

SÍNTOMAS DE CONDUCTAS ANSIOSAS Y SU IMPACTO EN LOS NIVELES DE ESTRÉS:

Una mirada a la problemática en estudiantes de educación superior

Libro resultado de investigación




ISBN 978-628-96169-1-0


Evelyn A. **Anicama Navarrete** – Elio J. **Huamán Flores** – Ismael A. **Junco Quijandría**
Ana K. **Gonzales Flores** – José Y. **Pérez Gómez** – Francisco **Durand Diez** – Raúl A. **Navarrete Velarde**
José J. **Huallanca Carbajal** – Ángel A. **Pozo Gutiérrez** – Víctor O. **Moyano Mustto**

Autores


Evelyn Alina Anicama Navarrete

Universidad Autónoma de Ica
evelyn.anicama@autonomadeica.edu.pe
 <https://orcid.org/0000-0003-1164-2079>


Elio Javier Huamán Flores

Universidad Autónoma de Ica
elio.huaman@autonomadeica.edu.pe
 <https://orcid.org/0000-0002-8461-5082>


Ismael Alonso Junco Quijandría

Universidad Autónoma de Ica
alonso.junco@autonomadeica.edu.pe
 <https://orcid.org/0000-0002-8248-1869>


Ana Kristel Gonzales Flores

Universidad Autónoma de Ica
kristel.gonzales@autonomadeica.edu.pe
 <https://orcid.org/0000-0003-1416-8667>


José Yomil Pérez Gómez

Universidad Autónoma de Ica
jose.perez@autonomadeica.edu.pe
 <https://orcid.org/0000-0002-3516-9071>


Francisco Durand Diez

Universidad Autónoma de Ica
francisco.durand@autonomadeica.edu.pe
 <https://orcid.org/0009-0004-4899-0186>


Raúl Antonio Navarrete Velarde

Universidad Autónoma de Ica
raul.navarrete@autonomadeica.edu.pe
 <https://orcid.org/0000-0002-8479-3866>


José Jonathan Huallanca Carbajal

Universidad Autónoma de Ica
jose.huallanca@autonomadeica.edu.pe
 <https://orcid.org/0000-0002-6580-4953>

Ángel Alberto Pozo Gutiérrez

Universidad Autónoma de Ica
angel.pozo@autonomadeica.edu.pe
 <https://orcid.org/0000-0001-8611-6933>

Víctor Oscar Moyano Mustto

Universidad Nacional San Luis Gonzaga
omoyano_78@yahoo.es
 <https://orcid.org/0000-0001-6816-8799>

Alain Fitzgerald Castro Alfaro: Compilador y Editor

2024 – Síntomas de conductas ansiosas y su impacto en los niveles de estrés: Una mirada a la problemática en estudiantes de educación superior

Primer Volumen

Autores: Evelyn Alina Anicama Navarrete, Elio Javier Huamán Flores, Ismael Alonso Junco Quijandría, Ana Kristel Gonzales Flores, José Yomil Pérez Gómez, Francisco Durand Diez, Raúl Antonio Navarrete Velarde, José Jonathan Huallanca Carbajal, Ángel Alberto Pozo Gutiérrez y Víctor Oscar Moyano Mustto

Versión Digital ISBN: 978-628-96169-1-0

Editorial Centro de Investigaciones y Capacitaciones Interdisciplinarias SAS – CICI

Coordinadora: Nora González Pérez – Cartagena – Colombia

Portada y diagramación: Mariapaula Valeria Ramírez Guerrero

Prohibida la reproducción total o parcial por cualquier medio sin la autorización escrita del titular de los derechos patrimoniales

Cartagena – Colombia, Enero 2024

SÍNTOMAS DE CONDUCTAS ANSIOSAS Y SU IMPACTO EN LOS NIVELES DE ESTRÉS: UNA MIRADA A LA PROBLEMÁTICA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SUPERIOR

Evelyn Alina Anicama Navarrete

Elio Javier Huamán Flores

Ismael Alonso Junco Quijandría

Ana Kristel Gonzales Flores

José Yomil Pérez Gómez

Francisco Durand Diez

Raúl Antonio Navarrete Velarde

José Jonathan Huallanca Carbajal

Ángel Alberto Pozo Gutiérrez

Víctor Oscar Moyano Mustto

Colombia

Latinoamérica

PRÓLOGO

El presente libro es el resultado de una rigurosa investigación científica que tuvo como objetivo principal determinar el grado de impacto existente entre los síntomas de conductas ansiosas en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024. Como ruta metodológica, el estudio se enmarcó en un enfoque positivista, es decir, cuantitativo, con un alcance relacional, de tipo básica y con un diseño no experimental y de corte seccional. La población de estudio estuvo conformada por 378 estudiantes del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público "Carlos Medrano Vásquez" de la provincia de Pisco, región Ica. La muestra de estudio se obtuvo mediante procedimientos no probabilísticos, donde la muestra proyectada fue de 378 estudiantes, pero que, por diversos motivos, la muestra ejecutada fue de 314 estudiantes del primer, tercer, quinto, sexto, octavo y decimo ciclo, del año académico 2023. Las técnicas de recolección de información que se emplearon para ambas variables fue la encuesta, y sus instrumentos el Inventario de ansiedad de Zung y el inventario SISCO del estrés académico (SV-31), mismos que fueron respondidos de manera voluntaria e informada. Para el procesamiento y análisis de los datos se hizo uso de la estadística descriptiva e inferencial, a fin de contrastar las hipótesis de investigación.

Los resultados obtenidos, a nivel descriptivo, demuestran que los síntomas de ansiedad han alcanzado porcentajes significativos que expresan dificultades en cuanto a los síntomas somáticos "A" y "B", así como en los síntomas cognoscitivos "A" y "B", con respecto al estrés académico el 86,62% (272/314) obtuvieron niveles moderados de ansiedad, seguido de un 10,83% (34/314) que alcanzaron niveles profundos. En el procesamiento inferencial de la investigación, se logró obtener un coeficiente de correlación $r_s=0,372$, que se expresa como una relación positiva baja entre los síntomas de conductas ansiosas y el estrés académico de las estudiantes, además de un coeficiente de determinación $R^2 = 0,638$ que se expresa como un grado de impacto del 63,8% de la variable independiente sobre la variable dependiente, el p-valor a nivel general fue de $0,000 \leq 0,05$ (valor alfa), por lo que, se tiene toda la evidencia estadística

para aceptar la hipótesis alternativa y rechazar la hipótesis nula; es decir, los síntomas de conductas ansiosas tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

ÍNDICE

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN.....	8
1. INTRODUCCIÓN.....	9
CAPÍTULO II: EL PROBLEMA Y SU IMPORTANCIA	11
2. EL PROBLEMA Y SU IMPORTANCIA	12
2.1. PROBLEMA	12
2.2. IMPORTANCIA.....	13
2.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	14
2.4. HIPÓTESIS	14
CAPÍTULO III: MARCO TEÓRICO	16
3. MARCO TEÓRICO	17
3.1. ESTUDIOS PREVIOS.....	17
3.2. BASES TEÓRICAS	21
3.3. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS	26
CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA	27
4. METODOLOGÍA	28
4.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN	28
4.2 MÉTODO DE INVESTIGACIÓN	28
4.3 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	28
4.4 POBLACIÓN Y MUESTRA	29
4.5 Variables y operacionalización	30
4.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	31
4.7 Técnica del procesamiento y análisis de datos	32
CAPÍTULO V: RESULTADOS	33
5. RESULTADOS	34
5.1 Discusión	58
5.2 Conclusiones	61
5.3 Recomendaciones	63
REFERENCIAS	65
ANEXOS.....	70

CAPÍTULO 1

Introducción

1. INTRODUCCIÓN

A raíz de la pandemia causada por el Cov-Sars-2, los problemas de la salud mental se agudizaron de manera exponencial, tales como la ansiedad, estrés, depresión y comportamentales; aunque estos problemas no se han vuelto a presentar de manera tan significativa en la población, un grupo de personas siguen constantemente propensas a este tipo de problemática y es la población estudiantil; la exigencia que se requiere en la educación superior es constante, tanto por las evaluaciones, los trabajos académicos y de investigación, que conllevan a que muchas veces los estudiantes desarrollen conductas de ansiedad y estrés, que, en esta oportunidad se aborda desde el ámbito académico, por ello el tema propuesto es estrés académico. El presente estudio tiene como propósito: Determinar el grado de impacto existente entre los síntomas de conductas ansiosas en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

La pregunta general de investigación es: ¿De qué manera los síntomas de conductas ansiosas impactan en los niveles de estrés académico de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024?, como preguntas específicas se plantean: ¿Describir de qué manera los síntomas somáticos A impactan en los niveles de estrés académico de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024?, ¿describir de qué manera los síntomas cognoscitivos A impactan en los niveles de estrés académico de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024?, ¿describir de qué manera los síntomas somáticos B impactan en los niveles de estrés académico de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024?, y ¿describir de qué manera los síntomas cognoscitivos B impactan en los niveles de estrés académico de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024?

La organización de los contenidos del presente libro de investigación se ha estructurado en función a 5 capítulos, que contienen en el primer capítulo a la introducción de la investigación, apartado donde se expresan los alcances preliminares de la investigación y una breve descripción de los resultados alcanzados a nivel descriptivo e inferencial. En el segundo capítulo se presenta el planteamiento del problema, donde se realizó un análisis de esta problemática en el ámbito internacional, nacional e institucional, este capítulo contiene también los objetivos de la investigación y las conjeturas o hipótesis planteadas. En el capítulo 3, se presentan el marco teórico, apartado en el que se describen los resultados de los principales estudios previos, mismos que provienen de artículos científicos y tesis de pregrado y posgrado, luego de ello se pasean las bases teóricas, donde se describe todo el fundamento teórico de las variables de estudio; finalmente, la definición de términos. El capítulo 4 contiene la metodología de investigación seleccionada para el estudio, como es el enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel o alcance relacional y un diseño no experimental, de corte transversal; además de ello, se presenta la población, muestra y muestreo, así como las técnicas e instrumentos de recolección y las técnicas de procesamiento y análisis de los datos, apartado que describe los criterios empleados para la estadística descriptiva e inferencial. En el capítulo 5, se presentan las tablas académicas y sus respectivos gráficos (estadística descriptiva), además de la estadística inferencial como es la prueba de bondad o ajuste (K-S), el coeficiente de correlación Rho de Spearman (r_s), el coeficiente de determinación (R^2), y para la contrastación de las hipótesis se consideró el p-valor. La triangulación de los resultados (discusión), las conclusiones, recomendaciones y referencias bibliográficas también se presentan también en este apartado.

Los autores.

CAPÍTULO 2

**El problema
y su importancia**

2. EL PROBLEMA Y SU IMPORTANCIA

2.1. PROBLEMA

La adolescencia es una etapa importante para el desarrollo de las personas, es en ella donde se desarrollan, por diversos motivos, personales, sociales, familiares, etc., conductas ansiosas, que pueden afectar en los estudiantes su aprendizaje y, por ende, su rendimiento académico, esto destaca entonces la importancia de comprender y analizar las causas e impacto que genera el estrés académico en la salud mental de los estudiantes.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2021), sobre la salud mental de los adolescentes, se ha reportado que en el mundo uno de cada 7 adolescentes con edades entre los 10 a 19 años padecen algún tipo de trastorno, algunos de estos problemas son la ansiedad, depresión y los trastornos de comportamiento que se constituyen como las principales causas de enfermedad y discapacidad entre los adolescentes. Así mismo, el máximo ente de la salud mundial sostiene que el no preocuparse por estos problemas de la salud mental conllevan a consecuencias que se extienden hasta la edad adulta perjudicando la salud mental y física de las personas, restringiendo las posibilidades de llevar una vida plena en el futuro.

El Instituto Nacional de Salud del Perú [INS] (2022), realizó un estudio en niños y adolescentes, donde se abordó el impacto que tuvo la pandemia en la salud mental de este grupo poblacional, considerado como vulnerable, entre los principales resultados se reportó que entre el 30% al 40% de los jóvenes con edades comprendidas entre los 19 a 26 años presentaron síntomas de ansiedad y depresión por la llegada del COVID-19. En el estudio realizado en la ciudad de Jauja por Fiol y Rimari (2022), donde se contó con una muestra representativa de 240 estudiantes de un IESPP, tuvo como resultados destacados que 99 estudiantes (41,3%) presentaron niveles moderados de estrés académico y a la vez bajos niveles de resiliencia, 58 estudiantes (24,2%) presentaron niveles

moderados de estrés académico y a la vez bajo niveles de resiliencia, 2 estudiantes (0,8%) presentaron niveles severos de estrés académico y medio de resiliencia.

En el Instituto de Educación Superior Pedagógico Público “Carlos Medrano Vásquez”, se ha podido observar que las estudiantes han desarrollado conductas de ansiedad, debiéndose a problemas al interior de sus familias, también personales y de índole académico, debido a las realizaciones de prácticas preprofesionales y las evaluaciones programadas. El presente estudio se realiza con la finalidad de obtener información pertinente y oportuna, a fin de proponer algunas alternativas de solución a la problemática que se presume y que se ha descrito anteriormente; por todo lo expuesto, se plantea a continuación la importancia y los objetivos trazados para el estudio.

2.2. IMPORTANCIA

La importancia de la realización de la presente investigación radica en que, en el ámbito educativo, la presencia de ansiedad y estrés académico, tienen un impacto significativo en las diversas problemáticas que ocurre como es la deserción, bajos niveles de aprendizaje, desaprobación de cursos, entre otros. El abordaje de las variables se ha realizado a partir de los síntomas de conductas ansiosas para la primera variable y en el caso del estrés el abordaje se realiza como estrés académico, el cual se manifiesta cuando hay presencia de estresores, además de síntomas que obligan a los estudiantes a hacer uso de estrategias de afrontamiento.

2.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

A. Objetivo general

Determinar el grado de impacto existente entre los síntomas de conductas ansiosas en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

B. Objetivos específicos

Identificar el grado de impacto que existe entre los síntomas somáticos A de las conductas ansiosas en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Identificar el grado de impacto que existe entre los síntomas somáticos A de las conductas cognoscitivas en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Identificar el grado de impacto que existe entre los síntomas somáticos B de las conductas ansiosas en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Identificar el grado de impacto que existe entre los síntomas cognoscitivos B de las conductas cognoscitivas en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

2.4. HIPÓTESIS

A. Hipótesis general

Los síntomas de conductas ansiosas tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

B. Hipótesis específicas.

Los síntomas somáticos A tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Los síntomas cognoscitivos A tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Los síntomas somáticos B tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Los síntomas cognoscitivos B tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

CAPÍTULO 3

Marco Teórico

3. MARCO TEÓRICO

En el presente capítulo se presenta la información correspondiente a los antecedentes de investigación, los referentes teóricos que respaldan las variables de estudio (Bases teóricas), así como, la definición de los principales términos, para mayor comprensión del lector:

3.1. ESTUDIOS PREVIOS

Los estudios previos que le dan robustez a la presente investigación son aquellos que proceden de resultados de investigación hechos en tesis, tanto de pregrado como de posgrado en universidades internacionales y peruanas, como también los resultados de investigaciones procedentes de artículos científicos, estos antecedentes son los siguientes:

Izurita et al. (2022), realizaron en Ecuador una investigación con la finalidad de identificar la relación entre el estrés académico y los trastornos de ansiedad generalizada provocada por la pandemia de COVID-19, la metodología empleada corresponde al nivel descriptivo-correlacional, los instrumentos empleados fueron el inventario de SISCO para el estrés académico y la escala GAD-7 para la ansiedad. La muestra de estudio estuvo conformada por 359 estudiantes universitarios del Ecuador, como resultados principales se tiene que el 64,9% fueron mujeres y el 35,1% varones, tanto los varones como las mujeres alcanzaron niveles altos de estrés, además que el 51,5% de las mujeres y un 34,5% de los varones presentaron niveles severos de ansiedad. Se concluye que existen niveles elevados de estrés académico y ansiedad generalizada, con un $rs=0,680$, mostrando ambos grupos niveles severos de ansiedad.

Álvarez et al., (2018). Realizaron una investigación con el objetivo de identificar el nivel de estrés académico al que se encuentran expuestos los estudiantes de tecnología superior en finanzas, de una entidad de educación superior pública de Guayaquil-Ecuador. La metodología

empleada corresponde a un estudio no experimental, de corte transversal, la muestra de investigación fue seleccionada mediante procedimientos probabilísticos, quedando conformada por 210 estudiantes, el instrumento empleado fue el inventario de estrés académico de SISCO. Se concluye que, el estrés académico se presenta en niveles medios, siendo los mayores desencadenantes la sobrecarga, entre otros.

García y Valverde (2023), realizaron su investigación con la finalidad de determinar la relación que existe entre el estrés académico y la ansiedad en los estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, con una metodología no experimental, de corte transversal y nivel correlacional, se contó con una muestra de 250 estudiantes, cuyas edades oscilaban entre los 18 a 35 años, la técnica de recojo de información empleada fue la encuesta y como cuestionarios la escala de autovaloración de Zung y el inventario de estrés académico de SISCO, a nivel inferencial se ha podido obtener un coeficiente de correlación de 0,640 que indica una relación positiva y directa entre las variables, concluyendo que se evidenció una relación significativa entre el estrés académico y la ansiedad.

En la investigación realizada por Cassaretto et al. (2021), donde se planteó como objetivo principal describir la prevalencia del estrés académico, los componentes y analizar el rol de las variables sociodemográficas, conductuales y académicas del estrés. La muestra de estudio estuvo conformada por 1801 estudiantes procedentes de 6 ciudades del Perú, donde el 57,7% fueron mujeres con edades comprendidas entre los 18 a 54 años. Entre los resultados principales se tiene que el 83% de los estudiantes han experimentado estrés académico durante el semestre cursado, con mayor presencia de niveles altos y

medios. Los autores concluyen que el estrés académico es un problema relevante de la población estudiada.

En el estudio realizado por Gálvez y Chalan (2023), se planteó como objetivo principal determinar la relación entre el estrés académico y la ansiedad, la metodología empleada corresponde a un enfoque cuantitativo, de nivel correlacional y de corte transeccional, la muestra de estudio fue conformada por 200 estudiantes, entre varones y mujeres, los instrumentos empleados fueron el inventario cognitivista de SISCO, y la escala de ansiedad de autoevaluación de Zung, se concluye que existe una relación directa y significativa entre el estrés académico y la ansiedad, esto quiere decir que a mayores estresores que las personas presentan en su ámbito académico, le corresponde mayores niveles de ansiedad.

Lazo, E. y Molina, J. (2023). Realizaron una investigación con el objetivo de analizar la relación entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes de enfermería del V ciclo de una Universidad Privada de Lima, en el año 2023. La investigación empleó el método hipotético deductivo, enfoque cuantitativo, tipo aplicada, nivel relacional y con un diseño no experimental. La muestra estuvo conformada por 120 estudiantes de enfermería, el estrés académico se evaluó con el inventario SISCO y la ansiedad con la escala de valoración de la ansiedad. Como resultados se tiene que el 58,3% de los participantes presentaron niveles moderados de estrés y ansiedad, se concluye que existe una relación directa y significativa entre las variables de estudio con un $r_s=0,420$ y un p-valor menor que el 0,05.

Así mismo, Jiménez et al. (2023). Realizaron una investigación con el objetivo principal de identificar la presencia de estrés, ansiedad y

depresión en los estudiantes universitarios. La investigación fue de enfoque cuantitativo, diseño transversal y de tipo descriptivo, la población de estudio estuvo conformada por 156 estudiantes que han culminado el VII ciclo de estudios, la recolección de información se realizó a través del cuestionario de estrés de Beck, el inventario de ansiedad de Beck y el inventario de depresión de Beck. En cuanto a los resultados descriptivos se tiene que el 62,82% de los estudiantes no presentaron depresión, el 23,08% niveles leves, un 12,82% niveles moderados de depresión y solo un 1,28% niveles graves. En la ansiedad un 57,69% presentaron niveles normales, el 24,36% nivel dudoso y el 17,95% problemas clínicos. Se concluye que existe una estrecha presencia de estas patologías, además existe una relación entre el estrés-ansiedad, estrés-depresión y depresión-ansiedad.

En la investigación realizada por Méndez y Arévalo (2023), se planteó como objetivo principal determinar la relación entre el estrés y la ansiedad en los estudiantes universitarios, durante la pandemia por COVID-19. La metodología corresponde a un diseño no experimental, de nivel descriptivo-correlacional y de corte transversal. La muestra de estudio estuvo conformada por 108 estudiantes de enfermería, los instrumentos empleados fueron el cuestionario SISCO para el estrés académico y el IDARE para la ansiedad estado-rasgo. Como resultados se tiene que el 51,8% presentaron niveles moderados con respecto al estrés; con respecto a la ansiedad el 55,6% presentaron niveles altos; a nivel inferencial se obtuvo un coeficiente de correlación $r_s=0,480$ y un p-valor menor que el nivel de significancia, por lo que, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.

3.2. BASES TEÓRICAS

3.2.1. ANSIEDAD

La ansiedad es definida como una tendencia a presentar una sensación vaga o difusa de preocupación o aprehensión, existen diferentes grados de esta sensación, los cuales pueden ir desde uno leve hasta otros extremadamente debilitadoras. (Hernández et al., 2008).

Rojas (2014), citado en (Vargas, 2021), refiere que la ansiedad se manifiesta como una emoción de alerta ante situaciones imaginarias o reales, la cual genera una activación fisiológica generando en las personas temores, presagios y miedos, esta reacción está conformada por 4 componentes como son las respuestas de tipo fisiológicas, conductuales, cognitivas y asertivas.

La ansiedad es un sentimiento de miedo, inquietud o temor, que puede lograr que las personas suden, se sienta inquietos, lleguen a tener palpitaciones, etc., esto puede ser una reacción normal ante el estrés, para algunas personas la ansiedad puede ser un motivo para afrontar las situaciones complejas, pero en otros casos puede resultar abrumadora y difícil de afrontar.

SÍNTOMAS Y TIPOLOGÍA DE LA ANSIEDAD

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2023), refiere que las personas con trastornos de ansiedad llegan a experimentar miedo o preocupación extrema ante situaciones específicas, algunos de los síntomas y tipologías son:

- Dificultades para tomar decisiones y concentrarse
- Inquietud, tensiones e irritabilidad
- Malestar abdominal y náuseas
- Sensaciones de palpitaciones
- Sensación de temblores en el cuerpo y sudoración
- Trastornos del sueño

- Sensación de peligro inminente, de fatalidad y pánico.

DIMENSIONES DE LA ANSIEDAD

Para el presente estudio se han empleado como dimensiones del inventario de Zung (1971), sobre el estado de ansiedad, mismo que fue adaptado y validado por Hernández et al. (2008), y que cuenta con las siguientes dimensiones:

Síntomas somáticos A: comprende la presencia de dolores, mareos, temblor, debilidad y taquicardia.

Síntomas cognoscitivos A: Irritabilidad, pesadillas y nerviosismo

Síntomas somáticos B: Adormecimiento de dedos, desbaratarse, poliuria

Síntomas cognoscitivos B: Inquietud, disnea y pensamiento negativos.

3.2.2. ESTRÉS ACADÉMICO

El estrés es definido por la Organización Mundial de la Salud (2023) como un estado de preocupación o tensión mental que es generado por una situación difícil, todas las personas poseen un cierto grado de estrés que es una reacción natural ante otros estímulos o amenazas.

El estrés académico es definido como un proceso sistemático de carácter adaptativo, esencialmente psicológico que surge por las demandas del entorno académico, mismo que presenta tres componentes como son los estresores, los síntomas o reacciones que son provocadas por un desequilibrio en los individuos y las estrategias de afrontamiento que desarrollan las personas para restaurar el equilibrio. (Barraza, 2019).

El estrés académico es un estado de malestar que experimentan los estudiantes (en diferentes etapas de vida académica), ante sus

estudios. Este malestar se manifiesta a través de síntomas de ansiedad, ira, frustración, apatía, aislamiento, pensamientos de incapacidad, conflictos, así como dificultades para la resolución de problemas y conductas diversas.

SIGNOS DE PADECER ESTRÉS

Para la OMS (2023), entre los principales síntomas de estrés se tiene:

- Dolores de cabeza u en otras partes del cuerpo
- Malestar gástrico, problemas para conciliar el sueño o alteraciones en el apetito (comer menos o comer demás).
- Incremento en el consumo del tabaco, alcohol u otras sustancias.
- Las situaciones o episodios de estrés pueden causar o alterar los problemas de salud mental, con frecuencia depresión y ansiedad que requieren atención médica.
- Problemas en el ámbito educativo y laboral, debido a las afecciones de la salud mental, se deben a que persisten los altos niveles de estrés.

SÍNTOMAS DEL ESTRÉS ACADÉMICO

Para Campos (2021), los síntomas de padecer estrés académico son los siguientes:

- Síntomas físicos. Los estudiantes muestran reacciones y síntomas físicos ante diversas situaciones estresantes por los estudios, algunas de estas reacciones se presentan como cefaleas, dolor de estómago, vómitos, diarreas, fatiga y agotamiento físico, dolores musculares, hacer sonar los dientes, taquicardias falta de apetito, entre otros.

- **Síntomas cognitivos.** Se presentan pensamientos de incapacidad, sensación de infravalorarse, no sentirse capaces de lograr algo, falta de atención, dificultades para memorizar y pensar, entre otros síntomas; estos pensamientos son ideas que terminan desencadenando sentimientos de agobio y malestares emocionales.
- **Síntomas emocionales.** Se presenta como una montaña rusa de emociones, las emociones que más afloran en este estado son los nervios, sentimientos de angustia, deseos de llorar de manera constante, ira, tristeza, miedo, agobio, entre otros, es necesario estar atentos ante estos estados emocionales para ayudar en su gestión.
- **Síntomas conductuales.** Los estudiantes desarrollan conductas diversas como la evitación (no desear continuar con sus estudios), hasta llegar a estudiar muchas horas de manera continua; en otros casos, algunos estudiantes con la finalidad de mantenerse despiertos llegan a tomar bebidas energizantes o café en la tarde o noches.
- **Síntomas sociales.** Algunos estudiantes dejan de hacer vida social con sus amigos o amigas, llegando a evitarlos, esto se debe a que muchas veces llegan a pensar que están fallando, debido a que sienten que pierden tiempo y no lo pueden permitir

3.2.3. FACTORES QUE AFECTAN LA SALUD MENTAL DE LOS ADOLESCENTES

La adolescencia es una etapa crucial para poder desarrollar habilidades sociales y emocionales, mismas que son importantes para el bienestar mental, algunas de estas son la adopción de patrones de sueño saludables, la realización de ejercicios de manera regular, desarrollo de habilidades para llevar a cabo las

relaciones interpersonales, afrontar situaciones complejas, difíciles y resolver los problemas, así como, aprender a gestionar y manejar sus emociones; es por ello, que es importante contar con un entorno favorable y de protección en la escuela, comunidad y el núcleo familiar. (OMS, 2021).

Según la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2021), los factores que afectan la salud mental de los adolescentes son muchos, se debe tener en cuenta que cuanto más sean estos factores de riesgo a los que se exponen los adolescentes, mayor serán los efectos que puedan tener para la salud mental. Algunos de los factores que pueden conllevar a desarrollar estrés en la adolescencia son: la exposición a la adversidad, la presión social de los amigos y compañeros y la exploración propia de su identidad. Otros de los factores a considerar es la influencia de los medios de comunicación, la calidad de vida en el ámbito familiar y doméstico, las relaciones con sus amigos y muy importante, la violencia, sea mediante la intimidación o sexual, entre otros.

3.3. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS

Ansiedad: Es definida como una respuesta adaptativa por parte de las personas, como una reacción ante peligros que son reales o percibidos, lo que conlleva a reaccionar de manera intempestiva.

Sintomatología: Es definida como un conjunto de síntomas que presentan las personas en un determinado momento y que se deben a la presencia de un trastorno específico.

Estrés: Es una reacción a un estímulo que puede ser expresado de manera positiva o negativa, causando con ello un desgaste físico o mental.

Estrés académico: No solo está relacionado con las cargas académicas excesivas, sino con otros factores como es la carga familiar y social.

Trastornos de síntomas somáticas: Se manifiesta cuando las personas desarrollan sentimientos de ansiedad exagerados a causas de síntomas físicos.

Trastornos de comportamiento: Se presentan con mayor frecuencia en los adolescentes mayores. (OMS, 2021)

CAPÍTULO 4

Metodología

4. METODOLOGÍA

El enfoque empleado para la investigación es el cuantitativo, que, en palabras de Hernández et al (2014), estos estudios se caracterizan por emplear la medición numérica, así mismo, se valen del análisis estadístico para la comprobación de las hipótesis, con el propósito de someter a pruebas teorías.

4.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN

El tipo de investigación, de acuerdo con su finalidad es básica, llamada también teórica, pura o fundamental, estos estudios tienen como propósito no generar ningún cambio significativo en el fenómeno de estudio, parten de una aseveración o conjetura llamada hipótesis, deduciendo de ellas conclusiones (Bernal, 2010).

De acuerdo con el nivel de investigación, el estudio se enmarca en el cuarto nivel de investigación, que corresponde a los estudios explicativos, estos estudios van más allá que solo la descripción de un fenómeno, variable o concepto, o de solo establecer un grado de relación entre estas; tienen como propósito poder responder por las causas de los eventos que ocurren. (Hernández y Mendoza, 2018).

4.2 MÉTODO DE INVESTIGACIÓN

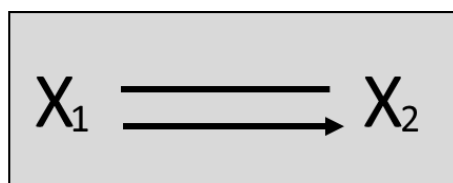
El método empleado en el estudio es el hipotético-deductivo, que según Rodríguez y Pérez (2017), sostienen que este método tiene como característica principal que las hipótesis se constituyen como un punto de partida para realizar nuevas deducciones, para ello se parte de una hipótesis inferida en leyes o principios, sugeridas por los datos empíricos.

4.3 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

El diseño seleccionado es el no experimental y de corte transversal, con respecto al primero, los estudios no experimentales, son aquellos que se llevan a cabo sin la necesidad de realizar una manipulación deliberada o

intencionada de las variables, solo se limitan a observar el fenómeno en su estado natural. (Hernández y Mendoza, 2018). Los estudios transversales, llamados también seccionales o sincrónicos, son aquellos en que, cada sujeto de estudio participa de la resolución de los instrumentos en un solo momento, "son como tomar una fotografía de algo que sucede. (Hernández y Mendoza, 2019, p. 176).

Esquema representativo:



Fuente: (Huaman et al., 2022)

Leyenda:

X₁ = Síntomas de conductas ansiosas (ansiedad)

X₂ = Estrés académico

_____ = Grado de relación entre la variable independiente y la variable dependiente

—————> = Impacto de la variable independiente en la variable dependiente

4.4 POBLACIÓN Y MUESTRA

POBLACIÓN

La población de estudio ascendió al inicio del semestre académico 2023-1, a un total de 378 estudiantes del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público "Carlos Medrano Vásquez", cifra oficial obtenida del área de secretaría académica de la institución.

MUESTRA Y MUESTREO

La muestra proyectada para la investigación era estimada partir de la totalidad de la población, es decir, se esperaba emplear una población

muestral (378), pero a lo largo del año académico, algunas estudiantes desertaron continuar con su estudios o por motivos familiares y de salud no se encontraban al momento de la aplicación de los instrumentos; finalmente, la muestra de investigación quedo conformada por 314 estudiantes, quienes de manera voluntaria e informada decidieron participar de la investigación. El tipo de muestreo empleado fue el no probabilístico por conveniencia.

4.5 Variables y operacionalización

Identificación de variables e indicadores:

- **Variable 1:** Síntomas de conductas ansiosas
 - **Dimensiones:**
 - Síntomas somáticos A
 - Síntomas cognoscitivos A
 - Síntomas somáticos B
 - Síntomas cognoscitivos B
- **Variable dependiente:** Estrés académico
 - **Dimensiones:**
 - Estímulos estresores
 - Síntomas o reacciones al estimulo estresor
 - Estrategias de afrontamiento

Tabla 1: Matriz de operacionalización de variables.

VARIABLES	DIMENSIONES	ESCALA DE MEDICIÓN	NIVELES
Variable 1: Ansiedad	Síntomas somáticos A - (8 ítems)	Nunca/casi nunca = 1 pto	Categorica y ordinal
	Síntomas cognoscitivos A – (4 ítems)	A veces = 2 ptos	
	Síntomas somáticos B – (4 ítems)	Frecuentemente = 3 ptos	
	Síntomas cognoscitivos B – (4 ítems)	Siempre/casi siempre = 4ptos	
Variable 2: Estrés académico	Estímulos estresores – (8 ítems)	Nunca = 1 pto	Categorica y ordinal
	Síntomas o reacciones al estímulo	Rara vez = 2 ptos	
	estresor – (15 ítems)	Algunas veces = 3 ptos	
	Estrategias de afrontamiento – (6 ítems)	Casi siempre = 4 ptos Siempre = 5 ptos	

4.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas:

La principal técnica que se utilizó fue la Encuesta

Instrumentos:

El proceso de recolección de información se llevó a cabo en las instalaciones del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público “Carlos Medrano Vásquez” de la provincia de Pisco; se solicitó el permiso correspondiente para la aplicación de los instrumentos y se empleó el consentimiento informado a las unidades de estudio, a fin de contar con su participación voluntaria e informada.

Los instrumentos de recolección de información que se emplearon para el estudio fueron el inventario del estado de

Ansiedad de Zung (1971), adaptado al español por Hernández et al. (2008), este inventario consto de 20 reactivos distribuidos en 4 subescalas como son: Síntomas somáticos A, síntomas cognoscitivos A, síntomas somáticos B y los síntomas cognoscitivos B. Para la variable estrés académico, se empleó el inventario de ansiedad SISCO (sv-31), adaptado al español por Barraza (2007), mismo que comprendía tres dimensiones como son: estímulos estresores (8 ítems), la dimensión síntomas o reacciones al estímulo estresor (15 ítems) y la dimensión estrategias de afrontamiento (6 ítems). Ambos instrumentos fueron validados al contexto de educación superior.

4.7 Técnica del procesamiento y análisis de datos

Luego de la aplicación de los instrumentos de recolección de datos, se realiza el procesamiento, tabulación y análisis de estos, tanto a nivel descriptivo, mediante la elaboración de las tablas académicas y sus respectivos gráficos; así como, el uso de la estadística inferencial, a través de la prueba de normalidad, para la contrastación de las hipótesis se hizo uso del coeficiente de correlación no paramétrico Rho de Spearman, el coeficiente de determinación R² y para la aceptación o rechazo de las hipótesis alternativas, se tomó como referente el p-valor obtenidos, en comparación con el valor alfa.

CAPÍTULO 5

Resultados

5. RESULTADOS

Presentación e interpretación de datos

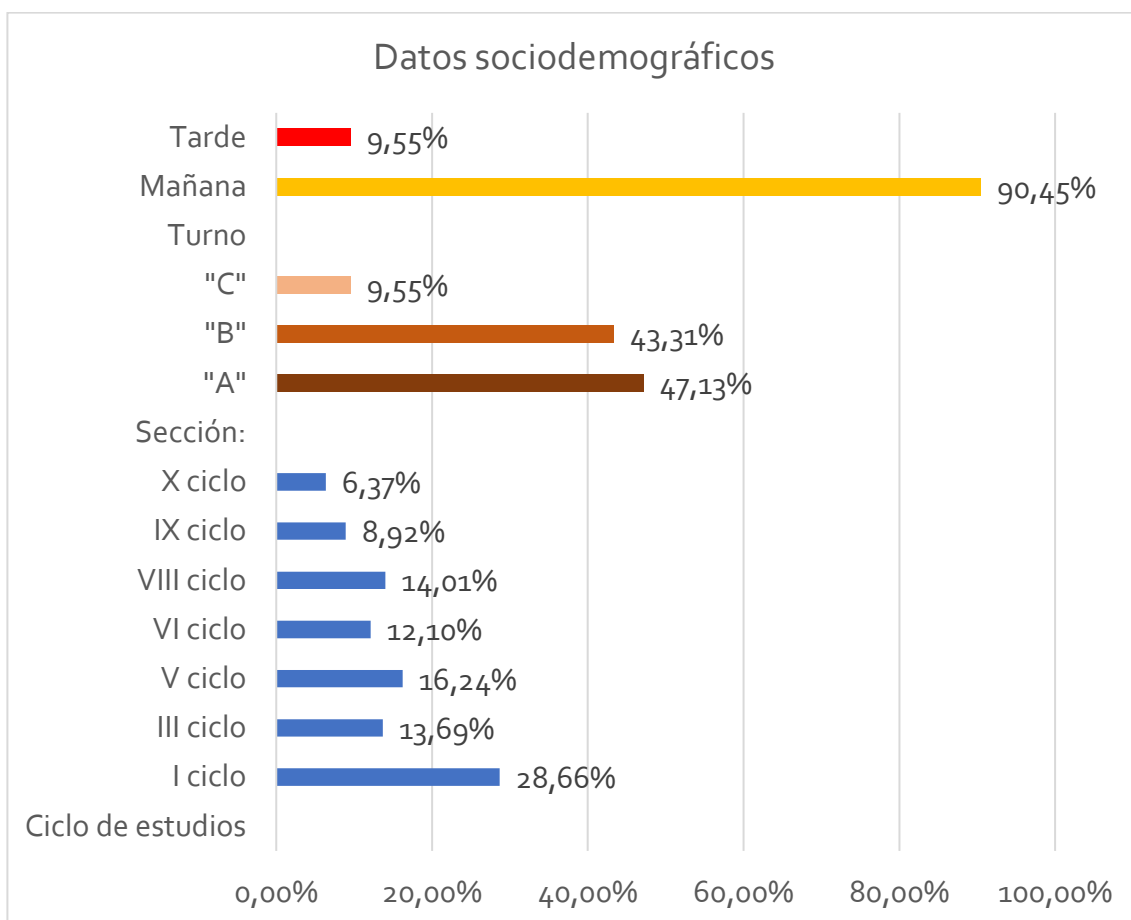
Análisis descriptivo

Tabla 2: Variables de caracterización de las estudiantes

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Ciclo de estudios		
I ciclo	90	28.66%
III ciclo	43	13.69%
V ciclo	51	16.24%
VI ciclo	38	12.10%
VIII ciclo	44	14.01%
IX ciclo	28	8.92%
X ciclo	20	6.37%
Sección:		
"A"	148	47.13%
"B"	136	43.31%
"C"	30	9.55%
Turno		
Mañana	284	90.45%
Tarde	30	9.55%

Fuente: Matriz de datos.

Figura 1: Variables de caracterización de las estudiantes



Fuente: Elaboración propia.

Interpretación:

En la tabla se muestra que el mayor porcentaje de estudiante corresponden a las que cursan el I ciclo, con un total de 90 estudiantes (28,66%), seguido de las estudiantes del V ciclo que cuentan con 51 (16,24%), el mayor porcentaje en cuanto a secciones corresponde a la sección "A", donde se tienen 148 estudiantes (47,13%) y en cuanto al número de estudiantes por turno, el mayor número 284 (90,45), corresponden al turno mañana.

Tabla 3: Resultados de las dimensiones de los síntomas de ansiedad de las estudiantes.

Dimensión	Reactivo	Nunca/Casi nunca	A veces	Con frecuencia	Casi siempre	Siempre
Síntomas somáticos A	Temblor manos y piernas	24,5%	23,6%	22%	21%	8,5%
	Dolor de cabeza, cuello, espalda	25,2%	17,8%	20,4%	28%	8,6%
	Debilidad y cansancio	19,1%	26,4%	22%	23,9%	8,6%
	Taquicardia	24,2%	23,2%	18,8%	24,5%	9,2%
	Mareos	26,4%	24,2%	22%	28,8%	8,6%
	Desmayo	27,7%	22,3%	18,8%	22,6%	8,6%
	Dolor de estómago	25,8%	25,8%	22%	17,5%	8,9%
	Cara caliente y roja	24,2%	24,2%	23,9%	18,8%	8,9%
Síntomas cognoscitivos A	Intranquilidad y nervios	23,6%	24,5%	22,6%	20,7%	8,6%
	Temor sin motivo	25,5%	24,8%	18,5%	23,2%	8%
	Alterado, agitación	23,9%	21,7%	26,8%	20,1%	7,6%
	Pesadillas	21,0%	19,7%	23,6%	27,4%	8,3%
Síntomas somáticos B	Desbaratarse	21,3%	25,2%	19,7%	25,2%	8,6%
	Dedos dormidos	24,2%	19,4%	22%	26,4%	8%
	Poliuria	20,7%	25,2%	21,7%	23,6%	8,9%
	Manos humedad y frías	23,2%	24,2%	19,7%	24,2%	8,6%
Síntomas cognoscitivos B	Va a pasar algo malo	21,3%	21,7%	27,4%	21%	8,6%
	Agitación	21,7%	21,3%	24,2%	24,2%	8,6%
	Respirar es difícil	25,2%	20,4%	24,2%	22,3%	8%
	No descanso por las noches	23,9%	22%	20,7%	24,8%	8,6%

Fuente: Matriz de datos.

Interpretación:

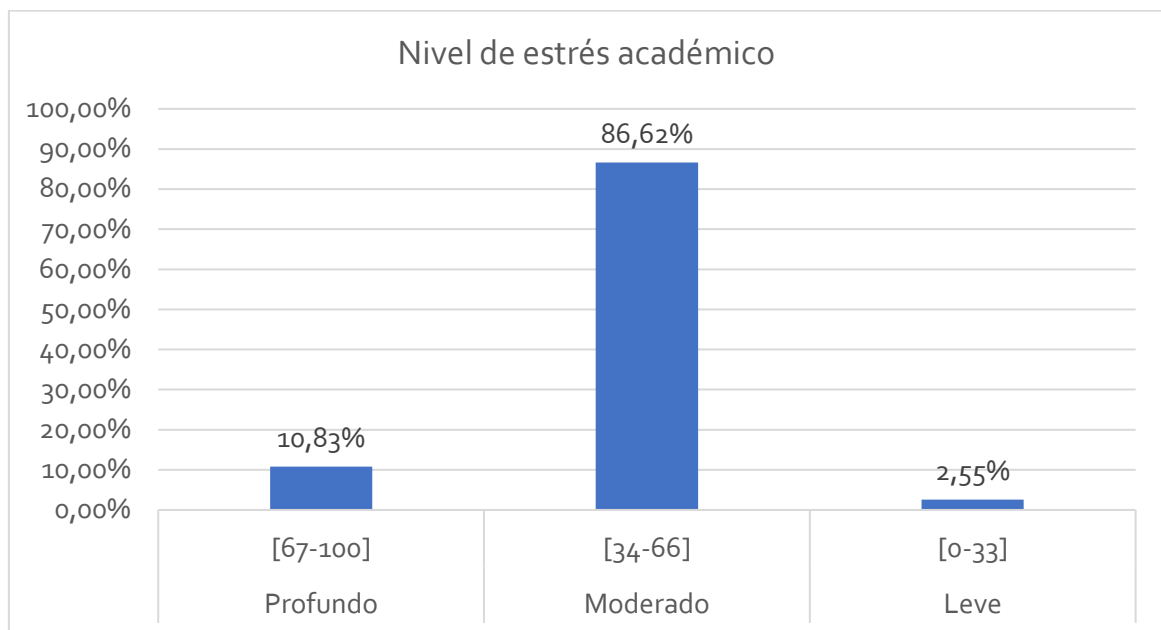
En cuanto a la dimensión síntomas somáticos A, se puede apreciar que un porcentaje considerable de las estudiantes refieren tener temblores de manos y piernas hasta en un 23,6%, en cuanto al dolor de cabeza, cuello y espalda es casi siempre frecuente en un 28%, por otro lado, quienes han reportado tener debilidad y cansancio asciende a un porcentaje de hasta el 23,9% con una frecuencia de casi siempre; así mismo el 24,5% casi siempre presentan taquicardias, el 28,8% han referido tener casi siempre mareos, un 18,8% con frecuencia sensaciones de desmayo, el 23,9% con frecuencia dolores de estómago y un 18,8% casi siempre siente tener el rostro caliente y enrojecido. De los resultados de los síntomas cognoscitivo A, el 20,7% casi siempre se sienten intranquilos y nerviosos, el 25,5% sostienen no tener nunca sensaciones de temor, un 20,1% casi siempre se sienten alterados o agitados y un 27,4% refieren tener casi siempre pesadillas. En cuanto a los síntomas somáticos B, el 25,2% casi siempre sienten que se desbaratan, el 26,4% casi siempre sienten los dedos adormecidos, el 21,7% con frecuencia sienten poliuria y un 24,2% casi siempre tienen la sensación de tener frías y humedecidas sus manos. Con respecto a los síntomas cognoscitivos B, el 21% casi siempre tienen la sensación de que algo va a pasar, el 24,2% casi siempre se sienten agitados, 24,2% frecuentemente sienten dificultades para respirar y un 24,8% sostienen tener casi siempre dificultades para dormir.

Tabla 4: Resultados del estrés académico de las estudiantes.

Categoría	Puntaje	Frecuencia	Porcentaje
Profundo	[67-100]	34	10.83%
Moderado	[34-66]	272	86.62%
Leve	[0-33]	8	2.55%
Total		314	100.00%

Fuente: Matriz de datos.

Figura 2: Resultados del estrés académico de las estudiantes.



Fuente: Elaboración propia.

Interpretación:

Se puede observar que el 2,55% (8/314) de los estudiantes han obtenidos niveles leves de estrés académico, por otro lado, el 86,62% (272/314), alcanzaron niveles moderados; finalmente el 10,83% (34/314) obtuvieron niveles profundos de estrés académico, como se aprecia existe una mayor tendencia de presentar niveles moderados de estrés académico, según lo referido por las estudiantes.

Tabla 5: Resultados de las dimensiones del estrés académico de las estudiantes.

Dimensión	Reactivo	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Estímulos estresores	La competencia con los compañeros de grupo	33,1%	31,8%	11,5%	11,5%	12,1%
	Sobrecarga de tareas y trabajos académicos	18,8%	20,1%	20,7%	18,5%	22%
	La personalidad y el carácter del profesor	23,6%	18,2%	27,9%	17,8%	22,6%
	Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	21%	20,1%	16,2%	20,7%	22%
	El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	19,1%	16,2%	19,1%	20,4%	25,2%
	No entender los temas que se abordan en la clase	19,1%	20,7%	14,3%	18,8%	27,1%
	Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	20,1%	16,2%	19,4%	19,4%	24,8%
Síntomas o reacciones al estímulo estresor	Tiempo limitado para hacer el trabajo.	24,2%	14,6%	23,2%	16,9%	21%
	Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	18,8%	15,6%	24,8%	18,5%	22,3%
	Fatiga crónica (cansancio permanente)	19,1%	20,7%	16,2%	21,3%	22,6%
	Dolores de cabeza o migrañas	19,7%	18,2%	24,5%	25%	22,6%
	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.	24,8%	17,5%	19,4%	16,9%	21,3%
	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	23,6%	15,9%	17,8%	18,2%	24,5%

	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.	25,5%	16,6%	15%	19,7%	23,2%
	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	19,7%	22,3%	19,7%	26,9%	21,3%
	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	26,8%	18,8%	16,2%	15%	23,2%
	Ansiedad, angustia y desesperación.	25,8%	18,2%	16,9%	17,2%	22%
	Problemas de concentración	23,2%	22,9%	13,7%	18,8%	21,3%
	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.	25,8%	16,2%	20,4%	14,3%	23,2%
	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	22,3%	18,5%	16,9%	20,1%	22,3%
	Aislamiento de los demás	25,5%	15,3%	21%	16,2%	22%
	Desgano para realizar las labores académicas	26,8%	15,9%	21%	14,6%	21,7%
	Aumento o reducción del consumo de alimentos	19,1%	18,5%	19,1%	18,2%	25,2%
Estrategias de afrontamiento	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros).	20,4%	22,6%	16,9%	21%	19,1%
	Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.	22,9%	13,7%	18,2%	19,7%	25,5%
	Elogios a sí mismo.	17,2%	23,9%	17,8%	20,1%	21%
	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	22,9%	22,6%	17,2%	16,6%	20,7%
	Búsqueda de información sobre la situación.	25,8%	19,4%	15,9%	16,6%	22,3%
	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)	23,9%	13,1%	18,8%	16,9%	27,4%

Fuente: Matriz de datos.

Interpretación:

En la dimensión estímulos estresores, se aprecia que, en el primer reactivo, el 33,1% de las estudiantes afirman que nunca han asumido una actitud de competencia con los demás compañeros, el 22% refieren tener siempre una sobrecarga de tareas y trabajos, el 27,9% sostiene que algunas veces es la personalidad del docente lo que genera el estrés académico, el 22% afirman que las evaluaciones de los profesores generan el estrés académico. En cuanto los síntomas o reacciones al estímulo estresor el 24,8% afirman que algunas veces tienen trastornos de sueño, un 22,6% siempre presentan fatiga crónica, el 24,5% algunas veces experimentan episodios de migraña, el 24,5% tienen la necesidad de rascarse o morderse las uñas, un 23,2% tienen sentimientos de depresión y tristeza. En cuanto a las estrategias de afrontamiento, el 19,1% poseen habilidades asertivas para defender sus posturas sin la necesidad de dañar, el 25,5% afirman que elaboran un plan para la ejecución de sus tareas, el 22,3% siempre realizan búsqueda de información sobre situaciones y el 27,4% siempre expresan las situaciones que les preocupan.

Análisis inferencial

Tabla 6: Prueba de bondad o de ajustes (normalidad)

Pruebas de normalidad						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Síntomas somáticos A	,199	314	,000	,820	314	,000
Síntomas cognoscitivos A	,181	314	,000	,889	314	,000
Síntomas somáticos B	,134	314	,000	,913	314	,000
Síntomas cognoscitivos B	,164	314	,000	,900	314	,000
Ansiedad	,263	314	,000	,700	314	,000
Estímulos estresores	,099	314	,000	,947	314	,000
Síntomas o reacciones al estímulo estresor	,142	314	,000	,914	314	,000
Estrategias de afrontamiento	,091	314	,000	,972	314	,000
Estrés académico	,198	314	,000	,855	314	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Interpretación:

La prueba de normalidad seleccionada es K-S (llamada kolmogorov-Smirnov), misma que se emplea al ser la muestra de 314 unidades de análisis > 50 ; los resultados arrojados en la totalidad de p-valor, son menores al valor alfa (0,05); por lo cual, se puede afirmar que los datos siguen una distribución asimétrica (no paramétrica), por lo que, se tomó la decisión de emplear el coeficiente de correlación no paramétrico Rho de Spearman (r_s), para comprobar el grado de relación, además se empleó el coeficiente de determinación (R^2), para obtener el grado de impacto y el p-valor para determinar si se acepta o rechazan las hipótesis alternativas (general o específicas).

PRUEBA DE HIPÓTESIS GENERAL

Presentación de la hipótesis de investigación

Los síntomas de conductas ansiosas tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Hipótesis estadísticas:

H₁: Los síntomas de conductas ansiosas tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

H₀: Los síntomas de conductas ansiosas no tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Estadísticos de la prueba inferencial

Coeficiente de correlación a emplear: Rho de Spearman (rs)

Coeficiente de determinación: R cuadrado (R²)

Comprobación de hipótesis: p-valor y valor $\alpha = 0,05$ (prueba bilateral)

Tabla 7. Coeficiente de correlación entre las variables de estudio (ansiedad y estrés académico).

			Ansiedad	Estrés académico
Rho de Spearman	Ansiedad	Coeficiente de correlación	1,000	,372 ^{**}
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	314	314
	Estrés académico	Coeficiente de correlación	,372 ^{**}	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	314	314

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

Figura 3.

Gráfico de dispersión de las variables de estudio.

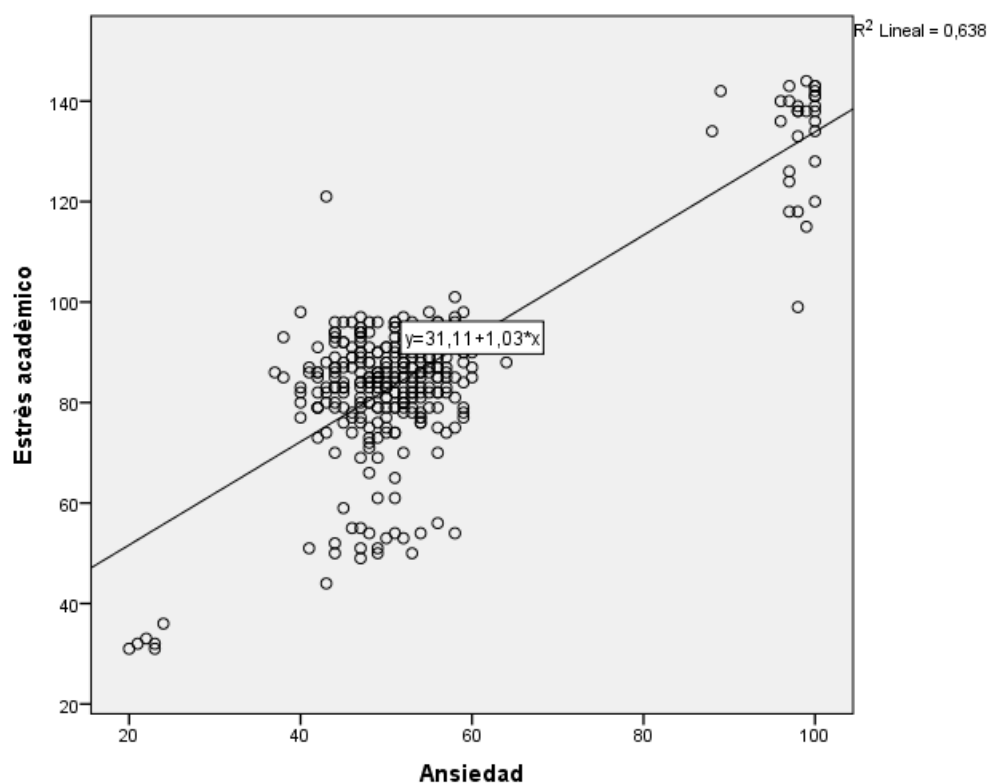


Tabla 8.

Coefficiente de determinación R^2 entre las variables de investigación (Ansiedad y estrés académico).

Resumen del modelo

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado ajustado	Error estándar de la estimación
1	,799 ^a	,638	,637	11,881

a. Predictores: (Constante), Ansiedad

Interpretación:

Se aprecia en la tabla 7, que se ha obtenido un coeficiente de correlación $r_s=0,372$, que indica una relación positiva baja entre las variables de estudio, además de un p-valor de 0,000 menor que el valor alfa. En la figura 3, se aprecian la dispersión, de los datos procesados, que respaldan lo afirmado anteriormente, ya que estos puntos de distribución indican una relación lineal positiva entre la ansiedad y el estrés académico; en la tabla 8 se presentan los resultados del coeficiente de determinación (R^2), estadígrafo que indica como la ansiedad tiene un impacto significativo en el estrés académico de los estudiantes con un $R^2 = 0,638$, mismo que porcentualmente se expresa como un impacto de la ansiedad en el estrés académico de un 63,8%, teniendo en cuenta estos resultados inferenciales como el r_s , p-valor, y R^2 , se puede afirmar que se tiene la suficiente evidencia significativa para aceptar la hipótesis alternativa y rechazar la hipótesis nula.

Decisión estadística.

Siendo el coeficiente de correlación Rho de Spearman es de 0,372, el coeficiente de determinación de 0,638 (63,8%), y un p-valor de $0,000 \leq 0,05$ (Valor de significancia), se tiene la evidencia estadística para aceptar la hipótesis de los investigadores y rechazar la hipótesis nula; es decir, los síntomas de conductas ansiosas tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

PRUEBA DE HIPÓTESIS ESPECÍFICA 1

Presentación de la hipótesis de investigación

Los síntomas somáticos A tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Hipótesis estadísticas:

H₁: Los síntomas somáticos A tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

H₀: Los síntomas somáticos A no tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Estadísticos de la prueba inferencial

Coeficiente de correlación a emplear: Rho de Spearman (rs)

Coeficiente de determinación: R cuadrado (R²)

Comprobación de hipótesis: p-valor y valor $\alpha = 0,05$ (prueba bilateral)

Tabla 9. Coeficiente de correlación entre las variables de estudio (Síntomas somáticos A y estrés académico).

			Síntomas somáticos A	Estrés académico
Rho de Spearman	Síntomas somáticos A	Coeficiente de correlación	1,000	,286**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	314	314
	Estrés académico	Coeficiente de correlación	,286**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	314	314

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

Figura 4.

Gráfico de dispersión de las variables de estudio.

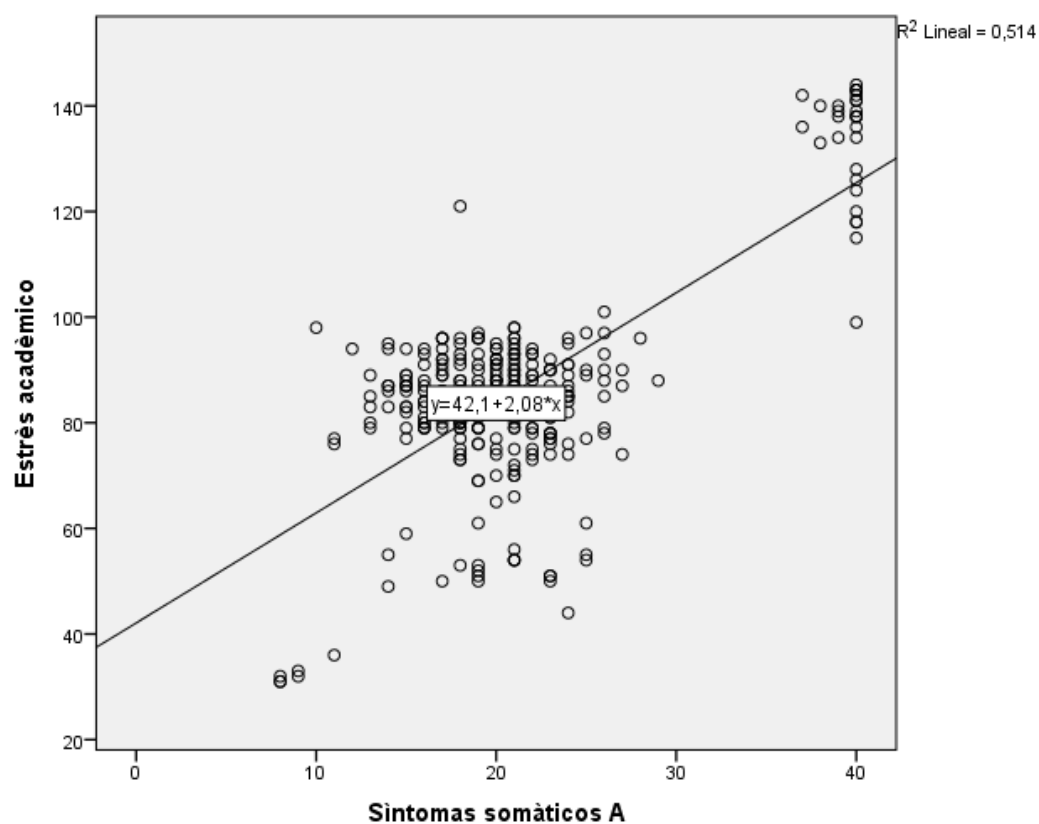


Tabla 10.

Coeficiente de determinación R^2 entre las variables de investigación (Síntomas somáticos A y estrés académico).

Resumen del modelo

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado ajustado	Error estándar de la estimación
1	,717 ^a	,514	,513	13,765

a. Predictores: (Constante), Síntomas somáticos A

Interpretación:

Se aprecia en la tabla 9, que se ha obtenido un coeficiente de correlación $r_s=0,286$, que indica una relación positiva baja entre las variables de estudio, además de un p-valor de 0,000 menor que el valor alfa. En la figura 4, se aprecian la dispersión, de los datos procesados, que respaldan lo afirmado anteriormente, ya que estos puntos de distribución indican una relación lineal positiva entre los síntomas somáticos A y el estrés académico; en la tabla 10 se presentan los resultados del coeficiente de determinación (R^2), estadígrafo que indica como los síntomas somáticos A tienen un impacto significativo en el estrés académico de los estudiantes con un $R^2 = 0,514$, mismo que porcentualmente se expresa como un impacto de la ansiedad en el estrés académico de un 51,4%, teniendo en cuenta estos resultados inferenciales como el r_s , p-valor, y R^2 , se puede afirmar que se tiene la suficiente evidencia significativa para aceptar la hipótesis alternativa y rechazar la hipótesis nula.

Decisión estadística.

Siendo el coeficiente de correlación Rho de Spearman es de 0,286, el coeficiente de determinación de 0,514 (51,4%), y un p-valor de $0,000 \leq 0,05$ (Valor de significancia), se tiene la evidencia estadística para aceptar la hipótesis de los investigadores y rechazar la hipótesis nula; es decir, los síntomas somáticos A tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

PRUEBA DE HIPÓTESIS ESPECÍFICA 2

Presentación de la hipótesis de investigación

Los síntomas cognoscitivos A tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Hipótesis estadísticas:

H₁: Los síntomas cognoscitivos A tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

H₀: Los síntomas cognoscitivos A no tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Estadísticos de la prueba inferencial

Coeficiente de correlación a emplear: Rho de Spearman (rs)

Coeficiente de determinación: R cuadrado (R²)

Comprobación de hipótesis: p-valor y valor $\alpha = 0,05$ (prueba bilateral)

Tabla 11. Coeficiente de correlación entre las variables de estudio (Síntomas cognoscitivos A y estrés académico).

			Síntomas cognoscitivos A	Estrés académico
Rho de Spearman	Síntomas cognoscitivos A	Coeficiente de correlación	1,000	,404 **
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	314	314
	Estrés académico	Coeficiente de correlación	,404 **	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	314	314

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

Figura 5.

Gráfico de dispersión de las variables de estudio.

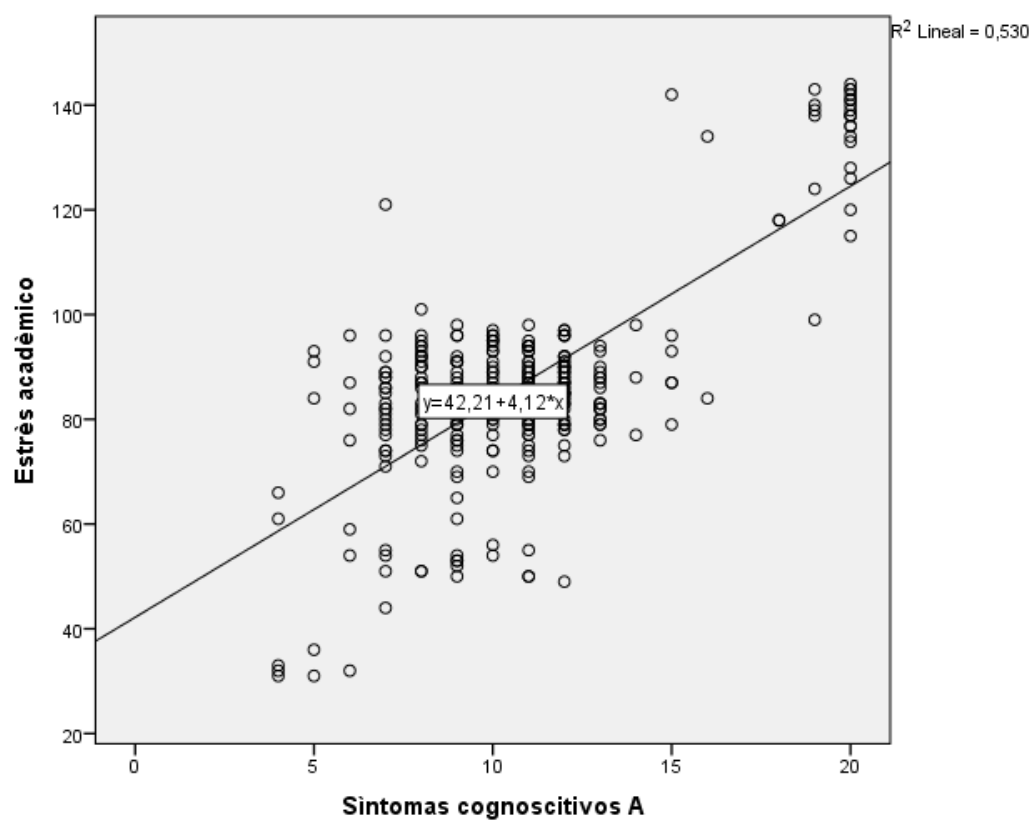


Tabla 12.

Coeficiente de determinación R^2 entre las variables de investigación (Síntomas cognoscitivos A y estrés académico).

Resumen del modelo

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado ajustado	Error estándar de la estimación
1	,728 ^a	,530	,529	13,540

a. Predictores: (Constante), Síntomas cognoscitivos A

Interpretación:

Se aprecia en la tabla 11, que se ha obtenido un coeficiente de correlación $r_s=0,404$, que indica una relación positiva moderada entre las variables de estudio, además de un p-valor de 0,000 menor que el valor alfa. En la figura 5, se aprecian la dispersión, de los datos procesados, que respaldan lo afirmado anteriormente, ya que estos puntos de distribución indican una relación lineal positiva entre los síntomas cognoscitivos A y el estrés académico; en la tabla 12 se presentan los resultados del coeficiente de determinación (R^2), estadígrafo que indica como los síntomas cognoscitivos A tienen un impacto significativo en el estrés académico de los estudiantes con un $R^2 = 0,530$, mismo que porcentualmente se expresa como un impacto de los síntomas cognoscitivos A en el estrés académico de un 53%, teniendo en cuenta estos resultados inferenciales como el r_s , p-valor, y R^2 , se puede afirmar que se tiene la suficiente evidencia significativa para aceptar la hipótesis alternativa y rechazar la hipótesis nula.

Decisión estadística.

Siendo el coeficiente de correlación Rho de Spearman es de 0,404, el coeficiente de determinación de 0,530 (53%), y un p-valor de $0,000 \leq 0,05$ (Valor de significancia), se tiene la evidencia estadística para aceptar la hipótesis de los investigadores y rechazar la hipótesis nula; es decir, los síntomas cognoscitivos A tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

PRUEBA DE HIPÓTESIS ESPECÍFICA 3

Presentación de la hipótesis de investigación

Los síntomas somáticos B tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Hipótesis estadísticas:

H₁: Los síntomas somáticos B tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

H₀: Los síntomas somáticos B no tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Estadísticos de la prueba inferencial

Coeficiente de correlación a emplear: Rho de Spearman (rs)

Coeficiente de determinación: R cuadrado (R²)

Comprobación de hipótesis: p-valor y valor $\alpha = 0,05$ (prueba bilateral)

Tabla 13. Coeficiente de correlación entre las variables de estudio (Síntomas somáticos B y estrés académico).

			Síntomas somáticos B	Estrés académico
Rho de Spearman	Síntomas somáticos B	Coeficiente de correlación	1,000	,291**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	314	314
	Estrés académico	Coeficiente de correlación	,291**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	314	314

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

Figura 6.

Gráfico de dispersión de las variables de estudio.

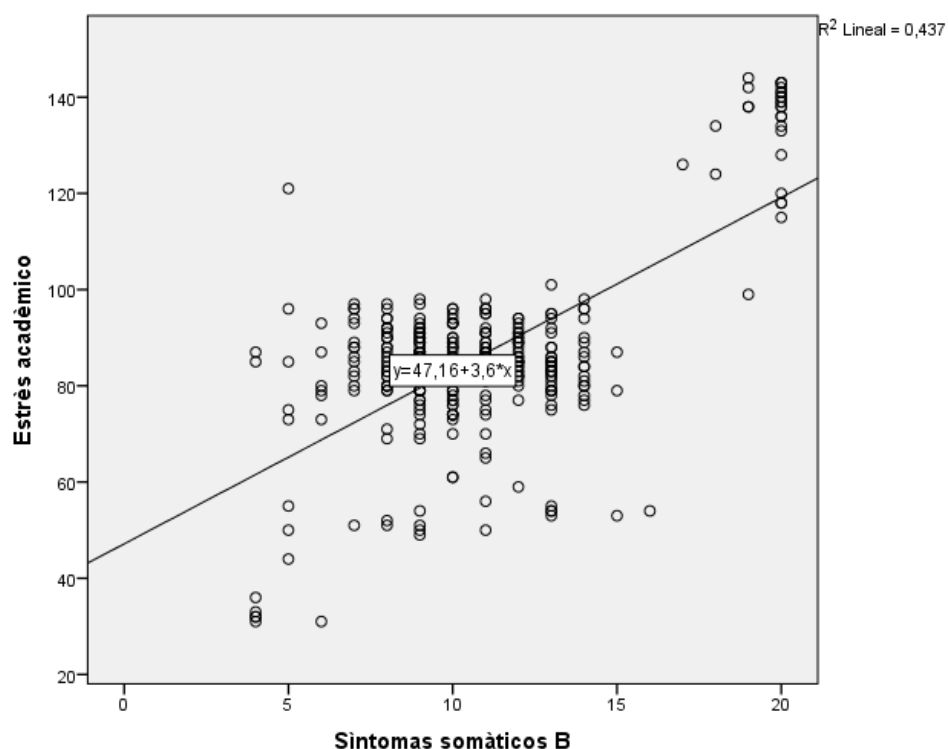


Tabla 14.

Coeficiente de determinación R^2 entre las variables de investigación (Síntomas somáticos B y estrés académico).

Resumen del modelo

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado ajustado	Error estándar de la estimación
1	,661 ^a	,437	,436	14,817

a. Predictores: (Constante), Síntomas somáticos B

Interpretación:

Se aprecia en la tabla 13, que se ha obtenido un coeficiente de correlación $r_s=0,291$, que indica una relación positiva baja entre las variables de estudio, además de un p-valor de 0,000 menor que el valor alfa. En la figura 6, se aprecian la dispersión, de los datos procesados, que respaldan lo afirmado anteriormente, ya que estos puntos de distribución indican una relación lineal positiva entre los síntomas somáticos B y el estrés académico; en la tabla 14 se presentan los resultados del coeficiente de determinación (R^2), estadígrafo que indica como la ansiedad tiene un impacto significativo en el estrés académico de los estudiantes con un $R^2 = 0,437$, mismo que porcentualmente se expresa como un impacto de los síntomas somáticos B en el estrés académico de un 43,7%, teniendo en cuenta estos resultados inferenciales como el r_s , p-valor, y R^2 , se puede afirmar que se tiene la suficiente evidencia significativa para aceptar la hipótesis alternativa y rechazar la hipótesis nula.

Decisión estadística.

Siendo el coeficiente de correlación Rho de Spearman es de 0,291, el coeficiente de determinación de 0,437 (43,7%), y un p-valor de $0,000 \leq 0,05$ (Valor de significancia), se tiene la evidencia estadística para aceptar la hipótesis de los investigadores y rechazar la hipótesis nula; es decir, los síntomas somáticos B tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

PRUEBA DE HIPÓTESIS ESPECÍFICA 4

Presentación de la hipótesis de investigación

Los síntomas cognoscitivos B tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Hipótesis estadísticas:

H₁: Los síntomas cognoscitivos B tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

H₀: Los síntomas cognoscitivos B no tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Estadísticos de la prueba inferencial

Coeficiente de correlación a emplear: Rho de Spearman (rs)

Coeficiente de determinación: R cuadrado (R²)

Comprobación de hipótesis: p-valor y valor $\alpha = 0,05$ (prueba bilateral)

Tabla 15. Coeficiente de correlación entre las variables de estudio (Síntomas cognoscitivos B y estrés académico).

			Síntomas cognoscitivos B	Estrés académico
Rho de Spearman	Síntomas cognoscitivos B	Coeficiente de correlación	1,000	,362 **
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	314	314
	Estrés académico	Coeficiente de correlación	,362 **	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	314	314

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

Figura 7.

Gráfico de dispersión de las variables de estudio.

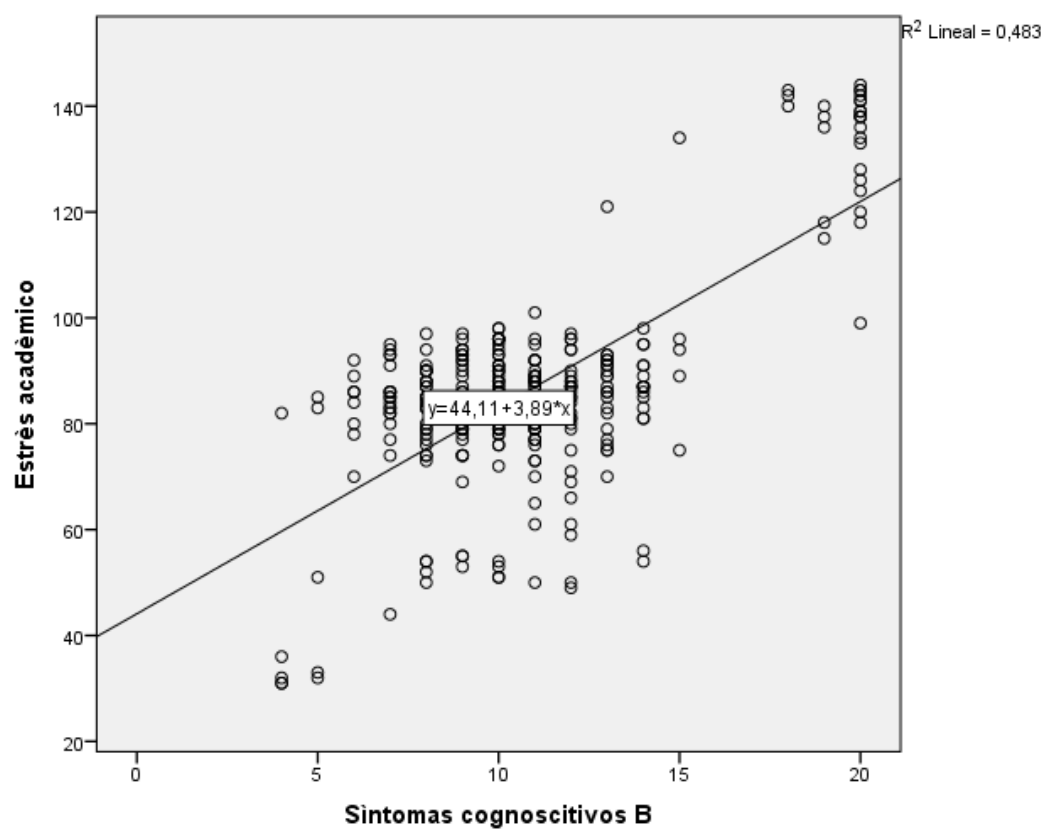


Tabla 16.

Coefficiente de determinación R^2 entre las variables de investigación (Síntomas cognoscitivos B y estrés académico).

Resumen del modelo

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado ajustado	Error estándar de la estimación
1	,695 ^a	,483	,481	14,208

a. Predictores: (Constante), Síntomas cognoscitivos B

Interpretación:

Se aprecia en la tabla 15, que se ha obtenido un coeficiente de correlación $r_s=0,362$, que indica una relación positiva baja entre las variables de estudio, además de un p-valor de 0,000 menor que el valor alfa. En la figura 7, se aprecian la dispersión, de los datos procesados, que respaldan lo afirmado anteriormente, ya que estos puntos de distribución indican una relación lineal positiva entre los síntomas cognoscitivos B y el estrés académico; en la tabla 16 se presentan los resultados del coeficiente de determinación (R^2), estadígrafo que indica como los síntomas cognoscitivos B tienen un impacto significativo en el estrés académico de los estudiantes con un $R^2 = 0,483$, mismo que porcentualmente se expresa como un impacto de la ansiedad en el estrés académico de un 48,3%, teniendo en cuenta estos resultados inferenciales como el r_s , p-valor, y R^2 , se puede afirmar que se tiene la suficiente evidencia significativa para aceptar la hipótesis alternativa y rechazar la hipótesis nula.

Decisión estadística.

Siendo el coeficiente de correlación Rho de Spearman es de 0,362, el coeficiente de determinación de 0,483 (48,3%), y un p-valor de $0,000 \leq 0,05$ (Valor de significancia), se tiene la evidencia estadística para aceptar la hipótesis de los investigadores y rechazar la hipótesis nula; es decir, los síntomas cognoscitivos B tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

5.1 Discusión

En este apartado se realiza la comparación de los resultados alcanzados, a nivel descriptivo e inferencial, con el obtenido por cada uno de los antecedentes, a este proceso se le conoce como contrastación de las hipótesis; a fin de conocer la robustez científica de la investigación y determinar cuántos antecedentes se corresponden con el estudio.

En cuanto a los resultados obtenidos, a nivel descriptivo el mayor porcentaje de estudiantes (28,66%), corresponde al I ciclo, el turno con mayor porcentaje de estudiantes corresponde al turno mañana con 284 estudiantes (90,45%), en cuanto a los síntomas de ansiedad se han obtenido porcentajes significativos que expresan dificultades en cuanto a los síntomas somáticos "A" y "B", así como en los síntomas cognoscitivos "A" y "B", con respecto al estrés académico el 86,62% (272/314) obtuvieron niveles moderados de ansiedad, seguido de un 10,83% (34/314) que alcanzaron niveles profundos. A nivel inferencial, se obtuvo un coeficiente de correlación Rho de Spearman de 0,272 que indica una relación positiva baja entre los síntomas de conductas ansiosas y el estrés académico, por otro lado, se obtuvo un coeficiente de determinación R^2 de 0,638% que se expresa como un grado de impacto de un 63,8% de la variable independiente sobre la dependiente; finalmente, el p-valor alcanzado fue de 0,000, menor que el valor alfa, por lo que se tiene la suficiente evidencia estadística para aceptar la hipótesis alternativa y rechazar la hipótesis nula, es decir, los síntomas de conductas ansiosas tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

En cuanto a los resultados obtenidos por los antecedentes, se tiene al estudio realizado por Izurita et al. (2022), quienes realizaron una

investigación con el propósito de identificar la relación entre el estrés académico y los trastornos de ansiedad ocasionada por el COVID-19, como resultados descriptivos se demostró que el 64,9% de las mujeres y el 35,15 de los varones alcanzaron niveles altos de estrés, además de un 51,5% de mujeres y un 34,5% de los varones que presentaron niveles severos de ansiedad, en cuanto a las conclusiones, al igual que en la investigación, se ha podido determinar que existe relación significativa entre las variables de estudio; estos resultados, como se ha expresado anteriormente, se corresponden con los alcanzados en la investigación, donde también a nivel inferencial se ha demostrado un grado de relación significativa entre las variables. En la investigación realizada por Álvarez et al. (2018), se planteó como objetivo general el identificar los niveles de estrés académicos de los estudiantes, llegando a concluir que este fenómeno se presenta en niveles con tendencias medias, y teniendo a la sobrecarga uno de los principales factores desencadenantes. Estos resultados se asemejan a los obtenidos en la presente investigación, donde las estudiantes en una cantidad significativa presentan niveles moderados de estrés académico. En la investigación realizada por García y Valverde (2023), donde se planteó como objetivo principal determinar la relación existente entre el estrés académico y la ansiedad de los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima, se llegó a la conclusión que existe un grado de relación moderado entre las variables ($r_s=0,640$), que indica una relación positiva moderada. Estos resultados inferenciales se corresponden a los obtenidos en la investigación, donde también se ha podido demostrar una relación directa y significativa entre las variables. Se tiene también al estudio realizado por Cassaretto et al. (2021), donde se planteó como objetivo principal el describir la prevalencia del estrés académico, así como sus componentes y el análisis del rol de las variables sociodemográficas, se llegó a la conclusión que el estrés académico es un problema relevante en la población estudiada. En la investigación ejecutada por Gálvez y Chalan (2023), donde el objetivo principal fue determinar la relación

entre el estrés académico y la ansiedad, concluyéndose que existe una relación directa y significativa entre el estrés académico y la ansiedad, es decir, a mayores niveles de estresores, le corresponden mayores niveles de ansiedad. En la investigación que realizaron Lazo y Molina (2023), se tuvo como objetivo principal analizar la relación entre el estrés académico y la ansiedad de estudiantes universitarias, se tuvo como resultados que tanto los niveles de estrés y ansiedad fueron moderados en un 58,3%, a nivel inferencial, se ha podido concluir que existe una relación directa y significativa entre las variables de investigación. En la investigación realizada por Jiménez et al. (2023), se realizó una investigación con la finalidad de identificar la presencia de estrés, ansiedad y depresión de los estudiantes universitarios, donde un 35,9% de los participantes presentaron niveles leves y moderados de depresión, en cuanto a la ansiedad el 17,95% presentaron problemas clínicos; se concluye que existe una estrecha presencia de patologías en los estudiantes. Finalmente, en la investigación realizada por Méndez y Arévalo (2023), se propuso como objetivo de estudio determinar las relación entre el estrés y la ansiedad de los estudiantes universitarios, los resultados descriptivos dan cuenta que el 51,8% de los estudiantes presentaron niveles moderados de estrés y un 55,6% niveles altos de ansiedad, a nivel descriptivo se demostró que existe una relación directa y significativa entre las variables de estudio, tal y como se ha podido demostrar también en la investigación. Por lo expuesto, en los antecedentes consultados, se puede demostrar la robustez científica que respaldan los resultados alcanzados en la presente investigación, puesto que, en la totalidad de antecedentes consultados se demuestra que existe una relación significativa entre la ansiedad y el estrés académico.

5.2. Conclusiones

Las conclusiones a las que se ha llegado luego del procesamiento y análisis inferencial de los datos son los siguientes:

Se ha podido demostrar el logro del objetivo general, ya que se ha obtenido un coeficiente de correlación $r_s=0,372$, que indica una relación positiva baja entre las variables de estudio, y coeficiente de determinación $R^2 = 63,8$, mismo que indica el grado de impacto de un 63,8% de la ansiedad en el estrés académico; finalmente se ha obtenido un p-valor de 0,000 menor que el valor alfa (0,05), por lo que, se tiene la suficiente evidencia estadística para aceptar la hipótesis alternativa y rechazar la hipótesis nula; es decir, los síntomas de conductas ansiosas tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Se ha podido demostrar el logro del objetivo específico 1, ya que se ha obtenido un coeficiente de correlación $r_s=0,286$, que indica una relación positiva baja entre las variables de estudio, y coeficiente de determinación $R^2 = 51,4$, mismo que indica el grado de impacto de un 51,4% de los síntomas somáticos A en el estrés académico; finalmente se ha obtenido un p-valor de 0,000 menor que el valor alfa (0,05), por lo que, se tiene la suficiente evidencia estadística para aceptar la hipótesis alternativa y rechazar la hipótesis nula; es decir, los síntomas somáticos A tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Se ha podido demostrar el logro del objetivo específico 2, ya que se ha obtenido un coeficiente de correlación $r_s=0,404$, que indica una relación positiva moderada entre las variables de estudio, y coeficiente de

determinación $R^2 = 530$, mismo que indica el grado de impacto de un 53% de los síntomas cognoscitivos A en el estrés académico; finalmente se ha obtenido un p-valor de 0,000 menor que el valor alfa (0,05), por lo que, se tiene la suficiente evidencia estadística para aceptar la hipótesis alternativa y rechazar la hipótesis nula; es decir, los síntomas cognoscitivos A tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Se ha podido demostrar el logro del objetivo específico 3, ya que se ha obtenido un coeficiente de correlación $r_s=0,291$, que indica una relación positiva baja entre las variables de estudio, y coeficiente de determinación $R^2 = 437$, mismo que indica el grado de impacto de un 43,7% de los síntomas somáticos B en el estrés académico; finalmente se ha obtenido un p-valor de 0,000 menor que el valor alfa (0,05), por lo que, se tiene la suficiente evidencia estadística para aceptar la hipótesis alternativa y rechazar la hipótesis nula; es decir, los síntomas somáticos B tienen un impacto significativo en los niveles de estrés de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

Se ha podido demostrar el logro del objetivo específico 4, ya que se ha obtenido un coeficiente de correlación $r_s=0,362$, que indica una relación positiva baja entre las variables de estudio, y coeficiente de determinación $R^2 = 483$, mismo que indica el grado de impacto de un 48,3% de los síntomas cognoscitivos B en el estrés académico; finalmente se ha obtenido un p-valor de 0,000 menor que el valor alfa (0,05), por lo que, se tiene la suficiente evidencia estadística para aceptar la hipótesis alternativa y rechazar la hipótesis nula; es decir, los síntomas cognoscitivos B tienen un impacto significativo en los niveles de estrés

de las estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Pisco, 2024.

5.3. Recomendaciones

Las recomendaciones a las que aborda el presente estudio son las siguientes:

- Al servicio psicopedagógico de la institución de educación superior, brindar charlas, capacitaciones y talleres a las estudiantes a fin de poder manejar los episodios de ansiedad que puedan experimentar, así como manejo de sus tiempos para poder rendir de manera óptima en sus responsabilidades personales, familiares y académicas.
- A las estudiantes se les recomienda organizar y administrar sus tiempos de manera oportuna para un mayor desempeño en el ámbito familiar, laboral y académico a fin de poder cumplir sus objetivos profesionales sin ver afectadas sus responsabilidades personales y familiares, es necesario cumplir con las labores académicas para culminar con éxito su carrera sin llegar a problemas como desaprobación, procrastinación académica, deserción, entre otros.
- A los docentes de la institución de educación superior pedagógica, implementar en sus sesiones de aprendizajes estrategias que permitan identificar, atender y contener problemas de ansiedad severa en las estudiantes y poder brindarles un apoyo oportuno y acorde a sus posibilidades.
- Desarrollar un plan de atención dirigido a las estudiantes, ya que, al encontrar resultados medios o moderados, se puede implementar acciones inmediatas que permitan que estos problemas de ansiedad y estrés académico no lleguen a ser agudos. Es necesario la prevención y promoción de la salud mental para disminuir niveles de ansiedad y estrés académicos que se han podido reportar.

- Es necesario implementar estrategias de enseñanza que motiven a las estudiantes al logro de sus aprendizajes, generando productos o realizando proyectos integradores que potencien las competencias esperadas en ellos y no se vean abrumadas con cantidad o excesos de trabajos que no sean productivos, ni significativos.

Referencias

Álvarez, L., Gallegos, R. y Herrera, P. (2018). Estrés académico en estudiantes de Tecnología Superior. *Universitas*, 28: 193-209. <http://dx.doi.org/10.17163/uni.n28.2018.10>

Barraza Macías Arturo (2007), Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico, En la Biblioteca Virtual de Psicología Científica.com, disponible en <http://www.psicologiacientifica.com>

Barraza, A., González LA., Garza A. y Cázares F. (2019). El estrés académico en alumnos de odontología. *Rev. Mexicana de estomatología*, 6(1): 12-26. Disponible en: <https://www.remexesto.com/index.php/remexesto/article/view/236/431>

Bernal, C. (2010). Metodología de la investigación. 3.a ed. Pearson.

Campos, M. (2021). El estrés académico: ¿Qué es? Psicología, educación y valores. Disponible en: <https://www.mariajesuscampos.es/el-estres-academico-que-es/>

Cassaretto, M., Vilela, P. y Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: Importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Liber*, 27(2): 1-18. Disponible en: <https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>

Fiol, F. y Rimari, A. (2022). Resiliencia y estrés académico en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público en tiempos de pandemia Jauja-2022.

[Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Los Andes].
Repositorio UPLA. Disponible en:
<https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/3785/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Gálvez, I. y Chalan, N. (2023). Estrés académico y ansiedad en estudiantes universitarios de la ciudad de Cajamarca, 2023. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada del Norte].
Repositorio UPN:
<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/35556/Chalan%20Huayanay%2c%20Nataly%20Dayana%20-%20Galvez%20Infante%2c%20Isenia.pdf?sequence=1>

García, A. y Valverde, R. (2023). Estrés académico y ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima-Norte, 2022. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio UPN:
https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/35684/TESIS%20FINAL%20ALEJANDRA%20Y%20ROSA_PDF_TOTAL.pdf?sequence=1

Hernández, M., Macías D., Calleja, N., Cerezo, S. y Del Valle, C. (2008). Propiedades psicométricas del inventario de Zung del estado de ansiedad con mexicanos. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 2(2): 19-46. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/pdf/2972/297225162009.pdf>

Hernández, R. Mendoza, P. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw-Hill. Disponible en:
<https://repositoriobibliotecas.uv.cl/items/02boeabb-bbb2->

4375-9b5b-9468eeod8174

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, L. (2014). Metodología de la investigación científica. 6.a ed. McGraw-Hill.

Huamán, E., Anicama, E., González, E., Félix, H. y Chu, W. (2022). Metodología de la Investigación Científica. Guía práctica para la elección, diseño y desarrollo de la investigación. Fondo Editorial de la Universidad Autónoma de Ica.

Instituto Nacional de Salud [INS] (2021). Entre 40 y 30 % de jóvenes de 19 y 26 años en Perú presentaron síntomas de ansiedad y depresión tras la llegada de la COVID-19. Ministerio de Salud. Lima. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/ins/noticias/661646-entre-40-y-30-de-jovenes-de-19-y-26-anos-en-peru-presentaron-sintomas-de-ansiedad-y-depresion-tras-la-llegada-de-la-covid-19>

Izurieta, D., Poveda, S., Naranjo, T. y Moreno, E. (2022). Trastorno de ansiedad generalizada y estrés académico en estudiantes universitarios ecuatorianos durante la pandemia COVID-19. Rev. Neuropsiquiatr., 85(2): 86-94. DOI: <https://doi.org/10.20453/rnp.v85i2.4226>

Jiménez, W., Del Pilar, V., Cusme, N. y Chasillacta, F. (2023). Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios. LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, 4(3): 978-988. DOI:10.56712/latam.v4i3.1126

Lazo, E. y Molina, J. (2023). Estrés académico y ansiedad en

estudiantes del V ciclo de Enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener de Lima, 2023. *Ciencia Latina Revista Multidisciplinar*, 7(5): 2035-2051. DOI:10.37811/cl_rcm.v7i5.7858

Méndez, J. y Arévalo, R. (2023). Estrés y ansiedad en estudiante universitarios de enfermería durante la enseñanza en la pandemia de COVID-19. *Ciencia Latina Revista Multidisciplinar*, 6(5): 4166-4176. DOI:10.37811/cl_rcm.v6i5.3386

Organización Mundial de la Salud [OMS] (2021). Salud mental del adolescente. Ginebra. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Organización Mundial de la Salud [OMS] (2023). Estrés. Ginebra. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>

Organización Mundial de la Salud [OMS] (2023). Trastornos de ansiedad. Ginebra. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>

Vargas, J. (2021). Ansiedad manifiesta y bienestar psicológico en escolares de secundaria de un I.E.P del cercado de Lima. [Tesis de Licenciatura, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio USMP. Disponible en: https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/9271/OJEDA_RG.pdf?sequence=1

Anexos

INVENTARIO DE ANSIEDAD (Zung, 1971)

El presente cuestionario tiene como propósito recopilar información sobre los niveles de ansiedad de las estudiantes; por ello, se le pide responder cada uno de los reactivos de manera honesta, recuerde que los investigadores garantizan el principio de confidencialidad para garantizar su participación.

Nº	Reactivos	Opciones			
		Nunca /casi nunca	A veces	Con frecuencia	Siempre/Casi siempre
1	Intranquilidad y nervios				
2	Temor sin motivo				
3	Alterado, agitación				
4	Desbaratarse				
5	Va a pasar algo malo				
6	Temblor manos y piernas				
7	Dolor de cabeza, cuello, espalda				
8	Debilidad y cansancio				
9	Agitación				
10	Taquicardia				
11	Mareos				
12	Desmayo				
13	Respirar es difícil				
14	Dedos dormidos				
15	Dolor de estómago				
16	Poliuria				
17	Manos humedad y frías				
18	Cara caliente y roja				
19	No descanso por las noches				
20	Pesadillas				

INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO (SV-31)

El presente cuestionario tiene como propósito recopilar información sobre los niveles de ansiedad de las estudiantes; por ello, se le pide responder cada uno de los reactivos de manera honesta, recuerde que los investigadores garantizan el principio de confidencialidad para garantizar su participación.

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

- a. Si
- b. No

2. Escala de medición:

1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre

Estímulos estresores.

Reactivos	1	2	3	4	5
La competencia con los compañeros de grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos académicos.					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de					

temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
Otra: _____ (especifique).					

Síntomas o reacciones al estímulo estresor.

Reactivos	1	2	3	4	5
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia y desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.					
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					

Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores académicas					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otra: _____ (especifique).					

Estrategias de afrontamiento.

Reactivos	1	2	3	4	5
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.					
Elogios a sí mismo.					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación.					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
Otra: _____ (especifique).					

¡Muchas gracias por su participación!

Editorial
CICI

**CENTRO DE INVESTIGACIONES
Y CAPACITACIONES INTERDISCIPLINARIAS**

ISBN 978-628-96169-0-3

Editorial Centro de Investigaciones y Capacitaciones Interdisciplinarias SAS - CICI
Cartagena - Colombia