprender desde la propuesta de Beck (1980), el cual manifiesta que la ansiedad es el resultado de una falta de control y predictibilidad frente a eventos atemorizantes, lo que hace que el individuo sienta la necesidad de estar a la defensiva y experimente una alta reactividad fisiológica; esta necesidad de estar alerta se debe a que el individuo no sabe cuándo va a afrontar el evento aversivo y, por lo cual, se siente inseguro de su capacidad para manejarlo correctamente y disminuye notablemente la habilidad para planificar, organizar y orientar la conducta de forma apropiada. Asimismo, los resultados obtenidos en la investigación son coherentes con lo propuesto por Barraza (2008), quien plantea que la percepción de pérdida de control con relación a eventos internos y/o negativo, se vinculan con el mantenimiento de síntomas ansiosos, puesto que la autoeficacia, el déficit en solución de problemas y el pesimismo hace que se afronten los estresores con una mayor vulnerabilidad frente a los posibles efectos negativos. Por lo tanto, permite llegar a afirmar que, sí existe una relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad. Concluyendo que, a mayor ansiedad, mayor es el estrés académico en las estrategias de afrontamiento de los estudiantes.

Limitaciones

En esta investigación se encontró como limitación la muestra adquirida mediante los

instrumentos utilizados, ya que la mayoría de las estudiantes fueron del sexo femenino ocasionando así que no se pueda tener homogeneidad en los resultados alcanzados. Otra limitación que se halló en la presente investigación fueron los escasos antecedentes que se lograron encontrar para la búsqueda de nuestra investigación, encontrando así antecedentes que tenían nuestra variable, pero no las mismas dimensiones. Como última limitación, se presentó que la aplicación de los instrumentos se tuvo que hacer de manera virtual por la situación que se vivió en esos tiempos de la pandemia COVID-19.

Implicancias

La presente investigación genera implicancias a nivel teórico, puesto que va a permitir a los siguientes investigadores un estudio más actualizado sobre las variables estrés académico y ansiedad en los estudiantes universitarios, también este estudio permitió analizar con más énfasis que sí existe una relación entre dichas variables, contribuyendo con información a futuros estudios que se realicen sobre estos constructos. A nivel práctico, va a permitir que las universidades se concienticen acerca de este tema que tiene un gran impacto en los estudiantes universitarios, por lo que se espera que se realicen charlas de prevención, talleres que impliquen motivar y disminuir problemas de estrés y ansiedad, como también que tengan un centro de ayuda universitaria el cual esté al alcance de todos. Finalmente, a nivel social, este estudio puede ser útil para profundizar la información a diversas investigaciones futuras con las cuales se pueda dar a conocer más la importancia que tienen las variables estudiadas.

4.2 CONCLUSIONES

- Existe una correlación significativa, positiva, directa, con magnitud moderada entre estrés académico y la ansiedad en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2022 ($\rho=.461^{**}$; $p=.001<0.05$).
- Existe una correlación significativa, positiva, directa, con magnitud moderada entre los estresores y la ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2022 ($\rho=.442$; $p=.007<0.05$).
- Existe una correlación significativa, positiva, directa, con magnitud moderada entre los síntomas y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022 ($\rho=.428$; $p=.004<0.05$).
- Existe relación negativa e indirecta entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022 ($\rho=-.314$; $p=.003<0.05$).

REFERENCIAS

- Acasiete, B. y Marcatoma, K. (2021). *Relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes del quinto ciclo académico de la facultad de administración en una universidad de Lima 2021*. (Tesis de grado). Universidad Autónoma de Ica, Chincha, Perú. Recuperado de: <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/1480/1/Karina%20Marcatoma%20Llallire.pdf>
- Álvarez, J. y Leiva, R. (2022). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Cajamarca, 2021*. (Tesis de grado). Universidad Privada del Norte, Cajamarca, Perú. Recuperado de: <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/30846>
- Barraza, A. y Barraza, S. (2018). Evidencias de la validez y confiabilidad de la Escala de Procrastinación Académica en una población estudiantil mexicana. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 9(1), 75-99. <http://www.scielo.org.mx/pdf/rpcc/v9n1/2007-1833-rpcc-9-01-75.pdf11>.
- Barraza, A. y Barraza, S. (2019). Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. *Revista de Investigación Educativa*. (28), 132-151. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/cpue/n28/1870-5308-cpue-28-132.pdf>
- Beck, A. (1997). The past and future of cognitive therapy. *Journal of Psychotherapy Practice & Research*, 6, 276-284. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3330473/pdf/jp64276.pdf>

- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G. y Steer, R.A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 893-897. Recuperado de: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3204199/>
- Beck, A., Emery, G. y Greenberg, R. (1985). *Trastornos de ansiedad y fobias: una perspectiva cognitiva*. New York: Basic Books.
- Cabanach, R. G., Fernández-Cervantes, R., González, L. y Freire, C. (2010). Estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios de ciencias de la salud. *Fisioterapia*, 32, 151---158.
- Cabellos, A (2020). *Análisis psicométrico del Inventario SISCO del Estrés Académico en universitarios de la ciudad de Piura, 2020*. (Tesis de grado). Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/56963>
- Cabezas, E. Herrera, R., Ricaurte, P. & Novillo, C. (2021). "Depresión, Ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del Covid 19". *Revista Venezolana de Gerencia*, vol.26, núm. 94. <https://www.redalyc.org/journal/290/29069612008/29069612008.pdf>
- Campos, J. (2021). *Ansiedad y estrés académico ante el examen nacional de medicina en estudiante de universidad privada- 2021*. (Tesis de grado). Universidad privada San Juan Bautista, Lima, Perú. Recuperado de <https://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/20.500.14308/3293?locale-attribute=en>
- Cassaretto, M., Vilela, P., & Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y*

Portugal. vol. 27, núm. 2, e482, 2021.

Castillo, I., Barrios, A. y Alvis, L. (2018). Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*. 20 (2): 1-11. Recuperado de: [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20\(2018-II\)/145256681002/](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20(2018-II)/145256681002/)

Chuquista, K. (2018). *Estrategias de afrontamiento al estrés académico y ansiedad ante los exámenes en los estudiantes de la escuela profesional de Ingeniería Ambiental de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto*. (Tesis de grado). Universidad Peruana Unión filial Tarapoto, Tarapoto, Perú. Recuperado de <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/2051>

Clemente, Z. (2021). *Estrés académico y Ansiedad en estudiantes de Licenciatura en enfermería*. (Tesis de grado). Benemerita Universidad Autonoma de Puebla, Puebla, Mexico. Recuperado de: <https://repositorioinstitucional.buap.mx/bitstream/handle/20.500.12371/11807/20210126140649-7284-T.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Colegio de Psicólogos del Perú (2017). *Código de ética y deontología del psicólogo peruano*. Lima: Consejo directivo nacional.

Cruz, C. (2022) *Ansiedad y Estrés Académico De Los Estudiantes De La Escuela Profesional De Enfermería De La Universidad Privada San Carlos S.A.C. De La Ciudad De Puno – 2021* (tesis de grado). Universidad Privada San Carlos, Puno, Perú. Recuperado de: <http://repositorio.upsc.edu.pe/handle/UPSC/4855>

Domínguez, S., Villegas, G., Sotelo, N. y Sotelo, L. (2012). Revisión psicométrica del

Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE) en una muestra de universitarios de Lima Metropolitana. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 1(1), 45 – 54.

Fandiño, M., Henríquez, N. y Rivera, D. (2020). *Nivel de estrés y ansiedad en estudiantes de enfermería en práctica clínica de la fundación universitaria de San Gil – UNISANGIL*. (Tesis de grado). Universidad privada de San Gil - UNISANGIL, Colombia. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.12749/12423km>

Flores, A. C., y Maraví, S. D. D. (2021). Actitud sociocultural del estudiante universitario en confinamiento en una universidad del Perú. *Revista Educación y Ciudad*, (41), 171-187.

García, G. (2022) *Estrés académico y su incidencia en la ansiedad de estudiantes de posgrado en una universidad de Lima Metropolitana, 2021*. (Tesis de grado). Universidad cesar Vallejo, Lima, Perú <https://hdl.handle.net/20.500.12692/83773>

García, N. y Mazo, R. (2011). Estrés académico. *Revista de Psicología*. Vol. 3. No. 2. Recuperado de: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsua/v3n2/v3n2a6.pdf>

Guerrero, G. (2017). *El estrés académico y su correlación con la ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de medicina de la ciudad de Ambato*. (Tesis de grado). Universidad Católica de Ecuador, Ambato, Perú. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/2151>

Hernández, R y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación*. México: McGRAW- HILL Interamericana.

Huillca, G. (2019). *Ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad pública y privada de Lima Metropolitana*. (Tesis de grado). Universidad de San Martín de

Porres, Lima, Perú. Recuperado de
<https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/5381>

IELSAC. (2020). COVID-19 y educación superior: De los efectos inmediatos al día después. Análisis de impactos, respuestas políticas y recomendaciones. *Unesco*, 1, 44-78. Recuperado de <http://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2020/05/COVID-19-ES-130520.pdf>

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

Lazarus, R. S. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.

Lazarus, R.S. (1981). The stress and coping paradigm. En C. Eisdorfer, D. Cohen, A. Kleinman y P. Maxim (Eds.), *Models for clinical psychopathology* (pp. 177-214). New York: Spectrum.

Limay, C. (2018). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes de enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Chachapoyas – 2017*. (Tesis de grado). Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Chachapoyas, Perú. <http://repositorio.unrtm.edu.pe/handle/UNTRM/1332>

Miranda, J. & Santamaría, M. (2019). *Estrés académico y ansiedad frente a los simulacros tipo exámenes de admisión de los estudiantes de un centro pre-universitario en atavitate – lima, 2019*. (Tesis de grado). Universidad privada Telesup, Lima, Perú.
Recuperado de:

https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UTEL_6bfe40c537dc9fd5362288d46ce6e0af

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2020). *COVID19 y educación superior: De los efectos inmediatos al día después. Análisis de impactos, respuestas políticas y recomendaciones.*

<http://www.iesalc.unesco.org/wpcontent/uploads/2020/05/COVID-19ES130520.pdf>

Ortiz-Valladares, M., Pinto-González, M. F., Pedraza-Medina, R., Cortés-Álvarez, N. Y., & Vuelvas-Olmos, C. R. Factores asociados a ansiedad y estrés en estudiantes universitarios durante el brote de la COVID-19. *Temas Emergentes del COVID-19*, 1 (7)199.

Rojas, W. (2020). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes del primer año de una escuela superior de formación artística pública Ayacucho, 2020.* (Tesis grado). Universidad César Vallejo, Lima, Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/55696>

Román, C. y Hernández, Y. (2011). El estrés Académico: una revisión crítica del concepto desde las Ciencias de la Educación. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(2), 1-14. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2011/epi112a.pdf>

Sanz, I., Sáinz, J., Capilla, A. (2020). *Efectos de la crisis del Coronavirus en la Educación Superior.* Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura.

Spielberger, C. D. & Diaz-Guerrero, R. (1975). *IDARE: Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado.* México: Manual Moderno.

Spielberger, C. D. (1972). Conceptual and methodological issues in anxiety research.

Anxiety: *Current trends in theory and research*, 2, 481-493

Suaquita, M. (2022). *Estrés, ansiedad y depresión en estudiantes de obstetricia de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos durante la pandemia por COVID-19, año 2021*. (Tesis de grado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú. Recuperado de: <https://hdl.handle.net/20.500.12672/17795>

Trunce, S., Villaroel, G., Arntz, J., Muñoz, S., & Werner, K. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*. Vol. 9, núm. 36, 2020, pp. 8-16.

Universidad Privada del Norte (2016). *Código de Ética del Investigador Científico UPN*.

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de Consistencia Interna

Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	Variables	Dimensiones	Metodología	
¿Cuál es la relación entre el estrés académico y ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022?	Determinar la relación entre el estrés académico y ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.	Existe una relación entre el estrés académico y ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.	Estrés académico	Estresores	Diseño no experimental Enfoque Cuantitativo Nivel de alcance correlacional De corte transversal	
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas		Síntomas		
¿Cuál es la relación entre los estresores y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022?	Describir los niveles de estrés académico en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.	Existe una relación entre los estresores y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.	Ansiedad	Estrategias de afrontamiento	Muestra: 201 estudiantes universitarios de la carrera psicología Cálculo del tamaño de la muestra es probabilístico.	
¿Cuál es la relación entre los síntomas y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022?	Describir los niveles de ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.			Componente fisiológico		
¿Cuál es la relación entre los síntomas y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022?	Determinar la relación entre los estresores y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.			Existe relación entre los síntomas y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.		Componente afectivo-cognitivo
¿Cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022?	Determinar la relación entre los síntomas y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.			Existe relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.		
¿Cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022?	Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2022.				Instrumentos: Inventario Sistemático Cognoscitivista de estrés académico – SISCO	

					Inventario de ansiedad de Beck– BAI Análisis de datos: Análisis inferencial a través del IBM SPSS V.26
--	--	--	--	--	--

Anexo 2. Matriz de Operacionalización

Variable	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles
Variable 1 Estrés académico	Es la dolencia que manifiesta un alumno generado por alguna situación vista desde la perspectiva del alumno como estresante del ámbito educativo que le puede generar problemas relacionados a la salud (Barraza, 2005).	• Estresores	<ul style="list-style-type: none"> Sobrecarga de tareas Competencias de pares Caráctr del profesor Evaluación de examen No entender la clase Tipos de trabajos Responder preguntas 	3, 4 5, 6, 7, 8, 9, 10	Nivel bajo: 1_20 Promedio bajo: 25_45 Promedio alto: 50_70 Nivel alto: 75_99
		Síntomas	<ul style="list-style-type: none"> Reacciones físicas Reacciones psicológicas Reacciones comportamentales 	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25	
		Estrategias de afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> Habilidad asertiva Elaborar un plan Elogios a uno mismo Religiosidad Búsqueda de información Contar lo que preocupa 	26, 27, 28, 29, 30, 31	
Variable 2 Ansiedad	La ansiedad como una reacción frente una situación compleja que ocasiona temor y poco control (Clark, & Beck ,2012).	• Componente Afectivo	<ul style="list-style-type: none"> Estado emocional negativo o displacentero Tensión Nerviosismo 	5,8,9,10,14,17	Leve: 0-21 Moderado: 22-42 Severo: 43-63
		• Componente Cognitivo	<ul style="list-style-type: none"> Estímulos percibidos de forma real o simbólica 	4,11,13,16	
		• Componente Somático	<ul style="list-style-type: none"> Palpitaciones cardiacas Temblores Sudoración Sensación de mareo Naúseas 	1,2,3,6,7,12, 15,18,19,20,21	

Anexo 3. Análisis de la Normalidad de los datos

A. $P\text{-valor} \geq \alpha$ Aceptar H_0 = Los datos provienen de una distribución normal.

B. $P\text{-valor} < \alpha$ Aceptar H_a = Los datos NO provienen de una distribución normal.

Para hallar la normalidad de los datos. Se utilizó la prueba estadística Kolmogorov-Smirnov debido a que la muestra es superior a 50.

Tabla de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	significancia
Estrés académico	.362	31	.000
Ansiedad	.471	224	.000

En la Tabla 12, se observa los resultados de la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov – Smirnov (K – S). El resultado señala que los dos casos determinan que el conjunto de datos no sigue una distribución normal, por lo que se trata de variables no paramétricas, en efecto, permite emplear para la prueba de hipótesis un estadígrafo no paramétrico.

En relación con eso, se hará uso de la prueba no paramétrica de correlación de Spearman para la contratación de las hipótesis.

Anexo 4. Consentimiento informado

Le extendemos un cordial saludo y agradecemos de ante mano su apoyo, somos estudiantes de 10mo ciclo de la carrera de la carrera de psicología de la Universidad Privada del Norte – Los Olivos. En la actualidad nos encontramos realizando una investigación titulada “Estrés académico y ansiedad en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Lima, en el año 2022.

El proceso consiste en la aplicación de dos pruebas psicológicas: el Inventario SISCO de estrés académico y el Inventario de Ansiedad de Beck.

La participación en esta investigación es de forma voluntaria. Si acepta participar en la investigación, el llenado del cuestionario es de forma anónima y le tomará aproximadamente 15 minutos de su tiempo.

Toda la información que se recoja será confidencial y solo para uso de la investigación. En caso tenga alguna duda con respecto a algunas preguntas, por favor escriba a los correos de contacto para poder prestar ayuda y absolver las dudas e inquietudes que pueda presentar.

roxanatorres204@gmail.com

gabrielatoribiotorres@gmail.com

Gracias por su colaboración.

Anexo 5. Solicitud de autorización

SOLICITUD DE PERMISO PARA PODER ACCEDER A LA POBLACION ESTUDIANTIL DE LA CARRERA DE PSICOLOGIA

Sr. Mauro Cerón

Coordinador de la Carrera de Psicología

Reciba un cordial saludo, somos las alumnas Gabriela Alexandra Toribio Torres (N00151294) y Roxana Milagros Torres Méndez (N00151865) estudiantes de psicología del 10mo ciclo de la Universidad Privada del Norte sede de los Olivos. Nos encontramos realizando nuestra investigación titulada “ESTRÉS ACADÉMICO Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA, 2022”. Por lo cual solicito permiso para poder realizar mi investigación teniendo como población a los alumnos de 1ero a 10mo ciclo de la carrera profesional de psicología. La investigación consiste en la aplicación del **inventario sistémico Cognoscitivista del estrés académico – SISCO y el Inventario de Ansiedad de Beck**. Con lo especificado espero que nos pueda brindar acceso y una lista de alumnos para poder contactarlos.

Gracias.

Atentamente

Gabriela Alexandra Toribio Torres - N00151294

Roxana Milagros Torres Méndez - N00151865

Anexo 6. Ficha Técnica del cuestionario de ansiedad de Beck-BAI

FICHA TÉCNICA DEL INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK FICHA TÉCNICA

1.- Datos Generales

- **Nombre:** Inventario de Depresión de Beck
- **Título original de la prueba:** Beck Depression Inventory, amended version (BDI- IA)
- **Autores:** Gary Emer Aaron T. Beck, A. John Rush, Brian F. Shaw
- **Forma de Administración:** Individual y colectiva
- **Tiempo de Aplicación:** No tiene tiempo límite
- **Tipo de ítems:** Verbales
- **Forma de Administración:** Individual y colectiva
- **Tiempo de Aplicación:** No tiene tiempo límite
- **Tipo de ítems:** Verbales

2.- Descripción de la Prueba

Inventario de autoinforme de lápiz y papel. No obstante, se puede administrar como una entrevista si es necesario. Consta de 21 ítems, que han de ser respondidos por el sujeto según como se ha sentido últimamente. Tiene cuatro alternativas por cada reactivo.

3.-Administración

Fue diseñado para ser autoadministrable y puede ser aplicada ya sea individualmente o en grupo. Para ser administrado en forma individual se utiliza una doble copia de protocolo de respuestas, una se le entrega al paciente y la otra es leída en voz alta por el entrevistador. Luego de anunciar sus declaraciones que corresponden a cada reactivo, se pide al entrevistado que indique "Cual de las declaraciones define mejor su estado de ánimo, de cómo se siente en ese instante". En ningún momento debe sugerirse la respuesta, y si el entrevistado indica que hay dos afirmaciones que corresponde a la manera como se siente, entonces se debe registrar el número más alto.

Anexo 7. Inventario de ansiedad de Beck-BAI

INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK– BAI

Beck, Epstein, Brown y Steer (1988)

A continuación, se presentan una lista de síntomas comunes de la ansiedad. Lea cada uno de los ítems atentamente, e indique cuanto ha afectado en la última semana incluyendo hoy. Hoy o durante la semana, me he sentido.

N°	Ítem	Nada (0)	Leve (1)	Regular (2)	Fuerte (3)
1	Torpe o entumecido				
2	Acalorado				
3	Con temblor en las piernas				
4	Incapaz de relajarme				
5	Con temor a que ocurra lo peor				
6	Mareado, o que se me va la cabeza				
7	Con latidos del corazón fuertes y acelerados				
8	Inestable				
9	Atemorizado o asustado				
10	Nervioso				
11	Con sensación de bloqueo				
12	Con temblores en las manos				
13	Inquieto, inseguro				
14	Con miedo a perder el control				
15	Con sensación de ahogo				
16	Con temor a morir				
17	Con miedo				
18	Con problemas digestivos				
19	Con desvanecimientos				
20	Con rubor fácil				
21	Con sudores, fríos o calientes				

Anexo 8. Ficha Técnica del Inventario SISCO

FICHA TÉCNICA: INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADÉMICO

Nombre: Inventario SISCO para el estrés académico

Autor: Arturo Barraza Macías

Duración: Sin tiempo limitado; su aplicación dura entre 10 y 15 minutos.

Administración: Individual y Colectiva

Objetivos: Se trata de una escala independiente que evalúa las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales.

Tipo de respuesta: Los ítems son respondidos a través de escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre)

Estructura: El Inventario SISCO de estrés académico se compone de 31 ítems.

Propiedades Psicométricas: El inventario SISCO de estrés académico presenta una confiabilidad por mitades de .87 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de .90. Estos niveles de confiabilidad pueden ser valorados como muy buenos (DeVellis, en García, 2005) o elevados (Murphy y Davishofer, en Hogan, 2004). Además, para identificar su validez, se recolectó evidencia basada en la estructura interna a través de tres procedimientos: análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de grupos contrastados. Los resultados confirman la constitución tridimensional del inventario SISCO de Estrés Académico a través de la estructura factorial obtenida en el análisis correspondiente, lo cual coincide con el modelo conceptual elaborado para el estudio del estrés académico desde una perspectiva sistémico-cognoscitivista (Barraza, 2006). Se confirmó la homogeneidad y direccionalidad única de los ítems que componen el inventario a través del análisis de consistencia interna y de grupos contrastados. Estos resultados centrados en la relación entre los ítems y el puntaje global del inventario permiten afirmar que todos los ítems forman parte del constructo establecido en el modelo conceptual construido, en este caso, el estrés académico.

Anexo 9. Inventario SISCO

Inventario Sistemático Cognoscitivista de estrés académico – SISCO

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo.

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

- Sí
 No

En caso de seleccionar la alternativa "no", el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa "sí", 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 preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
La rivalidad con los compañeros de clase					
Demasiadas tareas y trabajos académicos					
La forma de ser y actuar del docente					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Poco tiempo para realizar los trabajos					

4.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

Reacciones físicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Problemas para dormir (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					

Reacciones psicológicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de Irritabilidad					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					

5.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Habilidad asertiva (expresar lo que deseo sin ofender a algún compañero de equipo)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Me brindo palabras de aliento o elogios					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (Le comento la situación a otros compañeros en busca de apoyo)					