

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

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

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autora:

Silvia Romy Linnet Henríquez Gutiérrez

Asesor:

Mg. Lic. Charlies Albert Sotomayor Albites

<https://orcid.org/0000-0001-7632-7235>

Lima - Perú

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Carlos Fernando García Godos Salazar	10280784
	Nombres y apellidos	Nº DNI

Jurado 2	Renzo Martínez Munive	41466055
	Nombres y apellidos	Nº DNI

Jurado 3	Kenia Keith del Rocío Casiano Valdivieso	25762317
	Nombres y apellidos	Nº DNI

INFORME DE SIMILITUD



DEDICATORIA

A mi familia, especialmente a mis hijos, que me motivan a seguir adelante para culminar esta carrera, con lo cual espero forjar en ellos el esfuerzo y espíritu de superación constante en la vida.

AGRADECIMIENTO

A Dios.

A mi esposo, por ser apoyo y fortaleza en los momentos más difíciles de este camino.

A mis padres, por la incondicionalidad de su amor.

Tabla de contenido

JURADO EVALUADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDO	6
ÍNDICE DE TABLAS	7
RESUMEN	8
ABSTRACT	9
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	10
1.1. Realidad problemática	10
1.2. Formulación del problema	13
1.3. Objetivos	13
1.4. Hipótesis	14
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	36
CAPÍTULO III: RESULTADOS	43
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	59
REFERENCIAS	65
ANEXOS	72

Índice de tablas

Tabla 1 Características sociodemográficas de la muestra	43
Tabla 2 Características sociodemográficas de la muestra: carreras profesionales y ciclo.	43
Tabla 3 Evidencias de procesos de respuesta hacia los ítems del Inventario de Ansiedad Estado	45
Tabla 4 Evidencias de procesos de respuesta hacia los ítems del Inventario Ansiedad Rasgo	47
Tabla 5 Evidencias de procesos de respuesta hacia los ítems de la Escala de Percepción Global de Estrés – EPGE.....	48
Tabla 6 Evidencias de confiabilidad de los instrumentos utilizados	50
Tabla 7 Coeficiente V de Aiken para evidencia de validez de contenido Inventario Ansiedad Estado	50
Tabla 8 Coeficiente V de Aiken para evidencia de validez de contenido Inventario Ansiedad Rasgo	52
Tabla 9 Coeficiente V de Aiken para evidencia de validez de contenido Escala de Percepción Global de Estrés.....	53
Tabla 10 Reporte de prueba de normalidad de los instrumentos usados	55
Tabla 11 Relación entre Ansiedad Estado Rasgo y Estrés	56
Tabla 12 Relación Ansiedad Estado y Estrés	57
Tabla 13 Relación Ansiedad Rasgo y Estrés	58

RESUMEN

Esta investigación tiene el objetivo principal de determinar la relación que existe entre las variables ansiedad y estrés en estudiantes universitarios de Lima. El estudio realizado tiene enfoque cuantitativo, correlacional, de diseño no-experimental y de tipo transversal. La muestra se compuso por 102 estudiantes universitarios de 18 a 30 años y se aplicó el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE, Spielberger, 1975) así como la Escala de Percepción Global de Estrés (Cohen, 1983). Como resultado se encontró la existencia de relación significativa entre Ansiedad y Estrés (significancia de .000), positiva y de fuerza de relación aceptable ($>.70$). De igual manera se halló la existencia de correlación significativa (significancia de .000) entre Ansiedad Estado y Estrés, así como Ansiedad Rasgo y el Estrés de tipo positiva con fuerza de relación aceptable ($>.70$) en ambos casos.

PALABRAS CLAVES: educación, ansiedad, estrés, estudiantes universitarios.

ABSTRACT

This research has the main objective of determining the relationship between anxiety and stress variables in students of a university in Lima. This study has a quantitative, correlational approach, of a non-experimental design and of a cross-sectional type. The sample was made of 102 university students, the ages were between 18 to 30, and the Trait-State Anxiety Inventory (IDARE, Spielberger, 1975) as well as the Global Stress Perception Scale (Cohen, 1983) were applied. As a result, the existence of a significant relationship between Anxiety and Stress ($p=.000$), positive and of acceptable strength of relationship ($>.70$) was found. Similarly, the existence of a significant correlation ($p= .000$) was found between State Anxiety and Stress, as well as Trait Anxiety and Stress of a positive type with an acceptable strength of relationship ($>.70$) in both cases.

Keywords: education, anxiety, stress, university students

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

En el año 2021, la Organización Mundial de la Salud (OMS), ha manifestado su preocupación por las enfermedades de salud mental que se reconocen como una epidemia silenciosa que afecta a las Américas mucho antes de la pandemia de COVID-19. Esto implica que del total de los años de vida “saludable” perdidos por causa de distintas patologías es el 17% que se vincula con el diagnóstico de un trastorno mental, neurológico o por el consumo de sustancias. Los trastornos principales son la ansiedad y la depresión. La OMS también alerta que la salud mental individual está determinada por múltiples factores sociales, psicológicos, biológicos y las presiones socioeconómicas que también constituyen un riesgo para la salud mental.

La ansiedad se define como un estado mental o condición mental en la que la persona vivencia reacciones de miedo o angustia o mucha preocupación. Muchas veces esa experiencia está acompañada de disforia (sensación desagradable) y/o de distintos síntomas vinculados a la somatización de la tensión, de manera que se trata de una señal de alerta sobre algún tipo de peligro próximo que muchas veces puede o no ser real y esto conlleva a que el individuo ejecute medidas para enfrentarse a este posible riesgo, manteniéndolo en una alerta constante que si se extiende por mucho tiempo; es decir, si permanece constante puede afectar en la calidad de vida, Martínez et al. (2021).

La ansiedad es una reacción del cuerpo que afecta a la mente, debido a algún estímulo interno o externo, donde se presenta intranquilidad, incertidumbre y excitación. Asimismo, su definición abarca una reacción de tipo emocional que manifiesta un ser humano, cuando

se encuentra en alguna circunstancia intimidante o peligrosa, como por ejemplo un conflicto o una evaluación final, Cabeza et al. (2018).

El estrés constituye otro aspecto que afecta a las personas y se define a comienzos del S. XIV con la palabra latina *stringere* cuyo significado es tensar o estirar, Molina et al. (2008). El estrés es una reacción de tipo psicológico, fisiológico o emocional de un organismo vivo al tratar de acostumbrarse a impulsos internos o externos. En el caso de las personas puede suceder inclusive ante aspectos positivos que demandan cambio o que están relacionados a procesos de adaptación en general, Castillo (2018). Sin embargo, cuando esa respuesta se alarga o acrecienta en el tiempo, los diversos ámbitos de la persona pueden verse afectados, siendo que cuando existe un conjunto de estímulos de estrés, estos se juntan hasta generar cronicidad y con ello un cambio en la respuesta, pasando de estrés a estresado y donde el ser humano, ya no cuenta con habilidades para autorregularse y se ve afectado en su salud con enfermedades que le producen más estrés, y de manera continua sin un final, que a la larga afecta seriamente a la persona, Karam (2019).

A nivel mundial, existen 264 millones de casos de trastornos de ansiedad (3,6%), Kipnis et al. (2016) y Pereira et al. (2016). Es clasificado como la sexta causa mundial de discapacidad desde 1990. En algunos países europeos como Alemania, Bélgica, España, Francia, Holanda e Italia la prevalencia de ansiedad como trastorno ronda el 14%, Kipnis et al. (2016) y Pérez et al. (2017). El trastorno de ansiedad afecta más a las mujeres que a los hombres a nivel mundial y en la actualidad 49,2% de pacientes asistentes a consultas de atención de primer nivel, cumplen los criterios diagnósticos para al menos un probable trastorno de ansiedad, depresión o somatización, y asisten buscando una mejora en su salud y tener una vida con calidad, Martínez et al. (2021).

El estrés a nivel mundial es un factor importante que sigue mostrando altas tasas de prevalencia, siendo confirmada por la última encuesta realizada por Cigna (2021) para su último estudio, donde encontraron que, hasta el mes de agosto del año 2021, 8 de cada 10 personas en el mundo reconocían tener estrés. Se refuerza estas afirmaciones con estudios realizados por ejemplo por Silva et al. (2020) que mostraron que el 86.3% de los alumnos de enfermería muestran un nivel moderado respecto del estrés debido a factores de estrés que generan inestabilidad a nivel sistémico con aparición de síntomas.

A nivel nacional el Instituto Especializado en la Salud Mental – Honorio Delgado – Hideyo Noguchi (2002) realizó un estudio sobre la ansiedad que se presenta en las provincias de Lima y del Callao, encontrándose una prevalencia de 25.3% en las personas de manera general, y el 18.4% en la población adolescente.

La prevalencia de la variable ansiedad en alumnos universitarios es alta, siendo la Universidad San Martín de Porres la que presenta una tasa más alta de estudiantes con ansiedad, siguiendo la Universidad Mayor de San Marcos y la Universidad Peruana Cayetano Heredia. Esa información relevante permite que se conozca la importancia de la ansiedad en el desempeño académico e interpersonal de los estudiantes en las universidades, Perales et al. (2003); Bojórquez (2013) y Galli et al. (2003).

También se puede afirmar que no existe mucha información de los niveles de estrés que pueden presentar la población peruana siendo este fenómeno recurrente en el país y que tiene una alta prevalencia, pero existe un estudio realizado por Gonzales (2020) en el departamento de Arequipa donde encontraron que el 47,6% de jóvenes universitarios del total de la población estudiada, experimentó síntomas de estrés, concluyendo que tiene una alta presencia en el departamento mencionado además de resaltar la atención de esta debido a su prevalencia en los salones de clase y las clases virtuales.

El estudiantado universitario frecuentemente se encuentra expuesto a todo tipo de aspectos que pueden influenciar en la manifestación de la ansiedad así como del estrés, como son los exámenes, tareas, problemas económicos, etc. Se sabe que sufren aproximadamente el doble de estrés y ansiedad aumentando las posibilidades de tener otros trastornos psicológicos como puede ser la depresión, que poblaciones con características sociodemográficas similares, Silva et al. (2018) y Hop et al. (2019).

Sin embargo, muchos de ellos no recurren a la búsqueda de ayuda como la terapia psicológica por temor a ser estigmatizados o que sean juzgados y rechazados por parte de su familia, compañeros y profesores, Russel et al. (2012).

1.2. Formulación del problema

- Problema general:

¿Qué relación existe entre la ansiedad y el estrés en los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Lima, 2022?

- Problemas específicos:

- ¿Qué relación existe entre la ansiedad estado y el estrés en los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Lima, 2002?
- ¿Qué relación existe entre la ansiedad rasgo y el estrés en los estudiantes de una universidad privada en la ciudad de Lima, 2022?

1.3. Objetivos

- Objetivo general

Determinar la relación existente entre la ansiedad y el estrés en los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Lima, 2022.

- **Objetivos específicos**

- Determinar la relación existente entre la ansiedad estado y el estrés en los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Lima, 2002.
- Determinar la relación existente entre la ansiedad rasgo y el estrés en los estudiantes de una universidad privada en la ciudad de Lima, 2022.

1.4. Hipótesis

- **Hipótesis general**

Existe una relación significativa entre la ansiedad y el estrés en los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Lima, 2022.

- **Hipótesis específicas**

- Existe una relación significativa entre la ansiedad estado y el estrés en los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Lima, 2002.
- Existe una relación significativa entre la ansiedad rasgo y el estrés en los estudiantes de una universidad privada en la ciudad de Lima, 2022.

A continuación, hacemos referencia a algunos estudios que abordan investigaciones similares. Así, tenemos a Guerrero (2017) que publicó una tesis en Ecuador en la que su objetivo fue determinar la correlación del estrés académico con la ansiedad en alumnos universitarios de carreras de medicina en la localidad de Ambato. Se trata de una investigación de tipo cuantitativa con un alcance descriptivo y correlacional cuya muestra total fue de 338 alumnos de la carrera de medicina en la Universidad Técnica Ambato (UTA) y la Universidad Autónoma Los Andes (UNIANDES), donde se empleó el Inventario SISCO que mide Estrés Académico, la Escala de Ansiedad de Hamilton, así como el Inventario Ansiedad Estado – Rasgo.

Los hallazgos mostraron que el 83.7% de los estudiantes de la UNIANDES y el 79.9% de la UTA presenta niveles moderados de Estrés. Se halló también que, 54.8% de alumnos de la UNIANDES y 54,7% de UTA muestran ansiedad moderada – grave. Se revela la ansiedad estado en niveles elevados, para el caso de la UNIANDES con el 56.8% y para la UTA con el 53.2%. Concluyeron que existe una correlación entre la Ansiedad y el Estrés que presenta el alumnado de medicina.

Esta investigación enriquece la nuestra con sus aportes sobre los resultados de confiabilidad de uno de los instrumentos que también usamos en este estudio como es el IDARE y comparar la correlación entre ansiedad rasgo/estado y el estrés académico. Se diferencia con esta investigación en que, al ser de tipo descriptivo comparativa, enfoca gran parte de sus análisis las frecuencias halladas en ambas muestras.

Hamblin (2018) llevó adelante un estudio en Mississippi a fin de evaluar si el perfeccionismo es intermediario entre el estrés y la Ansiedad. La investigación es de naturaleza correlacional, su muestra fue 150 estudiantes de la Universidad de Mississippi con la edad de 18 a 23 años. Los instrumentos usados fueron: Escala de Estrés Percibido, Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés – DASS21, finalmente la Escala de Perfeccionismo Multidimensional de Hewitt-Flet.

Se halló que existe relación entre síntomas de ansiedad y el estrés, y que el perfeccionismo media en esa relación, lo cual permite concluir que la percepción de estrés a través del rasgo del perfeccionismo, conduce a síntomas de ansiedad, asimismo que existe correlación entre los constructos de estrés, ansiedad y perfeccionismo, y que dado que una respuesta común a un evento estresante de la vida es una sensación de nerviosismo, entonces se estableció correlación positiva con alta significancia entre el estrés y ansiedad.

Esto es relacionado con nuestra investigación en tanto nos brinda información sobre que existe correlación entre estrés y ansiedad, que no solo son las variables de estudio, sino que además es también nuestro objetivo de estudio y porque uno de los instrumentos que usan es la Escala de Cohen sobre Percepción de Estrés, que es uno de los que usamos en la presente investigación. Cabe señalar que la Perceived Stress Scale – PSS de Cohen (1983) usado en esta investigación consta de 10 ítems, a diferencia del nuestro que consta de 13 ítems. Otra diferencia es que utiliza una variable adicional como es el perfeccionismo, como mediadora para determinar si ella influye en la correlación indicada.

Barán (2018) publicó una tesis en Guatemala, que buscaba establecer niveles de ansiedad y estrés que manejan alumnos del sexto periodo de administración de empresas de un Colegio Evangélico en el departamento de Suchitepéquez. Es de tipo cuantitativo con diseño descriptivo, realizado en 45 estudiantes, hombre y mujeres de entre los 16 a 19 años. Los instrumentos usados fueron el STAI-82 y la Escala de apreciación de Estrés.

Obtuvieron que los alumnos manejan niveles altos de ansiedad, así como de estrés del 75%. Concluyó que la mayor tendencia en los estudiantes es padecer ansiedad rasgo, debido a las diferentes actividades que realizan, entre ellas, seminarios, laboratorio, práctica y entre de informe que deben realizar en el último año de su carrera.

Esta investigación es importante porque usan el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo que es el mismo instrumento usado en esta investigación para medir la Ansiedad, sin embargo, pese a que dicho estudio encuentra niveles altos en ambas variables, no establece si existe correlación entre ellas.

Fandiño et al. (2020) publicaron una tesis en Colombia con el objetivo de identificar niveles de Estrés y Ansiedad en alumnos de enfermería de la Fundación Universitaria de San Gil. La muestra constó de 55 alumnos y su enfoque fue cuantitativo de corte descriptivo y

de tipo transeccional. El recojo de la data se realizó con el Inventario de Ansiedad de Beck y con el cuestionario bilingüe de estresores de alumnos en las prácticas clínicas (KEZKAK).

Obtuvieron que 10 alumnos de la muestra resultaron con ansiedad moderada y severa, con una predominancia de mujeres sobre los hombres. Asimismo, que los niveles altos en estrés son predominantemente en mujeres por lo que los niveles de ansiedad y estrés son altos en la muestra.

Este antecedente, si bien es cierto no usa ninguno de los instrumentos usados en esta investigación, nos sirve para conocer niveles en la ansiedad y en el estrés encontrados sobre la muestra, lo cual podría darnos un referente que los estudiantes universitarios sí padecen de estrés y ansiedad durante su vida universitaria. Sin embargo, tiene la limitación de no determinar si existe correlación entre ambas variables.

Clemente (2021) publicó una tesis en México con el objetivo de identificar si hay relación entre estrés académico con ansiedad en alumnos de la licenciatura de enfermería.

Se analizó una muestra de 275 estudiantes de enfermería entre 18 – 28 años en una universidad en la ciudad de Puebla. Se usó el inventario de estrés académico (SV-21) así como el Inventario de Beck sobre ansiedad. Dicho estudio fue cuantitativo, descriptivo, comparativo y correlacional. Obtuvo el 91.6% de los estudiantes durante la etapa de exámenes se mostraban estresados, en su mayoría clasificaron como moderado y el 85.5% con ansiedad.

Concluyó indicando que dicho trabajo permitió describir que los alumnos de enfermería tienen estrés académico y ansiedad, también que hubo diferencia según el semestre y que hay una relación moderada ($r=.461$) entre el estrés y la ansiedad.

La relevancia de esta investigación es debido a que establece una correlación entre las variables con lo cual nos puede permitir hacer una comparación con los hallazgos en este estudio, aun cuando los instrumentos utilizados no son los mismos que los usados en la presente investigación.

Seguidamente presentamos algunos estudios nacionales sobre las variables.

Limay (2018) publicó una tesis con el fin de determinar la relación que existe entre Ansiedad y Estrés académico en alumnos de la carrera de enfermería de la Universidad Toribio Rodríguez de Amazonas, Chachapoyas. Dicho estudio se realizó con un enfoque cuantitativo, relacional, observacional, prospectivo, analítico y de tipo transversal. El estudio se realizó sobre una muestra de 71 alumnos usando la escala de evaluación de ansiedad de Zung y el Inventario SISCO de estrés.

Los hallazgos fueron de que el 78.9% de alumnos presentó ansiedad de tipo leve, el 18.3% ansiedad de tipo moderado y 2.8% de tipo crónico. Asimismo, respecto del estrés académico, 63.4% tienen estrés moderado, 36.6% estrés de tipo leve y 0% presentó estrés de tipo crónico. Concluyó que no se encontró relación entre estrés y ansiedad.

Este estudio es importante porque cuestiona con sus evidencias la premisa aceptada por otros estudios de que existe relación entre ansiedad y estrés, sin embargo, las escalas que utiliza son diferentes a las de esta investigación, y la muestra es aproximadamente 30% menor.

Rojas (2020) publicó su tesis que tuvo como objetivo la descripción de la relación entre ansiedad y estrés académico en alumnos de la Escuela Superior de Formación Artística de Ayacucho. Esta investigación fue descriptiva-correlacional. Estudió una muestra de 70

estudiantes inscritos en el semestre 2020-II en la cual se utilizaron como instrumentos el STAI Rasgo/Estado y el Inventario SISCO.

Obtuvo que el 75,7% de alumnos manifiestan ansiedad alta y 85.7% estrés académico severo, en el caso de la Ansiedad Estado, 68.6% de alumnos mostraron nivel alto en AE frente al 85.7% de estrés académico severo; y en el caso de la Ansiedad Rasgo, los resultados arrojaron que 67.1% tiene nivel alto de AR, frente al 40% de estrés académico severo.

Finalmente, concluye afirmando que existe relación entre ansiedad y estrés académico, lo que permite inferir que a mayor ansiedad entonces mayor estrés académico en los alumnos de la muestra.

Este antecedente usa para evaluar Ansiedad el inventario STAI que es uno de los usados en esta investigación, por lo que nos permitirá hacer una mejor comparación de resultados. En este caso, es relevante porque comprueba la hipótesis de que existe relación entre ansiedad y estrés en estudiantes de la universidad. Sin embargo, hay una diferencia en tanto no mide la confiabilidad del instrumento en la muestra, así como tampoco la validez de constructo.

Ticona et al. (2021) publicaron un artículo que tuvo como objetivo la determinación de la relación entre ansiedad y estrés en alumnos durante el período de emergencia sanitaria debido al COVID19. Este estudio es cuantitativo, descriptivo y correlaciona. Es estudio sobre una muestra de 164 alumnos del ciclo primero al décimo, del Programa de Estudios de Educación Inicial en la Universidad del Altiplano, y se utilizó como instrumento dos cuestionarios con 20 y 30 preguntas.

Los resultados evidenciaron la relación entre el estrés y ansiedad, al haber un alto porcentaje de alumnos bajo ansiedad y estrés mientras desarrollan educación virtual, lo que

crea problemas para lograr competencias académicas. Concluyeron en que se deben aplicar medidas para preservar la salud mental.

Este antecedente es relevante para la investigación porque analiza el porcentaje alto en estudiantes universitarios con estrés y ansiedad durante su educación virtual, establece que sí existe correlación entre ambas variables apoyando la hipótesis de nuestro estudio.

González (2021) publicó una tesis que tuvo como finalidad determinar niveles de ansiedad, depresión y estrés vinculados al aislamiento social en alumnos universitarios en Arequipa. La muestra estuvo conformada por 300 alumnos universitarios de diferentes áreas de la UCSM, quienes respondieron una encuesta que permitió recabar datos sociodemográficos incluyéndose la escala DASS 21 que mide Depresión, Ansiedad y Estrés. El estudio fue observacional y transversal.

Los hallazgos muestran que el 30% es de género masculino y 70% de género femenino, que los niveles económicos preponderantes son los niveles B-C con el 64%. De establecieron niveles severos y muy severos en lo que se refiere a depresión con 19.3%, ansiedad con 24% y estrés con un 17.6%. Así también los alumnos universitarios mostraron algún nivel de depresión con un 47.3%, de ansiedad con 47.6%, y síntomas de estrés con 44.3%. Finalmente concluyó en que no se evidencia una relación de alta significancia entre los síntomas presentados y el confinamiento social.

La relevancia de este estudio es que cuestiona con sus evidencias la premisa aceptada por otros estudios en el sentido de que sí hay una relación significativa entre depresión, ansiedad y estrés, sin embargo, ello se debe a que dicha relación está vinculada a un contexto que es el confinamiento social por causa del COVID-19. Dicho estudio hace referencia a que sí existe altos niveles en la variable ansiedad y niveles medios en la variable estrés en

alumnos universitarios, propio de una vida universitaria, sin embargo, sobre ello no se ha establecido una correlación.

Huaraccay (2021) realizó un estudio con el objetivo de determinar los niveles de estrés y ansiedad en alumnos de la clínica estomatológica de la Univ. Alas Peruanas, la muestra constó de 64 estudiantes aplicándose el Inventario IDARE y el Cuestionario Psicológico sobre Estrés Laboral. Esta investigación fue descriptiva, observacional, transversal y de tipo no experimental.

Dicho estudio obtuvo una relación entre el nivel de estrés y AE, y que no hay existencia de relación entre nivel de estrés y AR- Asimismo que el 61.9%, mostraron un nivel de estrés medio, el 58.7% presentó ansiedad estado medio y el 73% presentaron un nivel de ansiedad rasgo medio. No hallándose significancia estadística de ninguna de estas variables con el género ni con la edad.

Esta investigación es relevante para el presente estudio, puesto que relaciona las dimensiones de la ansiedad E/R, ambas con el estrés, lo cual permitirá realizar una evaluación comparativa de los hallazgos en estos dos estudios, toda vez que no encontró relación entre estrés y ansiedad rasgo, y nuestra hipótesis es que lo opuesto.

Habiendo revisado todas las investigaciones a nivel internacional y nacional que sirven como antecedente para este estudio, a continuación, revisaremos los aspectos teóricos que envuelven las dos variables de estudio, ansiedad y estrés.

Sobre la ansiedad podemos indicar que su concepto ha evolucionado en el tiempo, siendo que autores como Spielbeger (1975) indica que esta es una reacción emocional desagradable que es ocasionada por una provocación del exterior, el cual es considerado como peligroso o dañino o amenazante generándose una variación en aspectos fisiológicos,

así como en la conducta. Para este autor, cuando se trata de ansiedad, encuentra que tiene la conforman dos clases aquella que denomina como Ansiedad Estado y la otra sería la Ansiedad Rasgo.

De esta manera, la primera es transitoria y depende de la experiencia del individuo en el momento, mientras que la segunda no está asociada a un motivo o momento concreto si no a una experiencia más permanente. Es importante entender que un sujeto puede sentir ansiedad como un estado emocional que es normal en ciertas circunstancias; sin embargo, si la persona con ansiedad le sobrepasa en intensidad de manera que la supera puede tener un efecto pernicioso en su vida, afectándola, o puede disminuir las actividades de autocuidado, aumentar la probabilidad de abuso de alcohol o drogas como estrategias de afrontamiento ineficaces y alterar las funciones cognitivas y físicas del individuo, (Martínez et al. 2021).

Lewis (1980) señala que la ansiedad es un estado emocional que se vivencia como miedo o algo parecido, pero que es diferente a la ira, siendo una emoción desagradable y que se orienta al futuro, vinculándose a alguna forma de amenaza o peligro sin embargo no se trata de uno real, aunque si fuera así, es decir si se tratara de un peligro real, este estado emocional se vuelve desmedido; en este estado, surgen sensaciones corporales que generan molestias pudiendo llegar hasta a trastornos corporales.

Para Navas (1989) se consideraría como un estado emocional que combina sentimientos, conductas, reacciones fisiológicas. Según Mischel (1990) no se puede señalar que la ansiedad tiene una sola definición generalizada, puesto que dependerá de cada individuo y las amenazas individuales que le provocarán mayor ansiedad. Por su parte Stuart (1992) define a la ansiedad como sensación de malestar intrínseco acompañado de manifestaciones de tipo psíquico y físico.

Tobal (1990) señala que ansiedad es una respuesta de tipo emocional la cual abarca aspectos cognitivos, fisiológicos y motores, que pueden ser estimulado por estímulos internos como pensamientos, imágenes que son percibidos como peligrosos o amenazadores.

Para Kaplan et al. (2009), los seres humanos viven la ansiedad en algún momento de su vida, la misma que tiene como característica un sentimiento de temor impreciso, que se expresa en la imposibilidad de estar quieto por un determinado momento, y que puede estar seguido de dolores de cabeza, sudoración, aceleración cardiaca, presión en el pecho, malestar gástrico, entre otros. Siendo que, en una situación normal, podría tratarse como un signo o señal de alarma que surge ante un evento peligroso apremiante permitiendo al ser humano usar recursos para afrontarlo.

Acuña et al. (2009) indican que la ansiedad puede observarse en 3 maneras: 1) normal, donde hay expresiones de afecto como reacción a una situación estimulante externa o interna; 2) patológica, donde no existe estímulo anterior; y 3) generalizada, referida a los miedos de largo plazo y poco claros, que no se pueden explicar y que no están vinculados a un objeto.

Ahora bien, dada la importancia del estudio de ansiedad se han desarrollado diferentes teorías que tratan de ilustrar cómo se manifiesta en las personas, donde se van a manifestar respuestas vivenciales, fisiológicas, conductuales y cognitivas que tiene como característica el estado generalizado de alerta y activación (López, 2008). Seguidamente se realizará una breve descripción de algunas de ellas.

El enfoque conductista, Dominic (2003) afirma que todas las conductas son aprendidas y que la ansiedad es el resultado de un proceso de condicionamiento, es decir, que el individuo puede aprender la conducta ansiedad a través del aprendizaje por observación y el proceso de modelado. Sierra et al. (2003) sostiene que el conductismo parte

de una concepción ambientalista, donde la ansiedad es entendida como un impulso que provoca la conducta del organismo. Desde esta perspectiva y Hull (1952) conceptualiza la ansiedad como un impulso motivacional que responsable de la capacidad del individuo para responder ante un estímulo determinado.

Sobre el modelo conductista, Sierra et al. (2003) señala que en la década de los sesenta las variables cognitivas empiezan a cobrar importancia en Psicología. Lazarus (1981) y Beck (1985) centrados en el concepto de estrés y los procesos de afrontamiento, acentúan la importancia de los procesos cognitivos.

Dominic (2003) considera que la ansiedad es el resultado de cogniciones patológicas. El individuo tiene la capacidad de etiquetar mentalmente la situación, la afronta con un estilo y una conducta determinada. Existen personas que interpretan el ello como una señal de alarma o amenaza para su salud física o psíquica lo cual provoca una respuesta neurofisiológica desencadenando así la ansiedad.

El enfoque cognitivo conductual, Sierra et al. (2003), el modelo se basa en la unión de dos enfoques entre el cognitivo y el conductual, los cuales son principales para el estudio del comportamiento humano y los factores que intervienen en este. Este enfoque teoriza sobre cómo los humanos procesamos la información, cómo la aprendemos y cómo respondemos al nuestro entorno dependiendo de nuestras experiencias previas, cogniciones, pensamientos, genética y etapa evolutiva; por ello, este modelo plantea estudia cómo por medio de lo observado o experimentado se generan pensamientos que conllevan a una respuesta favorable o no para el contexto.

Cuando la persona afirma presentar síntomas de ansiedad se genera un proceso de intervención en el que se ven envueltos distintas variables que permitirán el análisis del mismo debido a que dichas variables cognitivas se encargan de los pensamientos, creencias

e ideas y las variables situacionales de los estímulos discriminativos que activan la emisión de dicha conducta. Es por esto que el trastorno de ansiedad pasa de ser considerada como un aspecto importante de la personalidad a ser una de las características que involucra distintas dimensiones motoras.

La Teoría Tridimensional Propuesta por Lang (1968), por su parte menciona que la ansiedad suele mostrarse como un conjunto de respuestas cognitivas, fisiológicas y motoras, es por ello que se le denomina un sistema triple de respuestas.

El sistema cognitivo se refiere a un componente subjetivo emocional que corresponde a una experiencia propia que va incluir experiencias de miedo, alarma, inquietud, preocupación, ansiedad, obsesión, etc. El sistema fisiológico se encuentra relacionado a cambios en la actividad del sistema nervioso autónomo como la sudoración, dilatación pupilar, aceleración cardíaca, aceleración respiratoria etc. Finalmente, el sistema motor que agrupa a las respuestas observables producidas por la ansiedad que incluye respuestas instrumentales de evitación o escape, respuestas defensivas, otros movimientos o gestos corporales, expresión facial etc.

Respecto de la Teoría Ansiedad Estado y Ansiedad Rasgo, Spilberger (1975), nos explica que la ansiedad es una reacción emocional desagradable producida por un estímulo externo, que, para la persona, es amenazador, y que produce cambios en la parte fisiológica y en la conductual de esta. El desarrollo de la teoría Ansiedad Estado y Ansiedad Rasgo, diferencia de manera conceptual y operacional estos conceptos; la Ansiedad Estado (AE) como un estado emocional transitorio del organismo del ser humano, cuyas características son sentimientos de tensión y aprensión subjetivos conscientemente percibidos, y por un incremento de la actividad del sistema nervioso autónomo. Los estados de ansiedad pueden transformarse en intensidad y variar a través del tiempo. Por su parte, la Ansiedad Rasgo

(AR) sería considerada como las diferencias individuales, relativamente estables, en la propensión a la ansiedad, esto es, a las diferencias entre las personas en la forma de responder a situaciones percibidas como amenazantes donde se eleva la intensidad de la Ansiedad Estado. (Spielberg & Díaz, 1975).

La Ansiedad Estado es un “estado emocional” inmediato, que se puede modificar en el tiempo, y tiene como característica la mezcla de sentimientos de tensión, aprensión y nerviosismo, pensamientos molestos y preocupaciones, que viene también con cambios fisiológicos, mientras que la Ansiedad-Rasgo, tiene que ver con las discrepancias individuales que son constantes en el tiempo. A diferencia de la Ansiedad -Estado, la Ansiedad – Rasgo, no se expresa en la conducta, sino que es necesario deducirla por la cantidad de veces que un sujeto vive incrementos en su estado de ansiedad. Así, los niveles elevados de ansiedad – estado son percibidos como fuertemente incómodos por lo que un individuo no puede eludir el estrés que los genera, y buscará usar habilidades de afrontamiento para superar esa circunstancia amenazante. (Spilberger 1975).

En ese sentido, si el sujeto se ve desbordado por la ansiedad – estado empezaría un procedimiento de defensa para disminuir el estado emocional molesto. En la medida que sea exitoso es proceso, lo amenazante lo será cada vez menos y se reducirá el estado de ansiedad. De esa manera, los sujetos que tienen elevados índices de ansiedad – rasgo, sienten las circunstancias evaluativas como más intimidantes que los que tienen bajos niveles de ese mismo tipo de ansiedad. (Hanton y Fletcher, 2009).

Ahora bien, la interrelación entre la AE y AR, puede variar, entre sujetos (puesto que la ansiedad sería distinta ante una misma circunstancia), como de manera individual (el mismo sujeto vivencia ansiedad en una circunstancia, pero no la vivencia en otra). De otra parte, en la AR parecería que de manera individual es un poco variante, y debido a su

influencia, las diferencias de AE entre sujetos deberían mantenerse muy estables. (Spielberger 1975).

Martínez-Otero (2014) señala que generalmente las personas con un resultado alto en AR, también tienen un resultado alto en AE pues suelen sentir las diversas situaciones como más amenazadoras. De modo que personas con elevada Ansiedad Rasgo son propensas a reaccionar con un incremento de la Ansiedad Estado en circunstancias de relaciones interpersonales que impliquen una amenaza a la autoestima. El que los sujetos que difieren en Ansiedad Rasgo revelen unas adecuadas diferencias en Ansiedad Estado, dependerá del nivel en que la circunstancia determinada es percibida como amenazante o peligrosa, lo que está condicionado a experiencias anteriores. Así se puede decir que, al hablar de rasgo, se está señalando una particularidad personal relativamente estable (personalidad ansiosa), que genera una respuesta similar en diferentes circunstancias, y al hablar de estado, nos referimos a una condición individual oscilante (afección ansiosa) por lo que no sería lo mismo “ser ansioso” que estar ansioso”.

Esto, llevado a los estudiantes universitarios podría implicar que algunos alumnos percibirán su vida académica como amenazante y su ansiedad puede ser constante (ansiosos) y elevarse más todavía ante una circunstancia específica como puede ser una examen o exposición, mientras que otros sólo sienten esa ansiedad durante esta situación en particular. (Pérez et al. 2013)

Dimensión ansiedad estado y dimensión ansiedad rasgo

Spielberger y Díaz-Guerrero (1975), diferenciaron entre Ansiedad-estado y Ansiedad-rasgo; la primera consiste en una reacción emocional transitoria en el cual se produce sensaciones de tensión por la activación fisiológica ocasionada frente a un evento estresante; mientras que el segundo es la tendencia del individuo a reaccionar con elevada

intensidad a situaciones amenazantes, según los que están vinculados los rasgos de la personalidad del sujeto. La ansiedad rasgo tiene que ver con una disposición que se encuentra latente hasta que se activa ante una situación de amenaza, y se involucran restos de experiencias anteriores que predisponen al sujeto a responder de la misma forma. Es decir, la ansiedad rasgo es la que determina las diferencias entre las personas en la forma de responder a situaciones de tensión con cantidades variables de ansiedad estado. Por ello, señalan los autores que quienes califican alto en la escala de ansiedad rasgo, frecuentemente tendrá también niveles altos de ansiedad estado, a diferencia de los que califican bajo en ansiedad rasgo. Agudelo et al. (2008); Spielberger et al. (1975) y Torres (2014).

Sobre el estrés, pasaremos a revisar algunas definiciones:

Ivancevich y Mattenson (2008) afirman la existencia de 3 maneras diferentes de definir el estrés; basándose en los estímulos, en la respuesta o en la relación entre ambos que puede presentar el individuo, Bittar (2008).

a) Estrés como estímulo

Barriga en el año 1992 define al estrés como un conjunto de fuerzas y variables externas del medio físico o social como catástrofes, pérdida de seres queridos, etc., que tienen un efecto desequilibrador, transitorio o permanente, sobre la persona. García et al (1999).

b) Estrés como respuesta

Bittar (2008) define en la década de los años 50 al estrés como la respuesta fisiológica o psicológica que manifiesta un individuo ante un estresor ambiental frente a un agente estresor externo, en la cual es estresor puede consistir en un evento externo o en una situación

interna, ambos potencialmente dañinos. Este incluía tres fases: alarma, resistencia y agotamiento.

Labrador y Crespo en el año 1993 distinguen tres niveles diferentes en la respuesta del estrés: nivel cognitivo, que hace referencia a los procesos subjetivos de evaluación de una situación, nivel fisiológico, que refiere a la actividad de los ejes natural, neuroendocrino y endocrino, y al nivel motor, que hace referencia a las distintas formas y estrategias con las que el individuo intenta afrontar la situación. Labrador (2012).

c) Estrés como relación Individuo-Ambiente

Ivancevich y Matteson en 1989 definen al estrés incluyen tanto al estímulo como a la respuesta, en este caso es una respuesta adaptativa, mediada por las características individuales y/o por procesos psicológicos, la cual es a la vez consecuencia de alguna acción, de una situación o un evento que plantean a la persona especiales demandas físicas o psicológicas. Bittar (2008).

Por su parte, Sierra et al. (2003) señala que el estrés supone un hecho habitual en la vida del individuo, puesto que todos lo han experimentado en algún momento de su vida, siendo que el más pequeño cambio puede generarlo. Indica que tener estrés es verse sometido a una gran presión, sentirse frustrado, aburrido, hallarse en contextos difíciles de controlar.

Selye en 1936 introdujo el término estrés con un síndrome específico constituido por cambios inespecíficos del organismo inducidos por las demandas que se le hacen, cuya respuesta es fisiológica. En el tiempo, Selye (1960, 1974), va ampliando su concepto señalando que la respuesta a esos cambios puede ser de carácter no sólo fisiológico sino también psicológico (mental), así el agente que desencadena el estrés es un elemento que

afecta la homeostasis del organismo, aumentando su necesidad de reequilibrarse, Sierra et al. (2003).

Miller (1997) señala que el estrés es una estimulación vigorosa, extrema o inusual que cuando surge una amenaza, genera un cambio significativo en la conducta del individuo. Por su parte, Kals (1978) indica que el estrés es una conducta que aparece cuando las demandas del entorno superan la capacidad del sujeto para afrontarlas.

Folkman (1984) señala que el estrés es una relación dinámica, particular y bidireccional entre el individuo y el ambiente, actuando sobre el otro. Lazarus (1981) señala que el estrés es la forma de apreciar los sucesos estresantes y sus propios recursos o posibilidades de afrontamiento son los que determinan la naturaleza del mismo. Así, Turcotte (1986) señala que el estrés es la consecuencia de las transacciones entre la persona y el entorno, cuyo resultado rompe con el equilibrio psicológico o fisiológico generando emociones y movilizand o energías en el organismo.

Fernández – Abascal (1995), indica que el estrés es un proceso psicológico que surge ante una exigencia al organismo, frente a la cual éste no sabe cómo responder adecuadamente, y activando un mecanismo de emergencia consistente en una activación psico-fisiológica que recoge información eficiente y con la cual el organismo mostrará una respuesta adecuada a la demanda.

El estrés se presenta cuando el sujeto reconoce una situación como inquietante, cuya magnitud es mayor a sus capacidades personales para afrontarla, en consecuencia, se pone en riesgo su bienestar. Naranjo (2009).

Algunas orientaciones teóricas sobre el estrés, proponen:

Enfoque Fisiológico:

Desde el punto de vista de la física el estrés es una fuerza que se aplica a un objeto hasta llevarlo a un punto de quiebre por la propia presión que se ejerce. Así, médicamente el estrés es una alarma física del organismo que rompe con el sistema encargado de mantener el equilibrio interno u homeostasis. De manera que aquellas situaciones que llevan a la enfermedad están relacionadas con la significancia afectiva del sujeto por la problemática no resuelta, generando un papel estresante para él y posiblemente generando tensión crónica que puede provocar trastornos crónicos dando espacio a una lesión orgánica.

Es Selye (1936) quien adoptó al estrés como una categoría médica, refiriéndolo como “síndrome de estrés biológico” o “síndrome general de adaptación” según el cual el estrés es la existencia de una agresión al organismo (estimulación perturbadora) que le hace generar respuestas que le permiten superarla o no. Esta secuencia se divide en 3 fases: fase de reacción de alarma o período de choque en donde surge una alteración (taquicardia, insomnio, etc.); fase de resistencia y fase de agotamiento, esta última genera las enfermedades de adaptación. Ello explica, por ejemplo, que el estrés contribuye a las causas y cronificación de algunos trastornos cardíacos. Así desde el punto de vista biológico, el estrés está vinculado a los cambios fisiológicos producidos por el sistema medular simpático – adrenal y el eje hipotalámico-pituitario adrenocortical.

Enfoque Psicológico

Según este enfoque, no sólo el aspecto fisiológico está vinculado al estrés si no también un aspecto cognoscitivo, puesto que estos factores añaden la producción de respuesta endocrina y la posibilidad de que surjan dificultades psicopatológicas en el sujeto como respuesta de dichos factores.

Lazarus (1966) pone énfasis en los factores psicológicos del estrés mediante diferentes variables que tienen lugar en el proceso (demandas del medio externo e interno, recursos del individuo, grado de satisfacción que vivencia).

Enfoque Transaccional del estrés

Según este modelo el estrés es visto como un producto o resultado de la interacción entre diferentes factores que juegan un papel causal. Ello implica que determinados factores individuales (características de predisposición, las motivacionales, las actitudes y la propia experiencia), son indispensables para determinar la forma en que se percibe y valora las demandas de las diferentes situaciones, lo cual acarrea diferentes estilos de afrontamiento de cada persona, Sierra et al. (2003).

Así, el modelo transaccional del estrés, según Lazarus y Folkman (1986), se relaciona a lo que acontece con una persona cuando recibe información de su entorno. Ellos, además, definieron el afrontamiento como aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas, externas y/o internas, que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo. Estos recursos incluyen la salud y la energía física, las creencias existenciales (como la fe en algún creador del universo), y las creencias generales del control que pueda tener el mismo o incluso el medio sobre su problema, Lazarus & Folkman, (1986). Con estos recursos aumentan las respuestas que tiene un sujeto cuando se le presenta una situación que puede ser potencialmente peligrosa, es decir, se considera el afrontamiento como una respuesta humana para manejar el estrés, desde el modelo cognoscitivo se hace referencia a estrategias que por una parte conllevan a la resolución de problemas y, por otro, el control emocional, Lazarus & Folkman (1986).

Así, para Lazarus y Folkman (1996) existen tres tipos de evaluación: la primaria que hace referencia a la valoración que efectúa el sujeto ante estímulos o situaciones amenazantes, desafiantes o de potencial daño; la secundaria, que es determinar los recursos disponibles para el afrontamiento a esa situación amenazante, sea individuales o ambientales; y la reevaluación, que se refiere a la repetición de la evaluación primaria y secundaria a fin de lograr un cambio en la situación o en el individuo.

Así, cuando no hay equilibrio entre los eventos estresores y los recursos disponibles aparece el estrés que genera que una persona el uso de estrategias de afrontamiento y el intento de regular la respuesta emocional, Barraza (2006).

Fases del Estrés

Venancio (2018), afirma que las fases del estrés son tres: la primera es la denominada alarma, donde se liberan hormonas y se ponen en movimiento los sistemas de defensa del organismo para conseguir adaptarse y afrontar la realidad que está generando el estrés. Se presenta el síndrome de cambios de lucha y huida y una disminución de la resistencia a los factores estresantes. La segunda se refiere a la resistencia, la actividad hormonal en esta fase continúa siendo alta. El organismo alcanza el clímax en la utilización de las reservas cuando reacciona ante condiciones que lo desequilibran.

Se disipa el síndrome de lucha y huida. Además, existe un nivel alto de adaptación a los factores estresantes. Por último, la fase de agotamiento, en la cual el organismo va perdiendo progresivamente la capacidad de activación. Queda impedido el suministro de reservas, lo que origina enfermedades como los ganglios linfáticos, el timo y las glándulas suprarrenales atrofiadas. En esta fase ocurre la pérdida total de la resistencia ante los factores estresantes que puede llegar a suceder el fallecimiento.

Dimensión de Eustrés o Estrés Positivo y Distrés o Estrés Negativo

Berrio & Mazo (2011) indican que, del correcto proceso de transacción, dependerá si se produce un estrés positivo o eustrés o un estrés negativo o distrés, el primero surge cuando los recursos físicos o psicológicos de una persona tienen coherencia con la demanda, y el segundo cuando las respuestas no han sido suficientes con la demanda. Es por tal motivo que la Escala de Percepción Global del Estrés (EPGE) brinda una mejor perspectiva del estrés negativo, y brinda información de las conductas adecuadas o adaptativas que necesitan las personas y en particular los estudiantes para superar situaciones con estresores. Guzmán – Yacamán et al. (2018).

La presente investigación se justifica en la medida que sirve para generar ideas y conocimientos de reflexión académica sobre el significado y contenido de las variables ansiedad y estrés. Así también se justifica pues servirá para apoyar la teoría de la Ansiedad Estado/Rasgo de Spielberger, así como de difundir un instrumento tan valioso como lo es el Inventario de Ansiedad Estado/Rasgo - IDARE. Igualmente, para apoyar la teoría de Lazarus & Folkman sobre la teoría transaccional del estrés aplicado a los estudiantes universitarios.

Tiene relevancia social puesto que los beneficiarios serán los estudiantes universitarios en la medida que permitirá conocer a las autoridades universitarias si el estrés, propio de la vida académica, influye en la ansiedad de su alumnado, con cuya información podrán efectuar programas de entrenamiento en relajación o en otras técnicas que apoyen a los estudiantes en el control de su ansiedad. Asimismo, para hacer capacitaciones referidas a estrategias de afrontamiento del estrés y de esa manera, sus alumnos gocen de una buena salud mental.

También se justifica esta investigación puesto que permitirá que la universidad capacite a sus profesores y directivos en el manejo de estudiantes con ansiedad estado y

rasgo, de manera que puedan brindar herramientas prácticas para estos estudiantes sobre todo en tiempo de exámenes o cuando hay presiones propias de la vida universitaria.

Con la implementación de dichas estrategias de manejo de estrés y ansiedad para los estudiantes universitarios, la universidad puede prevenir patologías futuras en los mismos, tales como depresión, tendencia a suicidios, trastornos obsesivos compulsivos, entre otros, que haría que la vida académica se interrumpa y no puedan culminar con sus estudios o, en casos más graves se conviertan en profesionales con patologías psicológicas.

En consecuencia, desde la visión de la salud mental esta tesis apoyará a que la institución universitaria haga lo posible para que el ambiente institucional, sea una experiencia positiva para los estudiantes.

Finalmente, esta investigación permitirá que futuros alumnos y/o egresados tomen como referencia los resultados de esta investigación para usarlo comparativamente, así como tomarlo en cuenta en futuras investigaciones y ampliar la evidencia científica con datos actualizados. Hernández et al. (2014).

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

Esta investigación cuenta con un enfoque de tipo cuantitativo, toda vez que usamos la recopilación de datos para demostrar la hipótesis teniendo como soporte la medición numérica y el análisis estadístico, y con ello indicar si la hipótesis es correcta. Asimismo, se trata de un estudio correlacional puesto que trata de conocer la relación de la variable ansiedad con la variable estrés, en una muestra particular, Hernández et al. (2014).

El diseño de este estudio es no-experimental puesto que no habrá variación deliberada de variables, si no que solo se hará un análisis de las mismas para verificar su correlación. De igual modo, será transversal toda vez que la recogida de datos es en una sola oportunidad y en mismo tiempo, Cubo, et al. (2020).

La unidad de análisis es un estudiante de la Universidad privada que será elegida para el estudio en la ciudad de Lima durante el período 2022-I. Esta unidad de análisis es el ente sobre el cual recae una característica en una investigación, por lo que forma la unidad básica con la cual se efectuará el análisis de la data, Hernández et al. (2014)

La población está formada por estudiantes, de ambos sexos de una universidad privada en la ciudad de Lima. La muestra elegida es de tipo no probabilístico, pues no se busca un criterio estadístico de generalización, Hernández et al. (2014). Y se utilizó un muestro por conveniencia basado en la accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador, Otzen et al. (2017). De esta manera, la muestra de esta investigación quedó compuesta por 102 estudiantes.

Como criterios para incluir en la muestra son: estudiantes de una universidad privada de Lima, que acepten indubitablemente el consentimiento informado, estudiantes de ambos sexos, con nacionalidad peruana, en un rango de 18 a 30 años de edad.

Como criterios para excluir en la muestra están: estudiantes que siendo universitarios no estudien en Lima, encuestas no terminadas de completar o que hayan sido completadas de manera equivocada, estudiantes extranjeros y fuera del rango de edad propuesto.

Las técnicas para recoger datos son estrategias usadas para obtener información que nos guiarán en el proceso de investigación, Martínez (2013). En nuestro caso, la técnica seleccionada fue la encuesta, definida como un procedimiento de investigación con el que se puede conseguir y desarrollar datos de modo expeditivo, así como efectivo de un gran número de individuos, Amat y Rocafort (2017). Para los propósitos de la investigación se seleccionaron dos instrumentos según se indica:

Inventario Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE)

Este inventario cuyo origen se encuentra en inglés llamado State-Trait-Anxiety Inventory (STAI) que fue creado por Spielberger, Gorsuch y Lushene en el año 1970, Spielberger et al. (1970), fue adaptada en nuestro país por Domínguez et al. (2012) en estudiantes del primer año de Psicología en una universidad del Estado en Lima.

Su objetivo es evaluar la ansiedad en los términos desarrollados por Spielberger, esto es con las dimensiones: ansiedad como estado y ansiedad como rasgo. Para ello cuenta con dos escalas separadas de autoevaluación de 20 ítems cada una, la aplicación es individual o grupal, sin límite en el tiempo, sin embargo, en estudiantes universitarios, puede durar aproximadamente 15 minutos para contestar ambas escalas. Los ítems presentan cuatro tipos de respuestas tipo Likert, para el caso de AE son: no en lo absoluto/un poco/bastante/mucho. En el caso de AR son: casi nunca/algunas veces/frecuentemente/casi siempre.

En el caso de la escala que evalúa la ansiedad estado, cuenta con 10 ítems directos que son los siguientes: 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17 y 18; y cuenta con 10 ítems inversos, que

son los siguientes: 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19 y 20. Mientras que en la escala que evalúa la ansiedad rasgo, cuenta con 13 ítems directos que son: 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, y 40; y cuenta con 7 inversos que son: 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39.

Esa escala, ha sido analizada psicométricamente y consecuentemente validada en nuestro país por Domínguez et al. (2012), en estudiantes universitarios de Lima logrando una confiabilidad a través de la consistencia interna usando el método Alfa de Cronbach con resultados para la AE de un total de .908 y para AR de .874. Asimismo, tiene validez por análisis factorial y validez convergente para las dos dimensiones. Cabe precisar que la validez convergente fue efectuada mediante la correlación con el Inventario de Depresión Estado-Rasgo. En el caso de la ansiedad estado, el análisis factorial tuvo como resultado la estructura factorial de dos componentes diferenciados, por la presencia y ausencia de ansiedad los cuales le dan sustento al 48,608% encontrado en la varianza; y en validez convergente hubo correlaciones significativas el Inventario de Depresión Estado-Rasgo. Lo mismo sucedió con la dimensión ansiedad rasgo respecto de su validez, siendo que el análisis factorial también tuvo como resultado una estructura factorial de dos componentes diferenciados, por la presencia y ausencia de la ansiedad, que sustentan el 42,110% de la varianza; y en validez convergente se encontraron correlaciones significativas con las dimensiones del mismo Inventario de Depresión E/R.

Es preciso señalar que en la validación efectuada por Domínguez et al. (2012) se consideró la eliminación del ítem 31 “Suelo tomar las cosas demasiado seriamente” de la escala AR, puesto que tuvo un índice de homogeneidad de 0.89, siendo que los demás ítems tuvieron índices que oscilaron entre 0.238 y 0.693. Con dicho fundamento, para efectos de la presente investigación también se excluye dicho ítem.

Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE)

Esta escala fue diseñada por Cohen et al. (1983), y adaptada en estudiantes universitarios de nuestro país por Guzmán Yacamán et al. (2018), tiene como objetivo medir el nivel de estrés percibido durante el último mes, se dirige a personas de 18 a 30 años, su duración es de aproximadamente 15 minutos, su administración puede ser individual o colectiva. La versión adaptada comprende 13 ítems, con respuestas tipo Likert: nunca/ casi nunca/ de vez en cuando/ frecuentemente/ casi siempre. Esta prueba cuenta con los siguientes ítems directos o positivos que miden la dimensión eustrés (estrés positivo), que permite determinar si la persona cuenta con capacidad adecuada para enfrentar el estrés existente y que son: 4, 5, 6, 7, 9, 10 y 12; y con ítems inversos o negativos que miden la dimensión distrés (estrés negativo) que mide los aspectos en los que la persona cuenta con poco autocontrol ante situaciones de estrés y que son: 1, 2, 3, 8, 11 y 13.

La fiabilidad del instrumento se realizó a través del Alfa de Cronbach usando el método de consistencia interna, que demostró que las dos dimensiones tienen una confiabilidad aceptable; para la dimensión estrés positivo (eustrés), arrojó un índice de alfa de .799, y respecto del estrés negativo (distrés), el índice fue de .770. Asimismo, para evidencias de validez basadas en el contenido se efectuó a través de la evaluación mediante jueces, luego de lo cual se realizó el análisis factorial confirmatorio así también se verificó la validez convergente y divergente. Para las evidencias de validez con análisis factorial confirmatorio usaron el programa MPLUS versión 7, encontrándose que en los modelos bifactoriales de la escala, el modelo de 13 ítems tuvo mejores índices de ajuste, de manera que las cargas factoriales estandarizadas para el estrés positivo (eustrés), fluctuaron entre .45 y .75; mientras que las cargas factoriales del factor estrés negativo (distrés) oscilaron entre .36 y .72. Así también, para realizar el análisis de evidencias de validez convergente y

divergente de la escala, se usó la escala de afectos positivos y negativos (SPANAS), con un resultado de correlación adecuado.

Así, respecto del recojo de datos podemos diferenciar 3 momentos, el primero luego de la elección de los instrumentos para recabar información se verificó que ambos tuvieran validación en nuestro país. Asimismo, para efectos de esta investigación se realizó un análisis psicométrico con una muestra tomada para dicho fin, que, después de arrojar resultados adecuados de validez y confiabilidad, ratificaría que dichos instrumentos fueran usados para la comprobación de la hipótesis en una muestra distinta. Con dichas validaciones, se procedió a trasladarlos a un formulario virtual en la plataforma de Google Forms.

El segundo momento es durante la recolección de datos, para ello se invitó a los participantes de una universidad privada en Lima a través una red social de los distintos grupos de redes sociales en los que se encontraban estudiantes universitarios. Asimismo, se solicitó el acceso a algunas clases virtuales a fin de convocar voluntariamente a más participantes. En la aplicación se realizó lo siguiente: explicación de los objetivos de este estudio, indicación de participación voluntaria, se indicaron las instrucciones del primer instrumento y luego del segundo instrumento. La aplicación para ambos instrumentos fue aproximadamente de 20 minutos.

Posteriormente, una vez recolectada una muestra superior a 100 se verificó que todas las pruebas cumplan con haber sido completadas, lo cual fue facilitado por el formulario de Google, al establecer en el sistema que las preguntas sean obligatorias de responder para pasar a la siguiente. Y se verificó que no hubiera respuestas de tendencia marcada, seguidamente se elaboró una base de datos en MS Excel para realizar un análisis de la misma en el software SPSSv21.

Respecto del análisis estadístico de la data recogida, se efectuará un análisis de frecuencias para diferenciar la muestra según sexo y edad. Luego se efectuará un análisis de estadísticos descriptivos, para comparar la tendencia hacia determinados valores y hacia ciertos elementos. Posteriormente, se evaluará la consistencia interna, a través del estadístico Alfa de Cronbach, y se realizará el análisis de correlaciones ítem – test para verificar la validez basada en el constructo.

Para contrastar la hipótesis se realizará un análisis de normalidad usando el estadístico Kolmogorov-Smirnov por ser una muestra mayor a 50. El procedimiento estadístico que se seguirá para verificar cada una de las hipótesis será la siguiente:

- (1) Analizar cómo se comporta la muestra para decidir si se analizará la correlación con Pearson o Spearman,
- (2) Con el estadístico de correlación seleccionado, se efectuará el análisis correspondiente
- (3) Para valorar la significancia, se comparará esta con 0.5, que es el valor teórico de contraste.
- (4) Según el resultado de esta comparación, la regla será:
 - a. Si el valor de resultado es menor a 0.5 (valor teórico), se aceptará la existencia de una correlación.
- (5) Luego de observar si existe o no correlación, se procederá a evaluar el grado o fuerza observando el valor del coeficiente de correlación para evaluar la fuerza de la misma.

Cabe señalar que en esta investigación se consideraron los principios éticos de autonomía, beneficencia y justicia. El primero referido a brindar la información adecuada y clara para que las personas puedan decidir participar o no en el estudio, así como de brindar

el consentimiento voluntario para participar del estudio sin coacción. En este consentimiento se informará sobre el objetivo de la investigación y se aclararán las dudas que surjan sobre el mismo. El segundo referido a maximizar los beneficios y minimizar los riesgos para los participantes de la investigación según lo señala Osorio (2000), asimismo, se indica que la información recabada será confidencial y para uso netamente académico. Y el tercero, referido a que todos los participantes son tratados con igualdad, consideración y respeto, teniendo los mismos beneficios respecto del presente estudio.

Asimismo, en cuanto a la normativa del Colegio de Psicólogos del Perú actuamos acorde al artículo 28°, el cual garantiza que los participantes serán tratados teniendo en cuenta los principios de respeto, honradez, igualdad y confidencialidad por lo que no se tomaron datos personales para su divulgación o uso para medios diferentes a los establecidos en la presente investigación, en consecuencia, su colaboración es discrecional, voluntaria e independiente, manteniendo el prestigio en la labor profesional.

Finalmente, siguiendo los parámetros éticos del reglamento interno de la Universidad Privada del Norte, se tomó en cuenta los siguientes principios éticos, entre los cuales se encuentran los artículos 13, 14 y 15, por ende, la autora de la investigación comparte las mismas consideraciones y garantiza la imparcialidad para obtener los resultados correspondientes. De igual manera se asegura la originalidad del presente estudio puesto que no hubo plagio o similitud con otras investigaciones, solo se aplicaron las bases teóricas correspondientes para reforzar la base investigativa.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

En este apartado se examinarán las características sociodemográficas de la muestra de estudio a fin de identificar las particularidades de la misma sobre las cuales se aplicaron las variables ansiedad y estrés. Tal como se indicó, nuestra muestra está conformada por 102 estudiantes universitarios.

Tabla 1
Características sociodemográficas de la muestra

Variabes	Grupos	<i>f</i>	%
Género	Masculino	27	26.5
	Femenino	75	73.5
Edad	18 - 19	1	1.0
	20 – 24	65	63.7
	25 – 30	36	35.3
Estado Civil	Soltero (o)	90	88.2
	Casado (a)	6	5.9
	Conviviente	5	4.9
	Separado (a)	1	1.0

Nota. *f* = frecuencias observadas; % = porcentaje de casos

Tal como se observa en la Tabla 1 la muestra tuvo un porcentaje mayor del género femenino (73,5%), así como un porcentaje superior en los estudiantes de edad entre los 20 y 24 años (63,7%) y también un porcentaje mayor de solteros (88,2%).

Tabla 2
Características sociodemográficas de la muestra: carreras profesionales y ciclo.

Variabes	Grupos	<i>f</i>	%
	Administración (*)	18	17.7
	Arquitectura	2	2.0

Carreras Profesionales	Comunicación		
	Audiovisual en Medios Digitales	4	3,9
	Derecho	10	9,8
	Economía y Negocios Internacionales	2	2.0
	Educación	1	1.0
	Gastronomía y Gestión de Restaurantes	1	1.0
	Ingeniería (**)	6	5.9
	Psicología	58	56.9
	Ciclo I	1	1.0
	Ciclo III	2	2.0
Ciclos	Ciclo V	5	5.9
	Ciclo VII	11	10.8
	Ciclo VIII	20	19.6
	Ciclo X	35	34.3
	Ciclo XI	3	2.9
	Ciclo XII	5	4.9

Nota. *f* = frecuencias observadas; % = porcentaje de casos

(*) (**) Se reunieron las diferentes carreras de Administración e Ingeniería

Tal como se observa en la Tabla 2 la muestra tuvo un porcentaje mayor en la carrera profesional de Psicología (56,9%), así como un porcentaje superior en los estudiantes del Décimo ciclo (35,3).

A continuación, se analizarán los instrumentos de la presente investigación: IDARE y el EPGE ambos adaptados al Perú y en estudiantes universitarios, por lo que se realizará el análisis de estadísticos descriptivos (media, desviación estándar, curtosis y asimetría) para identificar el comportamiento de los reactivos frente a la muestra, también se analizará la confiabilidad de los instrumentos a través del Alfa de Cronbach, y se analizará la correlación

ítem – test corregido para determinar la validez basada en el constructo de los indicados instrumentos. Cabe señalar que la muestra utilizada para este análisis fue distinta a la usada para la comprobación de la hipótesis, y constó de 204 alumnos universitarios. De esta manera, también indicamos que el caso del IDARE se realizará el análisis de manera separada para los inventarios de AE y AR.

Tabla 3
Evidencias de procesos de respuesta hacia los ítems del Inventario de Ansiedad Estado

Dimensiones	Ítems	M (DE)	r- itc	Asimetría	Curtosis
Ítems Directos	Ítem 3. Estoy tenso (a)	2.58 (.887)	.702	.023	-.746
	Ítem 4. Estoy contrariado (a)	2.10 (.788)	.476	.130	-.732
	Ítem 6. Me siento Alterado (a)	1.97 (.923)	.633	.677	-.394
	Ítem 7. Estoy preocupado (a) actualmente por algún posible contrat tiempo	2.76 (.981)	.645	-.229	-.999
	Ítem 9. Me siento angustiado (a)	2.37 (.909)	.773	.226	-.712
	Ítem 12. Me siento nervioso (a)	2.54 (.999)	.738	-.003	-1.056
	Ítem 13. Me siento agitado (a)	2.02 (.957)	.654	.506	-.803
	Ítem 14. Me siento “a punto de explotar”.	2.05 (1.037)	.639	.533	-.952
	Ítem 17. Estoy preocupado (a)	2.67 (.879)	.723	-.008	-.792
Ítems Indirectos	Ítem 18. Me siento agitado (a) y aturdido (a)	2.12 (.957)	.726	.399	-.833
	Ítem 1. Me siento calmado (a)	2.74 (.816)	.682	-.531	-.061
	Ítem 2. Me siento seguro (a)	2.55 (.844)	.671	-.379	-.495
	Ítem 5. Me siento cómodo (a) y estoy a gusto	2.52 (.815)	.617	-.268	-.470
	Ítem 8. Me siento descansado	2.93 (.806)	.327	-.492	-.095
	Ítem 10. Me siento cómodo (a)	2.52 (.833)	.629	-.228	-.528
	Ítem 11. Tengo confianza en mí mismo	2.38 (.883)	.544	-.136	-.824
	Ítem 15. Estoy reposado (a)	2.81 (.823)	.438	-.434	-.201
	Ítem 16. Me siento satisfecho (a)	2.56 (.819)	.560	-.218	-.449

Ítem 19. Me siento alegre	2.61 (.814)	.607	-.215	-.410
Ítem 20. Me siento bien.	2.53 (.815)	.678	-.167	-.463

Nota. M=Media; DE= Desviación Estándar; r.itc= correlación ítem-test corregido

En la Tabla 3 se puede observar la manera en que los ítems se comportaron en el Inventario de Ansiedad Estado del IDARE al ser aplicados a los estudiantes universitarios de la muestra. La media fluctuó entre 1.97 y 2.93. Por su parte la desviación estándar, aun cuando se interpreta en función a la media, podemos indicar como referencia que el valor de desviación más alto fue en el ítem 14 con un valor de 1.037, siendo que las demás desviaciones estándar están por debajo de dicho valor. Respecto de la Asimetría, que sirve para saber cuánto se parece la distribución a una curva normal y hacia qué lado de la curva se agrupan las frecuencias, señala Hernández et al. (2014) que si esta es = 0 la curva es simétrica, si es positiva hay más valores agrupados a la izquierda de la curva por debajo de la media; y si es negativa, implica que los valores tienden a agruparse hacia la derecha de la curva, sobre la media, Hume (2011). En nuestro caso, observamos que la asimetría en los ítems directos es en algunos casos positiva y en otros negativa, y en el caso de los ítems indirectos todos son negativos.

Sobre la curtosis señala Hernández et al. (2014) que es una guía que nos refleja cuan plana o elevada (picuda) es la curva. Si esta es =0 es una curva normal, si es positiva la curva es más elevada, y si es negativa es más plana, Hume (2011). En ese sentido en este caso, la curtosis en todos los ítems es negativo por lo que la curva es más plana.

Respecto a la validez basada en el constructo, Pérez – Gil et al. (2000) indican que es el concepto que unifica la validez de contenido y la validez de criterio, así Hernández et al. (2014) indica que está referida a la medida en la que un instrumento traduce y mide un concepto teórico. Por ello, una manera de garantizar la estructura interna del test es usar

indicadores estadísticos de la correlación ítem – test (r -itc), de manera que de acuerdo a lo indicado por Kline (1995) todo ítem que logre una puntuación sobre el valor .20, será aceptable. En ese sentido se observa que los 20 ítems analizados lograron una correlación ítem – test superior a .20, Kline (1995) y Likert (1932).

Tabla 4

Evidencias de procesos de respuesta hacia los ítems del Inventario Ansiedad Rasgo

Dimensiones	Ítems	M (DE)	r- itc	Asimetría	Curtosis
Ítems Directos	Ítem 22. Me canso rápidamente.	2.40 (.816)	.416	.183	-.433
	Ítem 23. Siento ganas de llorar	2.31 (.926)	.504	.314	-.705
	Ítem 24. Me gustaría ser tan feliz como otros parecer serlo	2.50 (1.053)	.663	.141	-1.196
	Ítem 25. Pierdo oportunidades por no decidirme rápidamente	2.53 (.845)	.563	.278	-.622
	Ítem 28. Siento que las dificultades se amontonan al punto de no poder superarlas	2.28 (.870)	.619	.139	-.691
	Ítem 29 Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	2.59 (.940)	.585	.069	-.935
	Ítem 32. Me falta confianza en mí mismo	2.43 (.957)	.666	.198	-.888
	Ítem 34. Procuro evitar enfrentarme a crisis y dificultades	2.48 (.845)	.225	.201	-.558
	Ítem 35. Me siento Melancólico	2.27 (.883)	.533	.398	-.475
	Ítem 37. Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan	2.53 (.821)	.509	.294	-.560
	Ítem 38. Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza.	2.45 (.994)	.560	.044	-1.035
	Ítem 40. Cuando pienso en mis preocupaciones actuales me pongo tenso y alterado.	2.60 (.907)	.552	.110	-.864

Ítems					
Indirectos	Ítem 21. Me siento bien	2.37 (.735)	.492	.036	-.291
	Ítem 26. Me siento descansado	2.81 (.799)	.266	-.403	-.145
	Ítem 27. Soy una persona tranquila, serena y sosegada	2.29 (.826)	.353	-.064	-.738
	Ítem 30. Soy feliz	2.31 (.805)	.520	.011	-.574
	Ítem 33. Me siento seguro (a)	2.46 (.771)	.472	-.226	-.412
	Ítem 36. Me siento satisfecho (a)	2.46 (.732)	.512	-.206	.042
	Ítem 39. Soy una persona estable.	2.43 (.806)	.627	-.315	-.464

Nota. M=Media; DE= Desviación Estándar; r.itc= correlación ítem-test corregido

En la anterior tabla 4 se puede observar la forma en que los ítems se comportaron en el inventario AR al ser aplicados a los alumnos universitarios de la muestra. La media osciló entre 2.27 y 2.81. Por su parte el valor más alto de la desviación estándar, fue en el ítem 24 con un valor de 1.053, siendo que las demás desviaciones estándar están por debajo de dicho valor. Respecto a la asimetría, en los ítems directos es positivo y en el caso de los ítems indirectos algunos son positivos y otros negativos. Sobre la curtosis si esta es =0 es una curva normal, si es positiva la curva es más elevada y si es negativa es más plana, Hume (2011), En este caso, todos los ítems son negativos por lo que la curva sería más plana. Respecto a la validez basada en el constructo, los 19 ítems analizados lograron una correlación ítem test superior a .20, Kline (1995) y Likert (1932).

Tabla 5
Evidencias de procesos de respuesta hacia los ítems de la Escala de Percepción Global de Estrés – EPGE

Dimensiones	Ítems	M (DE)	r- itc	Asimetría	Curtosis
Ítems Positivos	Ítem 4. En el último mes, ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?	1.68(.911)	.581	.043	-.235

Ítems Negativos	Ítem 5. En el último mes, ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?	1.72(.934)	.461	.182	-.256
	Ítem 6. En el último mes, ¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?	1.67(1.001)	.606	.143	-.524
	Ítem 7. En el último mes, ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultado como tú querías?	1.81(.954)	.570	.107	-.262
	Ítem 9. En el último mes, ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?	1.72(.875)	.496	.054	-.282
	Ítem 10. En el último mes, ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?	2.02(.874)	.566	-.163	-.327
	Ítem 12. En el último mes, ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?	1.86(.953)	.316	.209	-.412
	Ítem 1. En el último mes, ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?	2.17(.932)	.476	-.117	-.320
	Ítem 2. En el último mes, ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?	2.11(.972)	.448	-.023	-.503
	Ítem 3. En el último mes, ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?	2.41(.918)	.367	-.358	-.306
	Ítem 8. En el último mes, ¿Cuán seguido te diste cuenta de que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?	2.29(.958)	.321	-.043	-.403
	Ítem 11. En el último mes, ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?	2.38(.972)	.425	-.299	-.500
	Ítem 13. En el último mes, ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?	2.51(1.001)	.510	-.264	-.583

Nota. M=Media; DE= Desviación Estándar; r.itc= correlación ítem-test corregido

En la Tabla 5, se puede observar la forma en que los ítems se comportaron en la Escala EPGE, al ser aplicados en estudiantes universitarios de la muestra. La media fluctuó entre 1.67y 2.51. Por su parte el valor más alto de la desviación estándar, fue en los ítems 6 y 13, con un valor similar de 1.001, siendo que las demás desviaciones estándar están por debajo de dicho valor. Respecto a la Asimetría, son positivos y negativos de manera indistinta. Sobre la curtosis si esta es =0 es una curva normal, si es positiva la curva es más elevada, y si es negativa es más plana, Hume (2011). En ese sentido, todos los items son negativos por lo que la curva en esos casos sería más plana. Respecto de la validez basada en el constructo, los 13 ítems analizados lograron una correlación ítem test superior a .20, Kline (1995).

Tabla 6

Evidencias de confiabilidad de los instrumentos utilizados

Instrumentos	Alfa (α)
Inventario de Ansiedad Estado	.935
Inventario de Ansiedad Rasgo	.887
Escala de Percepción Global de Estrés	.829

Nota: Alfa (α): Alfa de Cronbach

En la tabla anterior número 6 se verifica que el inventario AE muestra una confiabilidad excelente según lo señala Cicchetti (1994), puesto que su resultado es mayor a .90 y en el caso del inventario AR y de la EPGE, según el mismo autor, la confiabilidad es buena pues su resultado versa entre .80 y .90.

Asimismo, en esta investigación se realizó el análisis de validez basada en el contenido a través del método criterio de jueces de los instrumentos utilizados, recurriendo al tipo agregados individuales, tal como se observa seguidamente.

Tabla 7

Coficiente V de Aiken para evidencia de validez de contenido Inventario de Ansiedad Estado

Nº	Ítems	Pertinencia	Relevancia	Claridad
----	-------	-------------	------------	----------

		<i>V de Aiken</i>	<i>Intervalos de Confianza al 95%</i>		<i>V de Aiken</i>	<i>Intervalos de Confianza al 95%</i>		<i>V de Aiken</i>	<i>Intervalos de Confianza al 95%</i>	
			<i>Límite Inferior</i>	<i>Límite Superior</i>		<i>Límite Inferior</i>	<i>Límite Superior</i>		<i>Límite Inferior</i>	<i>Límite Superior</i>
1	Me siento calmado (a)	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00
2	Me siento seguro (a)	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00
3	Estoy tenso (a)	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00
4	Estoy contrariado (a)	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00
5	Me siento cómodo (a)	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00
6	estoy a gusto Me siento alterado	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00
7	Estoy preocupado (a) actualmente por algún posible contratiempo	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00
8	Me siento descansado (a)	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00
9	Me siento angustiado (a)	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00
10	Me siento cómodo (a)	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00
11	Tengo confianza en mí mismo	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00
12	Me siento nervioso (a)	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00
13	Me siento agitado (a)	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00
14	Me siento “a punto de explotar”.	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00
15	Estoy reposado (a)	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00
16	Me siento satisfecho (a)	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00
17	Estoy preocupado (a)	1.00	0.57	1.00	0.80	0.38	0.96	1.00	0.57	1.00
18	Me siento agitado (a) y aturdido (a)	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00

19	Me siento alegre	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00
20	Me siento bien.	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00	1.00	0.57	1.00

Como se aprecia en la Tabla 7, la V de Aiken para todos los ítems fluctuó entre 0.80 y 1, lo que quiere decir que la mayoría de los ítems fue aceptado por el 80% a más de jueces. De esta manera se refuerza la validez de contenido del Inventario de Ansiedad Estado.

Tabla 8
Coficiente V de Aiken para evidencia de validez de contenido Inventario Ansiedad Rasgo

N°	Ítems	Pertinencia			Relevancia			Claridad		
		V de Aiken	Intervalos de Confianza al 95%		V de Aiken	Intervalos de Confianza al 95%		V de Aiken	Intervalos de Confianza al 95%	
			Límite Inferior	Límite Superior		Límite Inferior	Límite Superior		Límite Inferior	Límite Superior
21	Me siento bien	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
22	Me canso rápidamente	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
23	Siento ganas de llorar	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
24	Me gustaría ser tan feliz como otros parecen serlo.	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
25	Pierdo oportunidades por no decidirme rápidamente	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
26	Me siento descansado (a)	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
27	Me siento una persona tranquila, serena y sosegada	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
28	Siento que las dificultades se me amontonan	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
29	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
30	Soy feliz	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00

32	Me falta confianza en mí mismo (a)	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
33	Me siento seguro	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
34	Procuro evitar enfrentarme a crisis y dificultades	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
35	Me siento melancólico (a)	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
36	Me siento satisfecho (a)	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
37	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
38	Me afectan tanto los desengaños, que no me los puedo quitar de la cabeza	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
39	Soy una persona estable.	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
40	Cuando pienso en mis preocupaciones actuales, me pongo tenso y alterado	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00

Respecto del Inventario de Ansiedad Rasgo, observamos en la Tabla 8 que el coeficiente V de Aiken para todos los ítems estuvo en 1.00, lo que quiere decir que todos los ítems fueron aceptados por el 100% de jueces. De esta manera se refuerza la validez de contenido del Inventario de Ansiedad Rasgo.

Tabla 9

Coefficiente V de Aiken para evidencia de validez de contenido Escala de Percepción Global de Estrés

N°	Ítems	Pertinencia	Relevancia	Claridad
----	-------	-------------	------------	----------

	<i>V de Aiken</i>	<i>Intervalos de Confianza al 95%</i>		<i>V de Aiken</i>	<i>Intervalos de Confianza al 95%</i>		<i>V de Aiken</i>	<i>Intervalos de Confianza al 95%</i>	
		<i>Límite Inferior</i>	<i>Límite Superior</i>		<i>Límite Inferior</i>	<i>Límite Superior</i>		<i>Límite Inferior</i>	<i>Límite Superior</i>
1	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	0.80	0.38	0.96
2	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	0.80	0.38	0.96
3	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	0.57	1.00
4	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	0.57	1.00
5	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	0.57	1.00
6	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
7	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
8	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00

	las cosas que debías hacer?									
	En el último mes									
9	¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
	En el último mes									
10	¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
	En el último mes									
11	¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00
	En el último mes									
12	¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste tu tiempo?	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	.80	.38	.96
	En el último mes									
13	¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00	1.00	.57	1.00

Asimismo, en la Tabla 9 se puede ver que el coeficiente V de Aiken para todos los ítems fluctuó entre 0.80 y 1, lo que quiere decir que la mayoría de estos fue aceptado por el 80% a más de jueces. De esta manera se confirma la validez de contenido de la Escala de Percepción Global de Estrés.

Tabla 10

Reporte de prueba de normalidad de los instrumentos usados

Instrumentos	K-S	p
Inventario Ansiedad Estado	.077	.147
Inventario Ansiedad Rasgo	.094	.028
Escala de Percepción Global de Estrés	.156	.000

Nota. K-S = Estadístico Kolmogorov-Smirnov; p= significancia

La tabla 10 nos muestra el reporte de la prueba de normalidad de las variables de estudio, usando como referente a Kolmogorov-Smirnov por ser una muestra mayor a 50. En el caso del Inventario de Ansiedad Estado, el valor de significancia es de .147 y en el Inventario de Ansiedad Rasgo el valor de significancia es de .028. En este caso, el valor de significancia del Inventario de Ansiedad Estado es mayor al valor teórico esperado (0.05), ajustándose a la curva de normalidad y el valor de significancia del Inventario de Ansiedad Rasgo es menor a dicho valor, no ajustándose a la curva de normalidad. Por su parte el EPGE tiene un valor de significancia de .000 el cual es menor al valor teórico esperado (0.05), por lo que esta variable tampoco se ajusta a la curva normal, siendo necesario usar estadísticos no paramétricos como el Rho de Spearman al momento de efectuar el análisis de correlación.

De esta forma, recordamos que nuestra investigación busca determinar la relación que existe entre ansiedad y estrés en estudiantes de una universidad privada de Lima, y para ello es preciso realizar esa evaluación.

Tabla 11

Relación entre Ansiedad Estado- Rasgo y Estrés

	Estrés		Ansiedad Rasgo	
	Coefficiente de Correlación	<i>p</i>	Coefficiente de Correlación	<i>p</i>
Ansiedad Estado	.776	.000	.855	.000
Ansiedad Rasgo	.858	.000	-	-

Nota. *p*= significancia

De acuerdo a los resultados arrojados (Tabla 11), donde se verifica que la relación entre las variables ansiedad y estrés, tienen un valor de significancia .000, que es menor al valor teórico esperado (.05), permiten confirmar que existe una correlación entre las tres variables, las que al ser coeficientes de correlación positivos, hacen que se trate de una

correlación directa, y respecto a la fuerza de la relación debemos señalar que, toda vez que son ligeramente mayor al valor teórico (.70) la fuerza de relación es aceptable.

Por su parte la relación entre Ansiedad Estado y Ansiedad Rasgo, también tiene significancia de .000 confirmándose la existencia de una correlación, la misma que es directa y con fuerza aceptable.

De otra parte, los objetivos específicos de la investigación es determinar la relación existente entre la Ansiedad Estado y el Estrés y la Ansiedad Rasgo y el estrés en estudiantes de una universidad privada de Lima, por lo que el resultado de dicha correlación es la siguiente:

Tabla 12

Relación Ansiedad Estado y Estrés

	Estrés	
	Spearman	
	Coefficiente de Correlación	<i>p</i>
Ansiedad Estado	.704	.000

Nota. *p*=significancia

De acuerdo a lo arrojado en la Tabla 10 donde se advierte que solo una variable se ajustó a la curva de normalidad (AE) y las otras no, correspondió realizar un análisis de correlación con el estadístico no paramétrico Rho de Spearman, según el cual la relación entre AE y estrés, muestra en la Tabla 12, un valor de significancia de .000, siendo menor al valor teórico esperado (.05), lo cual confirma la existencia de una correlación, la misma que al tratarse de un coeficiente de correlación positivo (.704), hace que se trate de una correlación directa, y respecto de la fuerza de relación debemos señalar que, toda vez que es ligeramente mayor al valor teórico (.70) la fuerza de relación es aceptable.

Tabla 13

Relación entre Ansiedad Rasgo y Estrés

	Estrés	
	Spearman	
	Coefficiente de Correlación	<i>p</i>
Ansiedad Rasgo	.764	.000

Nota. *p*=significancia

Lo observado en la anterior Tabla 13 es la relación que existe entre AR y Estrés con un valor de significancia de .000 que, siendo menor al valor teórico esperado (.05) confirma la existencia de una relación directa por el coeficiente positivo, y con fuerza aceptable por ser mayor al valor teórico (.70).

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

De acuerdo a lo señalado en un informe científico de la OMS (2022), durante el año 2020 con la pandemia COVID-19, se han incrementado tanto la prevalencia de ansiedad como la de otros trastornos en un 25%, indicando entre otras razones principales de dicho aumento, al estrés sin precedentes causado por la coyuntura y que esto ha afectado la salud mental de la juventud que están expuestos a comportamientos de tipo suicida o autolesivo. Ello nos lleva a discutir los resultados hallados en este estudio, que tiene como objetivo general, el determinar la relación existente entre la ansiedad y estrés en los estudiantes de una universidad privada en la ciudad de Lima. Para ello se contó con 102 participantes, mayormente del sexo femenino y con edad entre los 18 – 30 años.

En ese sentido, respecto del objetivo general señalado se obtuvo como resultados los indicados en la Tabla 11, donde se pudo confirmar la existencia de correlación significativa, directa y con fuerza de relación aceptable entre las variables Ansiedad y Estrés ($p=.000$ y $r=.776$ con A.Estado y $p=.000$ y $r=.858$ con A.Rasgo), estos resultados son consistentes con los hallados por Clemente (2021) quien indica en su investigación la existencia de una relación significativa y positiva entre las mismas variables, lo que implica que a mayor estrés mayor ansiedad. De igual manera llega a la misma conclusión los resultados de Ticona (2021) al señalar la relación existente entre Ansiedad y estrés. Ello también es consistente con lo señalado por Guerrero (2017) quien concluyó en que existe correlación entre la ansiedad y estrés, aun cuando sus hallazgos fueron que esta correlación fue baja y positiva (ansiedad estado $p<0.01$ y $r=.236$; y ansiedad rasgo $p<0.01$ y $r=0.248$). Esto apoya lo señalado por Naranjo (2009), quien indica que en muchas ocasiones la ansiedad es el resultado del estrés, puesto que muchos individuos sufren de ansiedad producto de que no supieron afrontar las situaciones de estrés a los que se han visto expuestos en diversas

oportunidades. Esto nos llevaría a pensar que, en el caso de los estudiantes, ante eventos estresantes como los exámenes o la presentación de trabajos o situaciones similares, la ansiedad se puede elevar y tener como consecuencia que estos tengan limitaciones en lograr sus objetivos.

Respecto al primer objetivo específico en esta investigación, que es determinar la relación existente entre A. Estado y Estrés en estudiantes universitarios, debemos señalar que el resultado arrojado por el mismo es la existencia de una correlación significativa, directa y de fuerza aceptable tal como se muestra en la Tabla 12 ($p=.000$; $r=.704$), esto se condice con lo señalado por Rojas (2020), según el cual existe relación entre las variables Ansiedad Estado y estrés académico, con ello se confirma lo señalado por Spielberger et al. (1975), al definir a la A. Estado como una reacción de tipo emocional temporal en el cual surgen sensaciones de tensión por la activación del cuerpo que es generada ante un contexto de estrés. En este caso, nos podría llevar a afirmar que aspectos estresantes como los exámenes, presentaciones, escasez en el tiempo para cumplir con todas las responsabilidades académicas, o la sobrecarga académica podrían incrementar la A. Estado en los alumnos universitarios puesto que generarían una activación de tensión en el cuerpo que produciría la reacción emocional y temporal según lo indica las bases teóricas de la Ansiedad Rasgo/Estado de Spielberger et al. (1975).

De otra parte, nuestro segundo objetivo específico fue determinar la relación existente entre A. Rasgo y el Estrés en estudiantes universitarios, lo cual luego del análisis estadístico se obtuvo como resultado lo señalado en la Tabla 13 de la presente investigación, la misma que indica una correlación de alta significancia, directa y con fuerza aceptable entre las variables indicadas ($p=.000$; $r=.764$), esto es coherente con lo que encontró Rojas (2020) que halló relación entre A.Rasgo y Estrés; y discrepando con los resultados hallados por

Huaraccay (2021), que indica que no se evidencia relación entre ambas variables. Con dichos resultados se puede confirmar lo que indica Pérez et al. (2013) cuando señala que, los alumnos universitarios que tienen altos niveles de A.Rasgo, percibirán su vida académica como permanentemente amenazante y su ansiedad podría ser constante (ansiosos), y elevarse más aun cuando una situación en específico surge como puede ser una evaluación o una exposición. Esto nos lleva a pensar que depende las cualidades de personalidad de los alumnos universitarios para determinar si es que manifiestan niveles altos de A.Rasgo, los que, en casos sea así, podrían verse más elevados por factores de estrés y de manera correlacional también se elevaría su Ansiedad Estado.

De esta manera, los resultados del presente estudio confirman la Teoría de Spielberger et al. (1983) sobre la Ansiedad Rasgo/Estado puesto que, son congruentes con los resultados obtenidos en la validación del Instrumento IDARE que fue también validado con estudiantes universitarios en los cuales su nivel de ansiedad es mucho mayor cuando se encontraban tomando un examen y más bajo cuando estos mismos sujetos son entrenados en relajación y evaluados en una clase cotidiana. Por su parte se confirma la Teoría transaccional del estrés desarrollada por Lazarus y Folkman (1986) donde indican que el estrés se relaciona con lo que acontece con una persona cuando recibe información de su entorno al y que al no contar con los recursos de afrontamiento puede derivar en ansiedad tal como lo demuestra en su estudio Berra (2014). Por su parte esta investigación también nos brinda la oportunidad de alertar a las autoridades universitarias para que se tomen las medidas necesarias que eviten que el estrés de los estudiantes derive o agudice la ansiedad de los mismos, a través de acciones como la evaluación psicológica constante de los universitarios a fin de detectar aquellos que tienen altos niveles de estrés y/o ansiedad y proponerles asistir a charlas o talleres de manejo de estrés y de relajación a fin de que tengan

herramientas para seguir en su carrera profesional logrando el objetivo de culminarla sin que su salud mental se vea afectada. Asimismo, esta investigación sirve como una herramienta para que, tomando en cuenta que existe relación entre estrés y ansiedad, se generen espacios de diálogo donde el estudiantado universitario exponga aquellas causas que le generan estrés y sean considerados por las autoridades universitarias para tener estrategias de apoyo a la comunidad universitaria. Finalmente, también es importante indicar que este estudio permitió confirmar tanto la validez como la confiabilidad de los Instrumentos utilizados como son los Inventarios de Ansiedad E/R y la Escala de Percepción Global de Estrés, puesto que la validez basada en el constructo, de todos los ítems usados en ambos instrumentos lograron una correlación ítem-test superior a .20. Asimismo, la validez basada en el constructo también fue confirmada a través del método criterio de jueces expertos. De otra parte, la confiabilidad de los mismos superó el Alfa de Cronbach de 0.80.

Ahora bien, esta investigación tuvo limitaciones en su desarrollo, la primera de las cuales tiene que ver con la validación de los instrumentos efectuada por Domínguez et al. (2012) para el caso del IDARE como por Guzmán-Yacamán et al.(2018) para la EPGE, puesto que no especificaban baremos y pese a que tratamos de comunicarnos con los autores, no tuvimos respuesta, lo cual dificultó la ampliación de nuestro estudio para indicar por ejemplo los niveles de cada variable respecto de la muestra, por ello nos centramos únicamente en determinar la correlación entre las variables. La segunda limitación tiene que ver con la primera en el sentido que no se hallaron estudios similares al nuestro puesto que la mayoría de ellos, tienen como objetivo el medir o determinar niveles de las variables, y a partir de ahí realizan el análisis de correlación, en nuestro caso la correlación es directa y sin pasar por el análisis de niveles. La tercera limitación es respecto del ajuste de las variables a la curva normal, en la medida que solo una de ellas superó el valor teórico de .05, ajustándose

a la curva normal, mientras que las otras no. Ello no permitió usar estadísticos paramétricos, para tener una mayor exactitud en los resultados de correlación. Una limitación adicional puede ser el tamaño de la muestra en la medida que una muestra de mayor tamaño puede brindarnos mayor precisión en los resultados del análisis lo cual siempre será beneficioso para toda investigación.

Como conclusiones de la presente investigación podemos señalar que al haberse comprobado la relación significativa y directa de las variables Ansiedad y Estrés, ello nos permite concluir que en estudiantes universitarios que tienen mayores niveles de estrés también podrían tener mayores niveles de ansiedad, tal como lo señala Spielberger (1966,1972), al indicar que la ansiedad es una secuencia compleja de mecanismos cognitivos y de comportamiento evocados por alguna forma de estrés. En el caso de los alumnos, ese estrés puede estar vinculado a las evaluaciones, exposiciones, tiempos límites para entrega de trabajos, entre otros.

Asimismo, se ha comprobado la relación significativa y directa de las variables Estrés y Ansiedad Estado en estudiantes universitarios, lo cual explicaría que aquellos alumnos que presentan mayor estrés presentan también Ansiedad Estado esto implica que situaciones específicas de la vida académica como exámenes, trabajos, acumulación de cursos, y que no cuenten con recursos superar esa tensión propia del estrés, podría llevarlos a percibir estas situaciones como peligrosas y amenazantes, activando aspectos fisiológicos y generando malestar de tipo físico, cognitivo y conductual con probables conductas de abandono o evitación.

Finalmente se concluye la relación significativa y directa de las variables Estrés y Ansiedad Rasgo, lo cual explicaría que en personas que por diferencias individuales están predispuestos a interpretar un amplio espectro de situaciones como peligrosas o

amenazantes, será más factible que aspectos propios de la vida académica que eleven su nivel de estrés, elevarán con mayor facilidad sus niveles de ansiedad rasgo.

REFERENCIAS

- Barán, A. (2018). *Ansiedad y estrés. (Estudio realizado con estudiantes de sexto perito en administración de empresas del Colegio Evangélico Nueva Jerusalén del municipio de San Antonio del departamento de Suchitepéquez)* [Tesis de Grado para obtener el título de Licenciada en Psicología]. Universidad Rafael Landívar.
- Beck, A. (1985). *La terapia cognitiva y los trastornos emocionales*. New York: International Universities Press.
- Bedoya, E. (2017). *Factores Moderadores del Estrés Académico en Estudiantes Universitarios*. Universidad Cooperativa de Colombia.
<https://www.ucc.edu.co/prensa/2016/Paginas/factores-moderadores-del-estres-academico-en-estudiantes-universitarios.aspx>
- Berra, E., Vega, C., Silva, A., Muñoz, S., Gómez, G. (2014). Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, (16),37-57. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80230114003>
- Bittar, C. (2008). *Síndrome de burnout y estilos de personalidad en estudiantes universitarios*. Universidad Nacional del Centro de la Provincia de Buenos Aires, Facultad de Ciencias humanas
- Bojórquez, E. (2013) *Evaluación de la Salud Mental de los alumnos ingresantes a la Facultad de Medicina Humana de la Universidad San Martín de Porres en el Año Académico 2013*.
- Cabeza, A., Llumiyinga, J., Vaca, M. & Capote, G. (2018). Niveles de ansiedad entre estudiantes que inician y culminan la carrera en actividad física. *Revista*

Cubana de Investigaciones Biomédicas, 37(2), 54-62. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002018000200007&lng=es&tlng=es

Castillo, I., Barrios, A. & Alvis, L. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*. 2018. 20(2): 1-11. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.ie20-2.eace>

Cigna (2021) Campaña para prevenir el estrés. Disponible en: <https://www.equipsytalento.com/noticias/2020/11/05/8-de-cada-10-personas-en-el-mundo-estan-estresadas>

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

Cohen S.T., Karmarck, R. & Mermelstein, R. (1983). A Global Measure of Perceived Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396. <https://doi.org/10.2307/2136404> y <https://www.cmu.edu/dietrich/psychology/stress-immunity-disease-lab/publications/scalesmeasurements/pdfs/globalmeas83.pdf>

Dominic, C. (2003). *Enfermedades y tratamiento III*. México: Plaza y Janés editores.

Domínguez, S. Villegas, G., Sotelo, N. & 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., & Rivera, D. (2020). *Nivel de estrés y ansiedad en estudiantes de enfermería en práctica clínica de la Fundación Universitaria de San Gil Unisangil*. [Tesis para optar el título de Psicología]. Universidad

Autónoma de Bucaramanga.

- Furlan, L., Piemontesi, S., Heredia, D. y Sánchez Rosas, J. (2015, abril). Ansiedad ante los Exámenes en estudiantes universitarios: Correlatos y Tratamiento. Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología
- Galli, E., Feijóo, L., Roig, I., Romero, S. (2003) Aplicación del "MINI" como orientación diagnóstica psiquiátrica en estudiantes de medicina de la Universidad Peruana Cayetano Heredia: informe preliminar epidemiológico. Revista de Medicina Herediana, v.13 n.1.
- García F. y Muñoz J. (1999). El estrés académico: Incidencia del sistema de enseñanza y función moduladora de las variables psicosociales en la salud, el bienestar en el rendimiento de los estudiantes universitarios. Tesis de doctorado para la obtención del título de doctor en Psicología Social. Departamento de Psicología Social, Universidad de Sevilla, Sevilla, España.
46342006000400002&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- Gonzales, J. (2021). *Nivel de depresión, ansiedad y estrés en jóvenes universitarios asociados a confinamiento social-Arequipa 2020*. [Tesis para optar el título profesional de Médico Cirujano]. Universidad Católica de Santa María.
- 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 para obtener el título de Psicóloga Clínica]. Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
- Guzmán-Yacaman, J. E., & Reyes-Bossio, M. (2018). Adaptación de la Escala de Percepción Global de Estrés en estudiantes universitarios peruanos. *Revista De Psicología*, 36(2), 719-750. <https://doi.org/10.18800/psico.201802.012>

- Hamblin, E. (2018). *Stress in college students: associations with anxiety and perfectionism* (B.A. in Psychology and B.B.A in Business Management). University of Mississippi.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw-Hill Educación.
- Hop Wo, N. K., Anderson, K. K., Wylie, L., MacDougall, A. (2019) The prevalence of distress, depression, anxiety, and substance use issues among Indigenous post-secondary students in Canada. *Transcult Psychiatry*, 0(0):1-12.
- Huaraccay, R. (2021). *Nivel de Estrés y Ansiedad en estudiantes de la clínica estomatológica de la Universidad Alas Peruanas. Ayacucho. 2019*. [Tesis para obtener el título de Cirujano Dentista]. Universidad Alas Peruanas.
- Instituto Especializado de Salud Mental “Honorio Delgado – Hideyo Noguchi”. Estudio Epidemiológico Metropolitano de Salud Mental (2002). Informe General. *Anales de Salud Mental*, XVIII (1-2).
- Karam, J.M., Parra, C., Urrego, G. & Castillo, C. (2019) Estrés en el colegio. Dos variables para reflexionar. *Revista Tesis Psicológica*, 14 (1), 30-46. <https://doi.org/10.37511/tesis.v14n1a2> Pp. 30 - 46
- Kipnis, G., Tabak, N., Koton, S. (2016). Background music playback in the preoperative setting: Does it reduce the level of preoperative anxiety among candidates for elective surgery? *J Perianesth Nurs*, 31(3):209-16.
- Labrador, C. (2012). *Estrés Académico en estudiantes de la facultad de Farmacia y Bionálisis*. (Tesis inédita de doctorado). Universidad de los Andes, Mérida, Venezuela.
- Lang, R. (1968). *La reducción del miedo y el comportamiento miedo. Los problemas en el tratamiento de una construcción*. Vol. 3. Washington: Asociación

Americana de Psicología.

Lazarus, R. (1981). El estrés y el paradigma de afrontamiento. En C. Modelos para la psicopatología clínica. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal and coping. New York: Springer Publishing Company.

Lazarus, R. (2000). Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud. Bilbao: Desclée Brouwer.

Lazarus y Folkman, S. (1991). Estrés y procesos cognitivos. México: Ediciones Martínez Roca

Limay, C. (2018). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes de enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Chachapoyas–2017*. [Tesis para optar el título de Licenciada en Enfermería] Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas-UNTRM.

López, L. (2008). Fisiología clínica del ejercicio. Madrid: Médica Panamericana.

Martínez, M. F., Caballero, I. G., de la Cruz, S. P., & Cruz, J. C. (2021). Nivel de ansiedad en estudiantes universitarios. Nure investigación: Revista Científica de enfermería, (112), 3.

Martínez-Otero, V. (2014). “Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la Facultad de Educación”, en ENSAYOS, Revista de la Facultad de Educación de Albacete, N° 29-2, (Enlace web: <http://www.revista.uclm.es/index.php/ensayos>)

Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de este en el ámbito educativo. *Revista Educación* 33. (2) 171-190.

Disponible en <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>

- OMS (2021). “No hay salud sin salud mental”. Disponible en:
<https://www.paho.org/es/noticias/8-10-2020-no-hay-salud-sin-salud-mental>
- OMS (2022). “COVID-19 pandemic triggers 25% increase in prevalence of anxiety and depression worldwide”. Disponible en: <https://www.who.int/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>
- Otzen, T., Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *Int. J. Morphol.*, 35(1):227-232.
- Perales, A., Sogi, C., Morales, R. (2003). Estudio comparativo de salud mental en estudiantes de medicina de dos universidades estatales peruanas. *Anales de la Facultad de medicina*. v.64 n.4.
- Pereira, L., Figueiredo-Braga, M., Carvalho, I. P. (2016). Preoperative anxiety in ambulatory surgery: The impact of an empathic patient-centered approach on psychological and clinical outcomes. *Patient Educ Couns*, 99(5):733- 38.
- Pérez-Piñar, M., Ayerbe, L., González, E., Mathur, R., Foguet Boreu, Q., Ayis, S. (2017). Anxiety disorders and risk of stroke: a systematic review and metaanalysis. *Eur Psychiatry*, 41:102-8.
- Rojas, W. (2020). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes del primer año de una escuela superior de formación artística pública Ayacucho, 2020*. [Tesis para obtener el grado de Maestro en Psicología Educativa]. Universidad César Vallejo.
- Russell G, T. P. (2012) The impact of social anxiety on student learning and well-being in higher education. *J Ment Health*, 21(4):375–85.
- Sierra, J., Ortega, V. y Zubeidt, I. (2003). Ansiedad, Angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. Recuperado de

<http://animasalud.files.wordpress.com/2009/02/aniedadangustia-strees.pdf>.

- Silva, R. G., Figueiredo-Braga, M. (2018). Evaluation of the relationships among happiness, stress, anxiety, and depression in pharmacy students. *Curr Pharm Teach Learn*, 10(7):903-10.
- Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J., & Meza-Zamora, M. E. C. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83.
- Spielberger, C. & Díaz – Guerrero, R (2010). *IDARE: Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado*. México: Manual Moderno.
- Spielberger, C. & Díaz, R. (1975). *Inventario de ansiedad, rasgo-estado IDARE*. México: Librería Interacadémica.
- Schmidt, Verónica Paola y Shoji Muñoz, Alexandra Desiré. (2018). La ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en adolescentes de 14 a 16 años. Tesis. Universidad Católica Argentina.
- Siabato, E., Forero, I., & Paguay, O., (2013). Relación entre ansiedad y estilos de personalidad en estudiantes de Psicología. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 7(2), 87-98. Retrieved April 16, 2022, from http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1900-23862013000200007&lng=en&tlng=es.
- Ticona, M., Zela, N. & Vásquez, L. (2021). Ansiedad y estrés en la educación virtual en el periodo de emergencia sanitaria por el COVID19. *Revista Científica De Sistemas E Informática*, 1(2), 27-37. <https://doi.org/10.51252/rcsi.v1i2.161>
- Venancio, G. (2018). *Estrés académico en estudiantes de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana*. Universidad Nacional Federico Villarreal.

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de Consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
¿Qué relación existe entre la ansiedad y el estrés en los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Lima, 2022?	Determinar la relación existente entre la ansiedad y el estrés en los estudiantes de una universidad privada en la ciudad de Lima, 2022.	Existe una relación significativa entre la ansiedad y el estrés en los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Lima, 2022.	Ansiedad	- Ansiedad Estado	Enfoque: Cuantitativo Alcance: Correlacional Diseño: No experimental transversal Población: estudiantes universitarios de una universidad en Lima Muestra: 102 estudiantes universitarios Técnica: Encuesta Instrumentos: Inventario de Ansiedad Estado - Rasgo (IDARE) Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE-13)
¿Qué relación existe entre la ansiedad estado y el estrés en los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Lima, 2022?	Determinar la relación existente entre la ansiedad estado y el estrés en los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Lima, 2022.	Existe una relación significativa entre la ansiedad estado y el estrés en los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Lima, 2022.		- Ansiedad Rasgo	
¿Qué relación existe entre la ansiedad rasgo y el estrés en los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Lima, 2022?	Determinar la relación existente entre la ansiedad rasgo y el estrés en los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Lima, 2022.	Existe una relación significativa entre la ansiedad rasgo y el estrés en los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Lima, 2022.	Estrés	- Eustrés (Estrés Positivo) - Distrés (Estrés Negativo)	

Anexo 2: Matriz de Operacionalización

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADOR	ITEMS
Ansiedad	La ansiedad es una reacción emocional desagradable que la produce un estímulo externo, siendo amenazador para el individuo, y que produce cambios fisiológicos y en la conducta en este. Spielberger (1975)	Ansiedad Estado / Rasgo que se evalúa aplicando el Inventario de Ansiedad Estado Rasgo (IDARE) adaptada por Domínguez, Villegas, Sotelo & Sotelo (2012)	Ansiedad Estado	Puntajes obtenidos en los ítems positivos: 3, 4, 6,7,9,12,13,14,17,18 Puntajes obtenidos de los ítems negativos: 1,2,5,8,10,11,15,16,19,20	<ol style="list-style-type: none"> 1. Me siento calmado (a) 2. Me siento seguro (a) 3. Estoy tenso (a) 4. Estoy contrariado (a) 5. Me siento cómodo (Estoy a gusto) 6. Me siento alterado (a) 7. Estoy preocupado (a) actualmente por algún posible contratiempo. 8. Me siento descansado (a) 9. Me siento angustiado(a) 10. Me siento cómodo (a) 11. Tengo confianza en mí mismo (a) 12. Me siento nervioso (a) 13. Me siento agitado (a) 14. Me siento a punto de explotar 15. Estoy reposado (a) 16. Me siento satisfecho (a) 17. Estoy preocupado (a) 18. Me siento agitado (a) y aturdido (a) 19. Me siento alegre 20. Me siento bien

			Ansiedad Rasgo	Puntajes obtenidos en los ítems positivos: 22, 23, 24, 25, 28, 29, 32, 34, 35, 37, 38, 40 Puntajes obtenidos en los ítems negativos: 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39	21. Me siento bien 22. Me canso rápidamente 23. Siento ganas de llorar 24. Me gustaría ser tan feliz como otros parecen serlo 25. Pierdo oportunidades por no poder decidirme rápidamente 26. Me siento descansado (a) 27. Soy una persona tranquila, serena y sosegada 28. Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas 29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia 30. Soy feliz 32. Me falta confianza en mí mismo (a) 33. Me siento seguro (a) 34. Procuro evitar enfrentarme a las crisis y dificultades 35. Me siento melancólico (a) 36. Me siento satisfecho (a) 37. Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan 38. Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza 39. Soy una persona estable 40. Cuando pienso en mis preocupaciones actuales me pongo tenso (a) y alterado (a)
Estrés	El estrés es una relación entre el individuo y el ambiente, en la que el primero percibe la medida en que las demandas del ambiente	Percepción del estrés positivo (eustrés) y negativo (distrés) que se evalúa aplicando la Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE-	Eustrés (Estrés Positivo)	Puntajes obtenidos en los ítems 4, 5, 6, 7, 9, 10, 12	4. En el último mes, ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales? 5. En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida? 6. En el último mes ¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales? 7. En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías? 9. En el último mes ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?

	son un peligro para su bienestar, o si superan o equiparan sus recursos para afrontar dichas demandas. Lazarus & Folkman (1984)	13) adaptada por Guzmán y Reyes (2018).			10. En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo? 12. En el último mes ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?
			Distrés (Estrés Negativo)	Puntajes obtenidos en los ítems 1, 2, 3, 8, 11 y 13.	1. En el último mes ¿Cuán seguido has estado molesto por algo que pasó de forma inesperada? 2. En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida? 3. En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso? 8. En el último mes ¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer? 11. En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control? 13. En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?

Anexo 3: Instrumentos

IDARE

Inventario de Autoevaluación

Por CD Spielberger, A. Martínez Urrutia, F. González-Reigosa, L. Natalicio y R. Díaz-Guerrero.

<p>Instrucciones: Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y marque el cuadrado numerado que indique cómo se <i>siente ahora mismo</i>, o sea, en <i>este momento</i>. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos <i>ahora</i>.</p>				
	No en lo absoluto	Un poco	Bastante	Mucho
1. Me siento calmado (a)	1	2	3	4
2. Me siento seguro (a)	1	2	3	4
3. Estoy tenso (a)	1	2	3	4
4. Estoy contrariado (a)	1	2	3	4
5. Me siento cómodo (a) (estoy a gusto)	1	2	3	4
6. Me siento alterado (a)	1	2	3	4
7. Estoy preocupado (a) actualmente por algún posible contratiempo	1	2	3	4
8. Me siento descansado (a)	1	2	3	4
9. Me siento angustiado (a)	1	2	3	4
10. Me siento cómodo (a)	1	2	3	4
11. Me siento con confianza en mí mismo (a)	1	2	3	4
12. Me siento nervioso (a)	1	2	3	4
13. Me siento agitado (a)	1	2	3	4
14. Me siento "a punto de explotar"	1	2	3	4
15. Estoy reposado (a)	1	2	3	4
16. Me siento satisfecho (a)	1	2	3	4
17. Estoy preocupado (a)	1	2	3	4
18. Me siento agitado (a) y aturdido (a)	1	2	3	4
19. Me siento alegre	1	2	3	4
20. Me siento bien	1	2	3	4

IDARE

Inventario de Autoevaluación

Instrucciones: Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y marque el cuadrado numerado que indique cómo se siente *generalmente*. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa cómo se siente *generalmente*.

	Casi Nunca	Algunas veces	Frecuente mente	Casi Siempre
21. Me siento bien	1	2	3	4
22. Me canso rápidamente	1	2	3	4
23. Siento ganas de llorar	1	2	3	4
24. Me gustaría ser tan feliz como otros parecen serlo	1	2	3	4
25. Pierdo oportunidades por no poder decidirme rápidamente	1	2	3	4
26. Me siento descansado (a)	1	2	3	4
27. Soy una persona “tranquila, serena y sosegada”	1	2	3	4
28. Siento que las dificultades se amontonan al punto de no poder superarlas.	1	2	3	4
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	1	2	3	4
30. Soy feliz	1	2	3	4
31. Me falta confianza en mí mismo (a)	1	2	3	4
32. Me siento seguro (a)	1	2	3	4
33. Procuro evitar enfrentarme a la crisis y dificultades	1	2	3	4
34. Me siento melancólico (a)	1	2	3	4
35. Me siento satisfecho (a)	1	2	3	4
36. Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan	1	2	3	4
37. Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	1	2	3	4
38. Soy una persona estable	1	2	3	4
39. Cuando pienso en mis preocupaciones actuales me pongo tenso (a) y alterado (a)	1	2	3	4

ESCALA DE PERCEPCIÓN GLOBAL DE ESTRÉS PARA UNIVERSITARIOS

(Adaptado en estudiantes universitarios peruanos)

Marca con una "X" en el casillero aquella opción que exprese mejor tu situación actual, teniendo en cuenta el último mes. Para cada pregunta coloca solo una opción					
	Nunca	Casi Nunca	De vez en cuando	Frecuente mente	Casi Siempre
1. En el último mes ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?					
2. En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?					
3. En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?					
4. En el último mes ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?					
5. En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?					
6. En el último mes ¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?					
7. En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?					
8. En el último mes ¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?					
9. En el último mes ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?					
10. En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?					
11. En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?					
12. En el último mes ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?					
13. En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?					

Anexo 4: Evidencia de Recolección de data

Base de Datos Empírica



Ansiedad y Estrés en Estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2022

Preguntas Respuestas 102 Configuración

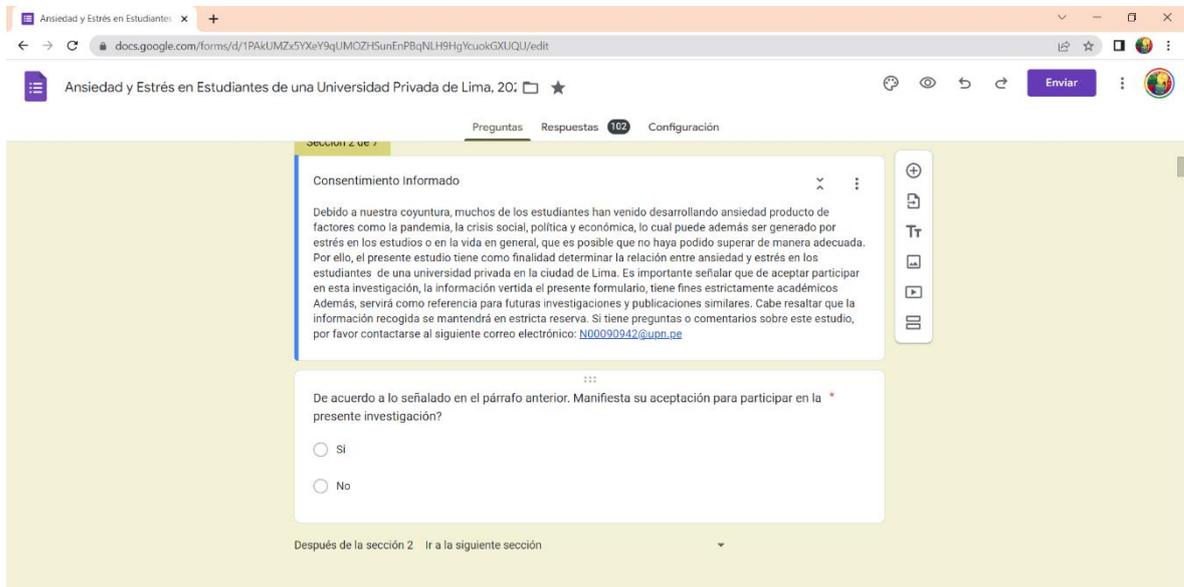
Sección 1 de 7

Ansiedad y Estrés en Estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2022

Estimado (a) participante:

El presente trabajo de investigación está siendo desarrollada por Silvia Romy L. Henríquez Gutiérrez. Estudiante del X ciclo de Psicología de la Universidad Privada del Norte - Sede Breña. Este estudio es parte de la investigación sobre ansiedad y estrés en estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Lima. En ese sentido, si eres mayor de 18 años y te encuentras en la categoría mencionada, te invito a participar de este estudio que consta de llenar 1 ficha de datos y 2 instrumentos. La duración será de aproximadamente 20 minutos, desarrollándolo de forma voluntaria. Agradezco mucho tu participación.

Después de la sección 1 Ir a la siguiente sección



Ansiedad y Estrés en Estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2022

Preguntas Respuestas 102 Configuración

Sección 2 de 7

Consentimiento Informado

Debido a nuestra coyuntura, muchos de los estudiantes han venido desarrollando ansiedad producto de factores como la pandemia, la crisis social, política y económica, lo cual puede además ser generado por estrés en los estudios o en la vida en general, que es posible que no haya podido superar de manera adecuada. Por ello, el presente estudio tiene como finalidad determinar la relación entre ansiedad y estrés en los estudiantes de una universidad privada en la ciudad de Lima. Es importante señalar que de aceptar participar en esta investigación, la información vertida en el presente formulario, tiene fines estrictamente académicos. Además, servirá como referencia para futuras investigaciones y publicaciones similares. Cabe resaltar que la información recogida se mantendrá en estricta reserva. Si tiene preguntas o comentarios sobre este estudio, por favor contactarse al siguiente correo electrónico: N00090942@upn.pe

De acuerdo a lo señalado en el párrafo anterior. Manifiesta su aceptación para participar en la presente investigación?

Sí

No

Después de la sección 2 Ir a la siguiente sección

Base de datos CALIFICADO - Excel

Romy Henríquez

#	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
1	Edad	Sexo	Estado Civil	Distrito de Residencia	Carrera Profesional	Ciclo en el que se está cursando	1. Me siento calmado	2. Me siento seguro	3. Estoy tenso (a)	4. Estoy contrariado	5. Me siento cómodo (a) (estoy a gusto)	6. Me siento alterado
2	27	Femenino	Casado (a)	San Miguel	Psicología	Ciclo X	3	2	4	2	2	2
3	28	Femenino	Soltero (a)	Callao	Psicología	Ciclo X	3	3	2	3	3	2
4	27	Femenino	Soltero (a)	Lince	Psicología	Ciclo VIII	3	3	3	1	3	1
5	23	Femenino	Conviviente	La Victoria	Psicología	Ciclo X	4	4	4	4	4	4
6	23	Masculino	Soltero (a)	Rimac	Psicología	Ciclo X	3	2	2	3	3	3
7	23	Femenino	Soltero (a)	Pueblo libre	Psicología	Ciclo VIII	1	1	2	1	2	1
8	21	Femenino	Soltero (a)	Cercado de Lima	Psicología	Ciclo VIII	3	4	2	2	3	2
9	21	Femenino	Soltero (a)	Cercado de Lima	Psicología	Ciclo IX	4	4	4	2	3	3
10	24	Femenino	Soltero (a)	Villa el Salvador	Psicología	Ciclo VII	3	3	3	3	3	3
11	19	Femenino	Soltero (a)	Comas	Psicología	Ciclo IX	4	4	3	4	4	4
12	21	Femenino	Soltero (a)	San Martín de Porres	Psicología	Ciclo IX	2	3	3	2	2	2
13	22	Femenino	Soltero (a)	Breña	Psicología	Ciclo X	4	3	4	4	3	3
14	25	Femenino	Soltero (a)	Villa el Salvador	Arquitectura	Ciclo VIII	2	2	4	3	3	2
15	21	Femenino	Soltero (a)	Callao	Psicología	Ciclo IX	3	3	3	2	3	2
16	23	Femenino	Soltero (a)	Cercado de Lima	Psicología	Ciclo X	2	2	1	1	2	1
17	22	Masculino	Soltero (a)	Breña	Psicología	Ciclo VIII	2	2	2	2	2	2
18	30	Femenino	Separado (a)	Jesús María	Psicología	Ciclo IX	2	1	2	1	2	1
19	30	Femenino	Soltero (a)	San Isidro	Psicología	Ciclo IX	2	2	2	1	2	1
20	24	Femenino	Soltero (a)	Pueblo Libre	Psicología	Ciclo X	4	4	4	4	4	4
21	24	Femenino	Soltero (a)	Callao	Psicología	Ciclo V	3	3	4	3	3	3
22	21	Femenino	Soltero (a)	San Miguel	Psicología	Ciclo X	3	2	2	3	3	4
23	21	Femenino	Soltero (a)	Callao	Psicología	Ciclo VIII	2	2	1	2	2	1
24	23	Masculino	Soltero (a)	Cercado de Lima	Ing Industrial	Ciclo X	3	2	2	2	2	2
25	24	Masculino	Soltero (a)	Rimac	Psicología	Ciclo X	3	3	4	4	3	3
26	23	Femenino	Soltero (a)	Callao	Psicología	Ciclo X	2	2	4	1	2	1
27	25	Femenino	Soltero (a)	San Martín de Porres	Psicología	Ciclo IX	2	2	2	2	2	1
28	23	Masculino	Soltero (a)	San Martín de Porres	Ingeniería de Sistemas	Ciclo X	3	3	3	3	3	3
29	23	Femenino	Soltero (a)	Surco	Psicología	Ciclo XII	2	2	2	2	2	2
30	28	Femenino	Soltero (a)	San Martín de Porres	Psicología	Ciclo VIII	3	2	2	1	2	1
31	24	Femenino	Soltero (a)	Cercado de Lima	Psicología	Ciclo IX	2	2	2	2	2	2
32	27	Femenino	Soltero (a)	Lince	Psicología	Ciclo VIII	1	2	4	2	2	2
33	22	Masculino	Soltero (a)	Alte	Psicología	Ciclo X	3	3	4	4	3	3
34	23	Femenino	Soltero (a)	Cercado de Lima	Psicología	Ciclo X	2	2	1	1	4	1
35	28	Femenino	Soltero (a)	San Juan de Lurigancho	Psicología	Ciclo XII	2	3	2	2	3	1
36	24	Femenino	Soltero (a)	Cercado de Lima	Psicología	Ciclo X	2	3	4	3	3	2
37	22	Femenino	Soltero (a)	Breña	Psicología	Ciclo X	2	2	2	2	2	1

Respuestas de formulario 1

Base de Datos Psicométrica

Nuevo:Ansiedad y Estrés en Est... x +

docs.google.com/forms/d/1Ynle5JRC906Eke2TCUuh-LZdf_huPMzcOHSCL880/edit

Nuevo:Ansiedad y Estrés en Estudiantes de una Universidad Privada de Li... Se guardaron todos los cambios en Drive

Preguntas Respuestas 205 Configuración



Sección 1 de 7

Ansiedad y Estrés en Estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2022

Estimado (a) participante:

El presente trabajo de investigación está siendo desarrollada por Silvia Romy L. Henríquez Gutiérrez. Estudiante del X ciclo de Psicología de la Universidad Privada del Norte - Sede Breña. Este estudio es parte de la investigación sobre ansiedad y estrés en estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Lima. En ese sentido, si eres mayor de 18 años y te encuentras en la categoría mencionada, te invito a participar de este estudio que consta de llenar 1 ficha de datos y 2 instrumentos. La duración será de aproximadamente 20 minutos, desarrollándolo de forma voluntaria. Agradezco mucho tu participación.

Después de la sección 1 Ir a la siguiente sección

CALIFICADA Base de Datos NUEVA 2023 CALIFICADA - Excel

Edad	Sexo	Estado Civil	Distrito de Residencia	Carrera Profesional	Ciclo en el que se encuentra	1. Me siento calmado (a)	2. Me siento sereno (a)	3. Estoy tranquilo (a)	4. Estoy controlado (a)	5. Me siento cómodo (a) (esto a gusto)	6. Me siento aliviado (a)	7. Estoy preocupado (a) actualmente por algún posible coronavirus	8. Me siento desconcertado (a)	9. Me siento angustiado (a)	10. Me siento cómodo (a)	11. Tiempo suficiente en mí mismo (a)	12. Me siento nervioso (a)	13. Me siento agitado (a)	14. Me siento poco a explorar
22	Femenino	Soltero (a)	El Agustino	Psicología	Ciclo VII	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3
22	Femenino	Soltero (a)	Ventura	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	Femenino	Soltero (a)	Cajón	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
22	Masculino	Soltero (a)	Lima	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
20	Masculino	Soltero (a)	Cajón	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
20	Masculino	Soltero (a)	Cercado de Lima	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
22	Femenino	Soltero (a)	Bellavista	Psicología	Ciclo VII	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
22	Femenino	Soltero (a)	San Martín de Porres	Psicología	Ciclo V	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
22	Femenino	Soltero (a)	San Martín de Porres	Psicología	Ciclo VI	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	Femenino	Soltero (a)	Cercado de Lima	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	Masculino	Soltero (a)	Breña	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	Femenino	Soltero (a)	Breña	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
22	Femenino	Soltero (a)	Breña	Psicología	Ciclo V	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
25	Femenino	Soltero (a)	Breña	PSICOLOGIA	Ciclo IV	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
21	Femenino	Soltero (a)	La Victoria	PSICOLOGIA	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
27	Femenino	Soltero (a)	La Victoria	Psicología	Ciclo VII	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
25	Femenino	Soltero (a)	La Victoria	Psicología	Ciclo V	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
22	Femenino	Soltero (a)	Cajón	Psicología	Ciclo V	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	Femenino	Soltero (a)	San Martín de Porres	Psicología	Ciclo V	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
23	Femenino	Soltero (a)	Carmen de la Legua	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	Masculino	Soltero (a)	San Miguel	Química	Ciclo III	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
22	Masculino	Soltero (a)	Cercado	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
20	Masculino	Soltero (a)	Cajón	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	Femenino	Soltero (a)	Ciudad del Peseador	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
20	Femenino	Soltero (a)	Breña	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
26	Femenino	Soltero (a)	Cajón	Psicología	Ciclo V	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
19	Femenino	Soltero (a)	Concepción	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	Femenino	Soltero (a)	REPERIODICIDAD	PSICOLOGIA	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
20	Femenino	Soltero (a)	Cercado de Lima	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	Femenino	Soltero (a)	Cajón	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	Femenino	Soltero (a)	Ventura	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
20	Femenino	Soltero (a)	Breña	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
23	Femenino	Soltero (a)	Cajón	psicología	Ciclo IV	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
24	Femenino	Soltero (a)	Cajón	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	Femenino	Soltero (a)	Cajón	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
26	Femenino	Soltero (a)	Breña	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
27	Femenino	Soltero (a)	Breña	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	Femenino	Soltero (a)	Urb. Santa Beatriz	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
20	Femenino	Soltero (a)	Araucaria	PSICOLOGIA	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
24	Masculino	Soltero (a)	San Miguel	Psicología	Ciclo III	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
20	Femenino	Soltero (a)	San Miguel	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
22	Masculino	Soltero (a)	Cajón	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
20	Femenino	Soltero (a)	San Miguel	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
24	Masculino	Soltero (a)	Rimac	Psicología	Ciclo VI	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
25	Masculino	Soltero (a)	Lima	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	Femenino	Soltero (a)	Lima	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	Femenino	Soltero (a)	Lima	Psicología	Ciclo IV	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
19	Femenino	Soltero (a)	Bellavista-Cajón	Psicología	Ciclo IV	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3

Respuestas de formulario 1

Promedio: 2,294117647 Recuento: 205 Suma: 468

20:54 03/07/2023