



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

TESIS

ESTRÉS ACADÉMICO Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE
UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE VITARTE – 2023

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

AUTORA

KATTYA URSULA HINOSTROZA BARZOLA (ORCID: 0000-0002-1417-3864)

ASESORA

DRA. SILVANA GRACIELA VARELA GUEVARA (ORCID: 0000-0002-3528-8548)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN DE PROGRAMA

PROBLEMAS RELACIONADOS AL AMBITO EDUCATIVO

LÍNEA DE ACCIÓN RSU

SALUD Y BIENESTAR

LIMA, PERÚ, NOVIEMBRE DE 2023



CC BY-NC-ND

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Esta licencia es la más restrictiva de las seis licencias principales, sólo permite que otros puedan descargar las obras y compartirlas con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se pueden cambiar de ninguna manera ni se pueden utilizar comercialmente.

Referencia bibliográfica

Hinostroza Barzola, K. U. (2024). *Estrés académico y ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Vitarte – 2023* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

HOJA DE METADATOS

Datos del autor	
Nombres y apellidos	Kattya Ursula Hinostrroza Barzola
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	48437820
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-1417-3864
Datos del asesor	
Nombres y apellidos	Silvana Graciela Varela Guevara
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	47283514
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-3528-8548
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Nancy Mercedes Capayacchi Otarola
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	07744273
Secretario del jurado	
Nombres y apellidos	Marcela Doris Quispe Ledesma
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	09458665
Vocal del jurado	
Nombres y apellidos	Javier Jesus Vivar Bravo
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	74697504
Datos de la investigación	
Título de la investigación	Estrés académico y ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Vitarte - 2023
Línea de investigación Institucional	Persona, Sociedad, Empresa y Estado.
Línea de investigación del Programa	Problemas relacionados al ámbito educativo.
URL de disciplinas OCDE	https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Lima, el jurado de sustentación de tesis conformado por: la DRA. NANCY MERCEDES CAPAYACCHI OTAROLA como presidenta, la MG. MARCELA DORIS QUISPE LEDESMA como secretaria y el MG. JAVIER JESUS VIVAR BRAVO como vocal, reunidos en acto público para dictaminar la tesis titulada:

ESTRÉS ACADÉMICO Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE VITARTE - 2023

Presentado por la bachiller:
KATTYA URSULA HINOSTROZA BARZOLA

Para obtener el **Título Profesional Licenciada en Psicología**; luego de escuchar la sustentación de la misma y resueltas las preguntas del jurado se procedió a la calificación individual, obteniendo el dictamen de **Aprobado** con una calificación de **TRECE (13)**.

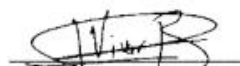
En fe de lo cual firman los miembros del jurado, el 24 de noviembre del 2023.



PRESIDENTA
DRA. NANCY MERCEDES
CAPAYACCHI OTAROLA



SECRETARIA
MG. MARCELA DORIS
QUISPE LEDESMA



VOCAL
MG. JAVIER JESUS VIVAR
BRAVO

ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo Silvana Graciela Varela Guevara docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú, en mi condición de asesora de la tesis titulada:

Estrés académico y ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Vitarte – 2023

De la bachiller Kattya Ursula Hinostroza Barzola, constato que la tesis tiene un índice de similitud de 20% verificable en el reporte de similitud del software Turnitin que se adjunta.

La suscrita analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Autónoma del Perú.

Lima, 20 de setiembre de 2024



Silvana Graciela Varela Guevara

DNI: 47283514



DEDICATORIA

Dedico mis padres con cariño, por impulsarme a sacar adelante mi carrera de psicología por su soporte continuo, a mis hermanas porque me incentivaron a continuar reforzando mi aprendizaje.

Con todo cariño para mi madre por lo orgullosa que esta de verme cumplir mis metas y poder ver a su hija como un profesional en psicología lo que representa el orgullo para toda mi familia.

AGRADECIMIENTOS

Con mucha humildad quiero agradecer al señor Dios que dio la oportunidad de conseguir terminar mi profesión y lograr la meta que todo profesional desea. A mi centro de estudios por toda preparación y dedicación que me son esenciales para mi profesión y las herramientas para desarrollar esta investigación.

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	2
AGRADECIMIENTOS.....	3
ÍNDICE	4
LISTA DE TABLAS.....	5
RESUMEN.....	6
ABSTRACT.....	7
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN.....	9
CAPÍTULO II. METODOLOGIA.....	19
2.1. Tipo y diseño de investigación.....	20
2.2. Población, muestra y muestro.....	20
2.3. Hipótesis.....	21
2.4. Variables y operacionalización.....	22
2.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.....	22
2.6 Procedimientos.....	28
2.7 Análisis de datos.....	28
2.8 Aspectos éticos.....	29
CAPÍTULO III. RESULTADOS.....	30
CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN.....	35
CAPÍTULO V. CONCLUSIONES.....	40
CAPÍTULO VI. RECOMENDACIONES.....	42
REFERENCIAS	
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Distribución de la muestra de estudio
Tabla 2	Matriz de estructura factorial del SISCO
Tabla 3	Alfa de Cronbach del Inventario SISCO
Tabla 4	Matriz de estructura factorial de ansiedad
Tabla 5	Alfa de Cronbach de ansiedad
Tabla 6	Estrés académico y sus dimensiones en los estudiantes de Ate Vitarte
Tabla 7	Ansiedad y sus dimensiones en los estudiantes de Ate Vitarte
Tabla 8	Prueba de normalidad de EA y ansiedad
Tabla 9	Estrés académico y ansiedad en estudiantes de Vitarte
Tabla 10	Relación entre las dimensiones del estrés académico y ansiedad
Tabla 11	Relación entre el EA y las dimensiones de ansiedad

ESTRÉS ACADÉMICO Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE VITARTE, 2023

KATTYA URSULA HINOSTROZA BARZOLA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

Esta investigación presento con el propósito de definir la correlación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa público de Vitarte. Fue de tipo correlacional y diseño no experimental, una muestra de 150 estudiantes, muestreo censal, Los instrumentos aplicados fueron la escala de estrés académico de SISCO y la escala de ansiedad de ZUNG. Siendo los resultados, en el estrés académico presentaron un nivel moderado (55,30%), en las dimensiones de estresores predomina el nivel moderado; con el 69.3%, en estrategias de afrontamiento el 58% moderado, para la síntomas predomina nivel leve con el 48.7% En la ansiedad y sus dimensiones, presentaron en los síntomas somáticos (38%) y síntomas afectivos (49%) el nivel de ansiedad mínima a moderada, para el puntaje total de ansiedad, el 48% presentaron un nivel de ansiedad mínima a moderada, el 27% no tiene presencia de ansiedad, el 18% presenta una ansiedad marcada a severa y el 7% una ansiedad en grado máximo. Y finalmente, no existe una relación estadísticamente significativa entre ansiedad y estrés académico, ($p= 0.828 > 0.05$; Rho: 0,018), en alumnos de secundaria de una Institución Educativa Pública de Vitarte, 2023.

Palabras clave: ansiedad, estrategias de afrontamiento, estrés académico

**ACADEMIC STRESS AND ANXIETY IN SECONDARY SCHOOL STUDENTS
FROM AN EDUCATIONAL INSTITUTION IN VITARTE, 2023**

KATTYA URSULA HINOSTROZA BARZOLA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

I present this research with the purpose of defining the correlation between academic stress and anxiety in high school students of a public educational institution in Vitarte. It was of a correlational type and non-experimental design, a sample of 150 students, census sampling, The instruments applied were the ZUNG anxiety scale and the SISCO academic stress scale. The results showed that in academic stress they presented a moderate level (55.30%), in the dimensions of stressors the moderate level predominates; with 69.3%, in coping strategies 58% moderate, for the symptoms a mild level predominates with 48.7% In anxiety and its dimensions, they presented in somatic symptoms (38%) and affective symptoms (49%) the level of minimal to moderate anxiety, for the total anxiety score, 48% presented a minimal to moderate level of anxiety, 27% had no presence of anxiety, 18% presented marked to severe anxiety and 7% had moderate anxiety. maximum. And finally, there is no statistically significant relationship between academic stress and anxiety, ($p= 0.828 > 0.05$; $Rho: 0.018$), in high school students from a Public Educational Institution in Vitarte, 2023.

Keywords: anxiety, coping strategies, academic stress

ESTRESSE ACADÊMICO E ANSIEDADE EM ALUNOS DO ENSINO MÉDIO DE UMA INSTITUIÇÃO DE EDUCAÇÃO DE VITARTE, 2023

KATTYA URSULA HINOSTROZA BARZOLA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

Apresento esta pesquisa com o objetivo de definir a correlação entre estresse acadêmico e ansiedade em estudantes do ensino médio de uma instituição pública de ensino de Vitarte. Foi do tipo correlacional e desenho não experimental, amostra de 150 estudantes, amostragem censitária. Os instrumentos aplicados foram a escala de ansiedade ZUNG e a escala de estresse acadêmico SISCO. Os resultados mostraram que no estresse acadêmico apresentaram nível moderado (55,30%), nas dimensões dos estressores predomina o nível moderado; com 69,3%, nas estratégias de enfrentamento 58% moderadas, para os sintomas predomina um nível leve com 48,7% Na ansiedade e suas dimensões apresentaram nos sintomas somáticos (38%) e nos sintomas afetivos (49%) o nível de ansiedade mínima a moderada, para o escore total de ansiedade, 48% apresentaram nível de ansiedade mínimo a moderado, 27% não apresentaram presença de ansiedade, 18% apresentaram ansiedade acentuada a grave e 7% apresentaram ansiedade máxima moderada. E por fim, não existe relação estatisticamente significativa entre estresse acadêmico e ansiedade, ($p= 0,828 > 0,05$; $Rho: 0,018$), em estudantes do ensino médio de uma Instituição de Ensino Pública em Vitarte, 2023.

Palavras-chave: ansiedade, estratégias de enfrentamento, estresse acadêmico

CAPÍTULO I
INTRODUCCIÓN

Uno de los constructos más estudiados es el estrés, en los últimos años, y algunos investigadores lo han llamado la enfermedad del siglo, porque tiene conexión con nuevas patologías, el comportamiento y la adaptación a condiciones complicadas y el rendimiento general. Asimismo, otro tema que últimamente, se está caracterizando por los incrementos de intereses en los estudios, evaluaciones y tratamientos de la ansiedad, como resultado del incremento de la ansiedad en la sociedad, particularmente en los ámbitos educativos y familiares, así como por las preocupaciones sociales que esta temática ocasiona (Barraza 2006).

Este estudio inicia con el capítulo uno, el cual incluye una introducción basada en problemas prácticos, en la que se muestra desde los niveles de justificación, así como el propósito, limitaciones y antecedentes del estudio. Se presentan definiciones de conceptos y terminología relacionada. El capítulo dos consta del marco metodológico, en el que se describe el tipo, estructura e hipótesis, así como la operacionalización del tema. Por otro lado, se desarrollan métodos técnicos y de procesamiento de información. Además, se comparan los objetivos planteados en el capítulo tres analizando e interpretando los resultados mediante conclusiones y cálculos descriptivos. Esto se analiza en el capítulo cuatro. Conclusiones del capítulo cinco y Recomendaciones del capítulo seis. Finalmente, hay referencias y apéndices.

Asimismo, con relación a la realidad problemática. A nivel internacional, la OMS (2018) define estrés académico como una respuesta de activación fisiológica, emocional, conductual y cognitiva ante estímulos y eventos académicos. Aunque la ansiedad es un estado emocional brusco, su causa no está clara. Suele ir conducido de cambios orgánicos y conductas similares al pánico. El Miedo: tiene como contestación emocional, orgánica y comportamiento normal ante una situación en la que un individuo está expuesto a un peligro. Ambos males en los adolescentes crean

un desequilibrio emocional generando postergaciones de desarrollo académico o en otras ocasiones abandono escolar lo cual es grave en una sociedad pauperizada. Por otro lado, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2022) en La Paz (Bolivia), refiere que ocho de cada 10 adolescentes de ambos sexos y de otras disposiciones sexuales expresan sentir ansiedad y depresión a causa del contexto social, familiar y personal debido al aislamiento social por la pandemia del COVID-19.

A nivel nacional, en el Proyecto Educativo Nacional (PEN), no se han tomado en cuenta, el estrés académico y ansiedad de los escolares, es por ello los maestros del distrito de Vitarte, que desconocen estos males en los estudiantes, para así poder orientar a los padres de familia y a sus hijos correlativamente mejoren los rendimientos académicos y a la vez reduzcan el estrés académico y al propio tiempo la ansiedad.

Por lo mencionado anteriormente, a nivel local se identifican a los estudiantes de una IE de Vitarte, por lo que se hizo el estudio en estudiantes con indicadores de EA y ansiedad, lo cual afecta la causa de instrucción y ganancia de sapiencias porque no han logrado estabilizar sus emociones.

También, la investigación a realizar fue un aporte valioso para la IE pública en la investigación, porque permitió conocer los resultados para plantear representaciones a fin de asemejar, inspeccionar y optimizar la problemática, lo que se fundamentó en la justificación del estudio, siendo la Relevancia social, porque ha sido de ayuda para un diagnóstico real, y se sensibilice a los integrantes en el estudio, también se indicó algunas recomendaciones talleres como principal objetivo la prevención en la carencia de manejo del estrés y ansiedad, para utilidad de otros estudios similares, resultando de beneficio para los docentes, familiares de los estudiantes, estudiantes y personal administrativo. Asimismo, su valor teórico brinda

orientación para futuras investigaciones, además de permitir el uso de métodos teóricos para estudiar las variables principales, enriqueciendo así los conocimientos existentes; permite que las variables de investigación sean más detalladas en términos de dimensiones e indicadores. También es importante el fundamento práctico, ya que los resultados conducen a esfuerzos coordinados entre instituciones para prevenir el estrés académico excesivo, del mismo modo reducir los niveles de ansiedad con talleres de técnicas de control y manejo de ansiedad, habilidades sociales. Finalmente, se justificó el estudio en lo metodológico, fue porque se ha basado en técnicas válidas y confiables empleados en el estudio. También fueron sometidos a la validación de información por criterio de expertos, así como se obtuvo la confiabilidad de los instrumentos de investigación del estrés académico y ansiedad con Alfa de Cronbach.

Considerando, la problemática en estudio, se planteó los objetivos de estudio, siendo el objetivo general: Demostrar la relación entre estrés académico y ansiedad en alumnos de una IE Pública de Vitarte, 2023 y los objetivos específicos: a) identificar los niveles de la ansiedad y sus dimensiones en alumnos de una IE Pública de Vitarte, 2023; b) identificar los niveles de estrés académico y sus dimensiones en estudiantes de una IE Pública de Vitarte, 2023; c) establecer la relación entre las dimensiones de estrés académico y la ansiedad en alumnos de secundaria de una IE pública de Vitarte; d) establecer la relación entre el estrés académico y las dimensiones de la ansiedad en alumnos de secundaria de una IE pública de Vitarte.

Igualmente, en cuanto a las limitaciones de este estudio, las autoridades educativas tienen evidentes limitaciones y dificultades en el uso de herramientas de evaluación. Por lo tanto, se gestionó una presentación formal delante de todos los estudiantes en representación de la gestión compleja. Las instituciones educativas

tienen dificultades para utilizar y adaptarse a las nuevas tecnologías, ya que los profesores se resisten a adaptarse a las nuevas tecnologías y les resulta muy oneroso. Otra limitación es el número de estudios válidos encontrados en este estudio. Según los estándares realizados por la (APA), la duración del estudio debe ser de al menos 5 años o, si es absolutamente necesario, de al menos 7 años.

La investigación realizada consideró el sustento de antecedentes de estudios anteriores, conforme al siguiente detalle:

La investigación a realizar consideró el sustento de antecedentes de estudios anteriores, a nivel internacional se tiene Anaguano (2022), quien realizó una investigación donde los resultados muestran que el estrés percibido es mayor al esperado, especialmente cuando los estudiantes no pueden seguir el ritmo de los docentes, se sienten estresados por demasiadas tareas y tiempo para realizarlas, por lo que se puede concluir que el entorno profesional actual es considerado el mayor fuente de estrés, donde las dos áreas más mencionadas son la ansiedad por las calificaciones, y la presión para ganar una mejor educación a futuro. Por otra parte, Tijerina et al (2018) realizaron un trabajo de investigación donde concluyeron que la correlación de los componentes individuales de la prueba DASS (depresión, ansiedad y estrés); se encontraron correlaciones entre depresión-ansiedad, ansiedad-estrés y depresión-ansiedad en las mujeres, mientras que solo se encontró depresión-ansiedad en los hombres. También, Abarca (2022) realizó una investigación denominada "Análisis comparativo del estrés académico de estudiantes de bachillerato en contextos rurales y urbanos", concluyendo que, las estrategias usadas en el afrontamiento son distintas en el contexto rural o urbano. Igualmente, Alabuela (2021) concluyó que variables demográficas como la carga de tareas o asignaturas, las calificaciones y los métodos impuestos por los profesores pueden servir como

predictores del estrés académico entre los estudiantes analizados. Finalmente, Rivera (2022) el presente estudio concluye con una similitud significativa en estas dos variables de estudio y una relación proporcional moderadamente positiva.

Asimismo, el estudio presenta sustento de antecedentes nacionales, como el estudio de Santamaría (2021) concluyendo que, Los estudiantes de secundaria con relaciones familiares estables se asocian con un nivel alto riesgo de depresión, ansiedad y estrés en relación con los que tienen buenas relaciones familiares. Puede que no haya diferencias en otras variables ya que el COVID-19 afecta a todos por igual. Asimismo, Maquera (2020) titulado depresión y Estrés académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano- Puno, 2019, siendo el objetivo identificar la relación entre la depresión y el estrés académico en dicha muestra, donde para la depresión, la normal es el 57,4%, la leve el 25,9%, la moderada el 14,8% y la grave el 1,9%; En cuanto al estrés académico, el 81,5% presenta un nivel moderado, el 13,0% un nivel leve y el 5,5% las personas presentan un nivel de estrés más profundo, encontrando relación entre EA y la depresión, y se puede concluir que cuanto mayor es el EA, mayor es el grado de depresión. Igualmente, Por su parte, Álvarez (2021) elaboró un documental que donde el objetivo es permitir que los estudiantes que se hayan graduado puedan hablar de forma segura con sus padres acerca del futuro y cómo afrontarlo para evitar la sobrecarga académica durante la pandemia. También se consideró a Cartulin (2020) donde concluyó que la correlación entre estrés y ansiedad en alumnos, y urge tomar conciencia de los elementos ambientales que se pueden cambiar, conjuntamente de la creencia y asistencia del profesorado y el apoyo y estímulo continuo.

A continuación, se procede a presentar definiciones, enfoques teóricos del estrés académico, del cual existen diferentes definiciones, entre ellas tenemos.

Barraza (2006) define al estrés académico como un proceso sistémico, cuando los estudiantes universitarios asumen diversas tareas y responsabilidades denominadas estresantes, sucederá de manera adaptativa y psicológica, lo que puede obligar a los estudiantes a comportarse de manera diferente. Según Román, et al. (2008) las causas del EA son el exceso de trabajo en el colegio, los exámenes, el exceso de datos, la comunicación oral, el poco tiempo para los trabajos teniendo en cuenta lo complicado para comprender lo explicado en clase, las notas finales, etc. Caldera, et al. (2007) sostuvieron que la depresión docente resulta del estrés académico provocado por el malestar constante que provocan los esfuerzos serios en el campo del aprendizaje, lo que perjudica a los estudiantes por los efectos que genera. Mendiola (2010) sostuvo que existen resultados mentales y fisiológicos: Psíquico: dolor, desesperación, lamento, agravamiento, problemas de memoria, falta de participación en ejercicios estimulantes previamente. Físico: incremento de la depresión y problemas respiratorios, asociados a un mal descanso.

Por otro lado, se detalla las teorías más significativas que explican la variable del estrés académico conforme se detalla:

La Teoría del estrés según Barraza (2006), quien presenta al estrés académico, como a Estresores, que son demandas a las que está sometido el individuo, y que pueden convertirse en estresores; los cuales pueden ser físicos, sociales y psicológicos, presentándose como amenaza de la integridad vital, relacionados a compañeros de estudio, sobrecarga de trabajo, evaluaciones del profesores y colaboración en clases. También refiere la otra dimensión de Síntomas: Barraza (2006), que están referidas a reacciones corporales como: dolores de cabeza, agotamiento difuso, bruxismo (rechinar los dientes mientras se duerme), impotencia, HTA, malestar estomacal, dolores cervicales, alteraciones del sueño,

resfríos y gripe habituales, función sexual reducida, sudoración enorme, acrecentamiento o desgaste de peso, temblores o tics nerviosos. Finalmente, presenta la dimensión Estrategias de afrontamiento Lazarus y Folkman (1986) citado en Barraza (2006) quienes definen 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”.

En relación a la variable Ansiedad, se muestran definiciones y principales teorías, como la de Tobal (1990) quien lo define como patrón de respuestas (sistema de triple respuesta) que incluye un aspecto cognitivo desagradable, tensión y preocupación; un aspecto fisiológico caracterizado por una alta activación del SNA; y el aspecto motor, que suele implicar conductas desadaptativas y desadaptativas. Las reacciones de ansiedad pueden ser consecuencias por estímulos internos, así como por externos del individuo (respuestas anticipatorias), pensamientos, símbolos, retratos, que la persona percibe de forma difíciles o amenazador. Por otro lado, Rojas (2014) comenta que la ansiedad es una vivencia de temor ante algo difuso, vago, inconcreto, indefinido, que, a diferencia del miedo, tiene una referencia explícita. Describiendo mejor la ansiedad, es un sentimiento acompañado de una respuesta adrenérgica como: sudoración, tensión muscular, temblores, dificultad para respirar, dolores de cabeza, dolores de espalda, dolores en el pecho, palpitaciones, dolores abdominales y otros signos y síntomas. A medida que incrementa el nivel de intensidad, las personas no pueden adaptarse a sus cuerpos en su vida diaria y, como resultado, se considera un problema grave que contribuye a los trastornos de ansiedad.

A continuación, se presenta las diversas teorías, siendo una de las principales

el modelo teórico de Astocondor y Zung (2001), sostienen que las dimensiones se dividen en sintomatología somática o fisiológica y afectiva o emocional. Síntomas somáticos: incluye todas las respuestas fisiológicas a la ansiedad, que incluyen: temblores, dolor en el cuerpo, fatiga, intranquilidad, pulsaciones, desvanecimientos, sudoración, náuseas y vómitos, desvelo y opresiones. Esta dimensión incluye todos los indicadores relacionados con los síntomas emocionales, que son: desorganización, preocupación, ansiedad y miedo.

Por último, la Teoría de Beck (1985), que sostiene que es una reacción que se produce cuando un individuo se enfrenta a un contexto que descubre o interpreta como amenazante, aunque no sea capaz de valorarla. Esta es una alternativa desadaptativa que hace que la ansiedad sea perjudicial porque ocurre de manera enorme. Por este motivo, los trastornos de ansiedad incluyen hoy en día un conjunto de síntomas clínicos cuyo rasgo común es la patología extrema manifestada por diversas disfunciones y desequilibrios a nivel cognitivo, conductual y fisiológico, considerándose un trastorno mental muy extendido. Finalmente, la definición conceptual considerada, de la ansiedad, fue la de Lazarus (1976) citado por García de la Cruz (2014) que sostiene que, la ansiedad es una respuesta en todas las personas y que, bajo condiciones normales, mejora el rendimiento y adaptación al medio social, laboral, o académico.

El Estrés: Situación que demanda externa o internamente una capacidad de resolución en las personas, provocando una alarma que actúa sobre los órganos del cuerpo produciendo malestares físicos como psicológico (López, 2008). El estrés académico es aquella situación de desequilibrio en el organismo físico o psicológico que se produce en cualquier nivel educativo especialmente en ámbito secundario. (López, 2008).

Estresores: Estos son requisitos que un individuo debe seguir y pueden ser una fuente de estrés, puede ser físico, social, psicológico. Se presentan como una amenaza a la integridad de la vida humana (Barraza, 2006). Síntomas afectivos: En esta dimensión se encuentran todos los indicadores relacionados a los síntomas emocionales, los cuales son: Desintegraciones de la conciencia, aprehensiones, ansiedades y miedo (Zung & Astocondor 2001).

Síntomas somáticos: En esta dimensión se encuentran todas las reacciones fisiológicas que son producto de la ansiedad, las cuales son: temblor, dolor en el cuerpo, fatigas y debilidades, inquietudes, palpitación, desmayo, transpiración, parestesia, náusea y vómito, insomnios y pesadillas (Zung & Astocondor 2001).

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

2.1. Tipo y diseño de investigación

2.1.1. Tipo

El presente estudio fue de tipo correlacional ya que, según Hernández-Sampieri & Mendoza (2018) se logró determinar la relación entre el EA y ansiedad en estudiantes de secundaria.

2.1.2. Diseño

El diseño fue no experimental porque las variables no se manipularon; y fue transversal se llegó a medir en un determinado momento. Lo que, según Hernández-Sampieri & Mendoza (2018), este diseño se utilizó para el estudio sin la intención de cambiar las variables del estudio; También, se limitó a medir variables en función de su entorno natural, analizando datos encontrados en un momento dado.

2.2. Población, muestra y muestro

2.2.1 Población

Estuvo compuesta por 150 alumnos de secundaria de una institución educativa pública de secundaria de Vitarte, 2023.

2.2.2 Muestra

La muestra fue la población total, es decir por 150 estudiantes, los cuales han sido representados por 81 mujeres (54%) y 69 hombres (46%), asimismo, la edad que ha predominado con un 25% es la de 14 años, y el grado de estudios más presente es el de 3ero de secundaria con el 34%, como muestra en la tabla 1.

Tabla 1*Distribución de la muestra de estudio*

Variables Sociodemográficas		F	%
Sexo	Femenino	81	54%
	Masculino	69	46%
Edad	12	4	2,7%
	13	28	19%
	14	38	25%
	15	36	24%
	16	20	13%
	17	24	16,0%
Grado	1º	25	16,7%
	2º	29	19,3%
	3º	51	34,0%
	4º	12	8.0%
	5º	33	22,0%

2.2.3. Muestreo

El muestreo se realizó de forma censal, considerando que la muestra fue toda la totalidad de la población.

2.3. Hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Existe relación entre estrés académico y ansiedad en estudiantes de una IE Pública de Vitarte.

2.3.2. Hipótesis específicas

Existe relación entre las dimensiones de estrés académico y la ansiedad en estudiantes de una IE pública de Vitarte, 2023.

Existe relación entre el estrés académico y las dimensiones de la ansiedad en

estudiantes de una IE pública de Vitarte, 2023.

2.4. Variables y operacionalización.

2.4.1. Variables

Estrés académico y sus dimensiones: síntomas, estresores y estrategias de afrontamiento. Ansiedad y sus dimensiones: síntomas somáticos y síntomas afectivos. Por siguiente, se presentan la matriz de operacionalización de las referidas variables de estudio de estrés académico y de la ansiedad (Anexo 2).

2.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

2.5.1 Técnicas de investigación

Como técnica, se usaron los inventarios, que de acuerdo con Sánchez y Reyes (2015) son cuestionarios cuyo objetivo principal es identificar datos sobre características particulares, como inventarios de personalidad, intereses ocupacionales, hábitos de estudio o cualquier otro componente específico que deba analizarse.

2.5.2 Instrumentos de investigación

Los instrumentos de investigación que se emplearon fueron el Inventario de SISCO del EA y la Escala de Auto- Evaluación de Ansiedad (EAA) Inventario de SISCO.

Fue creado por Arturo Barraza Macías, su uso es individual o colectivo, su duración es de aproximadamente 10 a 15, tiene como objetivo evaluar respuestas físicas, psicológicas y conductuales ante el estrés académico, tiene una escala Likert con 5 valores en cualidades. Promedio (nunca, rara vez, a veces, casi siempre y siempre). Estas dimensiones son: factores estresantes, síntomas (físicos, psicológicos y conductuales) y estrategias de enfrentar. Constituye de 29 ítems: 8 ítems que te dejaron decidir con qué continuidad las demandas ambientales se

perciben como estímulos estresantes. Quince interrogantes ayudarán a determinar la frecuencia de los síntomas en los niños en edad escolar. Seis ítems nos permitieron determinar con qué frecuencia los estudiantes utilizan estrategias de afrontamiento.

Validez. Barraza (2007), basándose en la estructura interna y teniendo en cuenta tres procedimientos: análisis factorial, análisis de la consistencia interna y el análisis de grupos contrastados. Los resultados confirman la composición del registro tridimensional relacionado con el modelo conceptual desarrollado al estudiar las mismas variables desde la perspectiva del cognitivismo sistémico.

Confiabilidad: Barraza (2007) obtuvo una confiabilidad global de 0.870 para el instrumento basado en el método de dividir por mitades y de 0.900 basado en el alfa de Cronbach; estos niveles fueron calificados como favorables y/o buenos para su uso. También en el presente estudio se realizó el análisis de confiabilidad mediante el método de alfa de Cronbach, encontrando un resultado de ,859 (tabla 1) que es bueno (Hunsley & Marsh, 2008).

Tabla 2*Matriz de estructura factorial del SISCO*

Ítems	D1	D2	D3
1	0.414		
2	0.309		
3	0.452		
4	0.476		
5	0.565		
6	0.350		
7	0.373		
8	0.356		
9		0.468	
10		0.578	
11		0.526	
12		0.255	
13		0.524	
14		0.645	
15		0.552	
16		0.582	
17		0.672	
18		0.367	
19		0.501	
20		0.403	
21		0.516	
22		0.317	
23		0.395	
24			0.581
25			0.560
26			0.438
27			0.330
28			0.490
29			0.409
Total	7.478	3.368	2.357
V.E. % de varianza	25.786	11.613	8.128
V.E.A% acumulado	25.786	37.399	45.527

La tabla 4 se presenta la matriz de estructura factorial de EA, donde se muestra que la extracción de 3 factores se explica en el 45.527.% de la varianza total explicada (V.E.A.), asimismo, se observa que, confirma el modelo teórico del instrumento y los coeficientes de los ítems han sido mayores o iguales a 0.30, por lo tanto, podemos considerar que la prueba es válida.

Tabla 3

Alfa de Cronbach del Inventario SISCO

	Alfa de Cronbach	N de elementos
Estresores	0.689	8
Síntomas	0.913	15
Estrategias de afrontamiento	0.725	6
Estrés académico	0.824	29

La tabla 5 presenta el análisis de confiabilidad de la prueba SISCO de estrés académico, donde se visualiza que tanto para las dimensiones como para el puntaje total de prueba los valores son mayores a 0.60, por lo tanto, es esta muestra estudiada la prueba es confiable.

Escala de Auto- Evaluación de Ansiedad (EAA)

Consiste en un interrogatorio compuesto por 20 frases, afirmaciones o historias, cada una de las cuales hace referencia a un síntoma o rasgo de la ansiedad. Las 20 frases cubren varios síntomas como manifestaciones de trastornos del estado de ánimo y se presentan en una tabla de cuatro columnas con opciones. También la calificación presenta los encabezados: "Rara vez", "A veces", "Muchas veces" y "Casi siempre". A los sujetos les resultó inviable adulterar sus tendencias de respuesta porque el 50% de las preguntas estaban escritas como síntomas positivos y el otro

50% en síntomas negativos.

Hoja de calificación: en la solicitud, se le pide al participante que enmarque la casilla que más describa cómo se ha sentido durante la semana pasada.

Puntuación del instrumento: Para recibir puntos, coloque los valores 1, 2, 3, 4 determinando si el problema es positivo o negativo. Luego suma todos los puntajes, la puntuación total se convierte multiplicado por 100. Al aplicar el Test de Kolmogorov de bondad de ajuste a la curva normal de la Escala de ansiedad de Zung ($p < 0.05$) dato que nos indica una distribución asimétrica no normal, asimismo, al hallar la confiabilidad de la consistencia interna a través del Coeficiente Alfa de Cronbach se obtuvo coeficientes de Confiabilidad cercanos y superiores al criterio de 0.70 (Brown, 1980), ($\alpha = 0,879$).

La validez. El análisis factorial exploratorio reveló que el valor de bondad de ajuste de la muestra de Kaiser Meyer Olkin fue de 0,802 y la prueba de Bartlett fue significativa ($p < 0,001$), explicando el 56,34% de la variación total explicada.

Validez y Confiabilidad en Perú, en nuestro país, Astocondor (2001), como parte de su tesis titulada "Estudio Exploratorio sobre ansiedad y depresión en un grupo de pobladores de comunidades nativas Aguarunas", realizó la adaptación y validez de la escala de autoevaluación de la ansiedad de Zung y de la Escala de Autoevaluación de la Depresión de Zung en una muestra de 100 pobladores de ambos sexos de 14 a 30 años, de siete comunidades nativas aguarunas del departamento de Amazonas.

Tabla 4*Matriz de estructura factorial de ansiedad*

Ítems	D1	D2
1	0.733	
2	0.755	
3	0.608	
4	0.622	
5	0.696	
6		0.588
7		0.635
8	0.648	
9	0.616	
10		0.511
11		0.562
12		0.728
13		0.576
14		0.540
15		0.534
16		0.462
17		0.666
18		0.612
19		0.635
20		0.516
Total	6.417	1.719
V.E. % de varianza	32.086	8.594
V.E.A % acumulado	32.086	40.680

En la tabla 6 se presenta la matriz de estructura factorial de Ansiedad, donde se muestra que la extracción de 2 factores se explica en el 40.680.% de la varianza total explicada (V.E.A.), asimismo, se observa que, confirma el modelo teórico del instrumento y los coeficientes de los ítems han sido mayores a 0.30, por lo tanto, podemos considerar que esta prueba es válida.

Tabla 5*Alfa de Cronbach de ansiedad*

Ansiedad	Alfa de Cronbach	N de elementos
Síntomas somáticos	0.612	7
Síntomas afectivos	0.643	13
Ansiedad	0.712	20

La tabla 7 se muestran los valores de las dimensiones síntomas somáticos y síntomas afectivos, tales como, de la ansiedad total, estos valores supera 0.60, por lo tanto, se considera una prueba confiable.

2.6 Procedimientos

Comenzamos con la elaboración del proyecto de tesis y llevando a cabo es el proceso de elección de pruebas psicológicas para la evaluación de las variables bajo investigación. Además, administra y obtiene las autorizaciones correspondientes de la IE pública Ate-Vitarte. También se utilizó la medición de la cara facial, lo que aseguró el consentimiento y/o el consentimiento informado de los responsables como padres y los estudiantes. Para recopilar respuestas de los cuestionarios.

2.7 Análisis de datos

Inicia con la generación de un documento en el programa Excel para cálculos y generación de una base de datos codificada procedente del acopio de contenido realizada a través de los instrumentos de medición. La base en excel permitió elaborar una base de datos que fue usada por el programa SPSS con el cual se realizó el procesamiento estadístico tanto descriptivo como inferencial para los objetivos de la investigación. En cuanto los descriptivos se buscó comparar las medias y sus diferencias con respecto a las variables sociodemográficas sexo, edad, grado de estudio, así como su prevalencia evidenciada por los niveles. Para decidir que tipo de

pruebas usar paramétrica o no paramétricas se uso la prueba de Kolmogorov que concluyo el estadístico rho de Spearman para hallar la correlación.

2.8 Aspectos éticos

Se consideraron y guiaron la investigación realizada los principios éticos establecidos por la APA para lo cual se hará las citas respectivas y sus referencias. Lo propio con la privacidad de la información personales de los sujetos que libremente accedan a ser parte de la muestra evaluada, en tal sentido no solo la administración asegura el anonimato de cada uno de ellos, sino que asegura que de ninguna manera se atentara contra su bienestar. Al tratarse de menores de edad se comprobará que cada uno tiene la autorización de los responsables o sus padres, prestando especial interés al consentimiento y asentimiento informado, de tal modo que se garantice la justicia y el derecho fundamental de respeto a su bienestar. Se tendrá en cuenta a propósito de la investigación todos los parámetros éticos y las normas de la Universidad en el Código de Ética en Investigación de la Universidad Autónoma del Perú (2020). Respetar la autonomía de las personas, permitirles dilucidar con libertad si quieren participar en la investigación y garantizar que la investigación no dañe a los participantes del estudio, actuar con responsabilidad y seguir las pautas sobre abuso que se indican en el formulario de consentimiento adjuntado los instrumentos de medición utilizados y/o según lo descrito en el formulario de consentimiento informado. Finalmente, se consideró el compromiso de autenticidad de las respectivas empresas y se aceptó la responsabilidad académica y legal de los autores del estudio y respetar los derechos de propiedad intelectual de los autores y cumplir con el informe Turnitin según Ley el presente trabajo se realizará de acuerdo a los principios éticos de toda investigación de acuerdo al art. 5, N° 29733 de la Ley de protección de datos, cumpliendo los principios de consentimiento.

CAPÍTULO III
RESULTADOS

Tabla 6*Estrés académico y sus dimensiones en los estudiantes de Ate Vitarte*

Estrés académico		F	%
Estresores	Severa	29	19,3%
	Moderado	104	69,3%
	Leve	17	11,3%
Síntomas	Severa	24	16,0%
	Moderada	53	35,3%
	Leve	73	48,7%
Estrategias de afrontamiento	Severa	25	16,7%
	Moderada	87	58,0%
	Leve	38	25,3%
Estrés académico	Severa	30	20,0%
	Moderada	83	55,30%
	Leve	37	24,70%

La tabla 8 se presentan los niveles de estrés académico y sus dimensiones, donde se visualiza que predomina el nivel moderado para las dimensiones de la siguiente manera; estresores con el 69.3%, estrategias de afrontamiento con el 58%, para la dimensión síntomas predomina el nivel leve con 48.7%, finalmente, para el puntaje total, podemos visualizar que el nivel moderado se presenta con 55.3%, el nivel leve con 24.7% y el nivel alto con un 20% de estrés académico.

Tabla 7*Ansiedad y sus dimensiones en los estudiantes de Ate Vitarte*

	Ansiedad	F	%
Síntomas somáticos	NA	46	31
	AM	57	38
	AS	42	28
	AM	5	3
Síntomas afectivos	NA	43	29
	AM	73	49
	AS	20	13
	AM	14	9
Ansiedad	NA	41	27
	AM	72	48
	AS	27	18
	AM	10	7

Nota. No hay ansiedad (NA); Ansiedad moderada (AM); Ansiedad severa (AS); Ansiedad máxima (AM).

En la tabla 9 se presenta los niveles de la variable ansiedad y sus dimensiones, donde podemos visualizar que para sus dimensiones síntomas somáticos (38%) y síntomas afectivos (49%) predomina el nivel de ansiedad moderada, en cuanto al puntaje total de ansiedad, podemos visualizar que el 48% de muestra estudiada presenta ansiedad moderada, el 27% no tiene presencia de ansiedad, el 18% obtuvo ansiedad severa y el 7% ansiedad máxima.

Tabla 8*Prueba de normalidad de EA y ansiedad*

	Kolmogorov-Smirnov (KS)		
	Estadístico	N	P
Estrés Académico	0.063	150	,200*
Estresores	0.081	150	0.017
Síntomas	0.123	150	0.000
Estrategias de afrontamiento	0.064	150	,200*
Síntomas físicos	0.149	150	0.000
Síntomas afectivos	0.109	150	0.000
Ansiedad	0.081	150	0.018

La tabla previa enseña los resultados de la aplicación de la prueba de normalidad para la prueba EA y ansiedad por medio del análisis estadístico KS, el cual no presentó una significancia ($p < 0.05$), en la mayoría de las dimensiones, por lo tanto, presenta una distribución no normal y se justifica el uso de estadística no paramétricas para el análisis inferencial.

Tabla 9*Estrés académico y ansiedad en estudiantes de Ate Vitarte*

	Ansiedad	
	<i>Rho</i>	0.018
Estrés Académico	Sig.	0.828
	N	150

La tabla 11 se visualiza la relación entre el estrés académico y la ansiedad, donde se puede evidenciar que no existe relación significativa ($p > ,05$).

Tabla 10*Relación entre las dimensiones del estrés académico y ansiedad*

		Ansiedad	
Estresores	<i>Rho</i>		0.122
	Sig.		0.136
	N		150
Síntomas	<i>Rho</i>		-0.010
	Sig.		0.902
	N		150
Estrategias de afrontamiento	<i>Rho</i>		0.027
	Sig.		0.745
	N		150

La tabla 12, muestra la relación entre las dimensiones del EA y la ansiedad, donde se evidencia que no hay relación entre las dimensiones estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento con el puntaje total de ansiedad.

Tabla 11*Relación entre el EA y las dimensiones de ansiedad*

		Síntomas físicos	Síntomas afectivos
Estrés Académico	<i>Rho</i>	0.064	-0.016
	Sig.	0.434	0.847
	N	150	150

La tabla 13 se presenta la relación entre el estrés académico y las dimensiones de la ansiedad (síntomas físicos y síntomas afectivos), donde se evidencia que no existe relación.

CAPÍTULO IV

DISCUSIÓN

Se propone la finalidad de demostrar la relación entre EA y ansiedad en alumnos de Ate Vitarte, 2023 en una muestra de 150 estudiantes, siendo del primer grado 16,7%, segundo grado 19,3%, tercer grado 34,0%, cuarto grado 8,0% y del quinto grado 22,0%, de la referida institución educativa.

De acuerdo al objetivo general, se visualiza la relación entre el estrés académico y la ansiedad en la muestra estudiada, demuestra que no presenta relación entre las principales variables del estudio ($p > 0.05$). Considerando que en el análisis descriptivo en el estrés académico resultó un nivel moderado (55,30%), y en la ansiedad presentaron la mínima moderada (48%).

Es decir, permite afirmar que ambas variables son independientes que señala presentar un alto nivel de EA en los estudiantes de la muestra estudiada, no producen un alto nivel de ansiedad, teniendo en cuenta que estos estudiantes han desarrollado otras habilidades, destrezas en el ámbito familiar y escolar. Resultado que no coincide con el estudio realizado por Cartulin (2020). En la ciudad de Lima concluye que existe relación entre ansiedad y estrés en estudiantes de secundaria, y con suma urgencia el reconoce los factores ambientales que puedan modificarse, además del reconocimiento y ayuda del personal docente y el constante acompañamiento y compromiso de los padres de familia. Finalmente, estos resultados tienen un fundamento teórico en Barraza (2006) quien define al estrés académico como un proceso sistémico, cuando los estudiantes asumen diversas tareas y responsabilidades denominadas estresantes, sucederá de manera adaptativa y psicológica, lo que puede obligar a los estudiantes a comportarse de manera diferente.

Asimismo, en relación con el objetivo específico 1, conforme al análisis descriptivo en el estrés académico presentaron un nivel moderado (55,30%), también,

en sus dimensiones estresores predomina el nivel moderado; con el 69.3%, en estrategias de afrontamiento el 58% nivel moderado, para los síntomas predomina el nivel leve con el 48.7%, finalmente, para el puntaje total, podemos visualizar que el nivel moderado se presenta con 55.3%, el nivel leve con 24.7% y el nivel alto un 20% de EA. Resultados que tienen relación con lo expresado por Maquera (2020) quien, expresa que las personas utilizan estrategias de afrontamiento para manejar las circunstancias problemáticas y minimizar la tensión causada, siendo el apego a la religión, la capacidad asertiva y la planificación de tareas las de mayor prominencia. Siendo para Lazarus y Folkman (1984) quien sostiene que, las estrategias de afrontamiento son los procesos cognitivos, afectivos y conductuales que buscan controlar los estímulos externos o internos que alteran las facultades antes indicadas del sujeto (Lazarus y Folkman, 1984), Siendo importante este el estudio realizado porque las recomendaciones ayudaran a mejorar niveles estrés académico y las dimensiones.

Igualmente, el objetivo específico 2, los niveles de ansiedad y sus dimensiones, donde podemos visualizar que para sus dimensiones síntomas somáticos (38%) y síntomas afectivos (49%) prevalece la ansiedad mínima a moderada, para el puntaje total de ansiedad, podemos visualizar que el 48% de la muestra estudiada presenta un nivel mínimo a moderado, el 27% no tiene presencia de ansiedad, el 18% presenta una ansiedad severa y el 7% una ansiedad máxima.

Siendo el soporte teórico según Zung (1965) quien a la ansiedad se define como una sensación de miedo, pavor e inquietud que puede provocar sudoración, irritabilidad, nerviosismo y palpitaciones. Muchas veces la causa puede presentarse como una reacción normal al estrés ambiental, dificultades en la escuela, el trabajo, problemas de pareja o familiares, genética: las personas que tienen un familiar con

un trastorno de ansiedad tienen más probabilidades de sufrirlo. Siendo relevante el estudio porque se realizaron recomendaciones que ayudaran a identificar, controlar, y afrontar los estímulos que generan estados ansiosos.

También, al objetivo específico 3, en cuanto a la correlación entre las dimensiones del EA y la ansiedad, donde se evidencia que no existe relación entre las dimensiones estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento con el puntaje total de ansiedad, resultados que se diferencian en lo inferencial de los resultados de Cartulin (2020) la conclusión es que existe un vínculo entre el estrés y la ansiedad de los estudiantes de secundaria, y que existe una necesidad urgente de reconocer los factores ambientales modificables además del reconocimiento y la asistencia de los maestros y el apoyo y compromiso continuo de los padres. Se resalta que, los estudiantes de la muestra de estudio presentaron un nivel moderado de la dimensión de estresores que, permite afirmar que ambas variables son independientes en su comportamiento psicométrico que, se justifica porque la mayoría no presentan niveles de ansiedad, y el fundamento teórico de según Román et al. (2008) las causas del estrés académico es la sobrecarga escolar, realización de exámenes, sobreabundancia de datos, mediaciones orales, plazo demasiado breve para realizar emprendimientos y dificultad para entender lo aclarado en clase, últimas notas entre otras.

Finalmente, en lo que responde al cuarto objetivo específico, En la tabla 13 se presenta la correlación entre las dimensiones de la ansiedad y el estrés académico (síntomas físicos y síntomas afectivos), donde se evidencia que no existe relación. Resultados que, no se asemeja con el estudio de Tijerina et al. (2018) donde concluye que los componentes de esta prueba, depresión, ansiedad y estrés, se asociaron con las asociaciones depresión-ansiedad, ansiedad-estrés y depresión-ansiedad.

encontradas en mujeres, pero la asociación depresión-ansiedad se encontró solo en hombres. Por lo que, se puede afirmar que, las variables son independientes ya que altos niveles de la dimensión síntomas en los estudiantes de la muestra estos no necesariamente evidenciaran altos niveles de ansiedad; resultados que tienen un soporte teórico según Barraza (2007), quien sostiene la dimensión síntomas indican un desequilibrio sistémico manifestado en el individuo a nivel físico, psicológico y comportamental, considerando una perspectiva biopsicosocial. Así, como con lo expresado por Maquera (2020) quien, refiere que las personas utilizan estrategias de afrontamiento para manejar las circunstancias problemáticas y minimizar la tensión causada, siendo el apego a la religión, la capacidad asertiva y la planificación de tareas las de mayor prominencia.

CAPÍTULO V
CONCLUSIONES

- Primera: Que no existe una relación estadísticamente significativa entre el estrés académico y ansiedad, ($p= 0.828 > 0.05$; Rho: 0,018), en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Vitarte, 2023
- Segunda: Que, en el estrés académico presentaron un nivel moderado (55,30%), también, en sus dimensiones estresores predomina el nivel moderado; con el 69.3%, en estrategias de afrontamiento el 58% moderado, para los síntomas predomina nivel leve con el 48.7%, finalmente, para el puntaje total, se visualiza que predomina el nivel moderado con un 55.3%, en la muestra de estudio.
- Tercera: En la ansiedad y sus dimensiones, presentaron en los síntomas somáticos (38%) y síntomas afectivos (49%) el nivel de ansiedad moderada, para el puntaje total de ansiedad, el 48% presentaron ansiedad moderada, el 27% no tiene presencia de ansiedad, el 18% muestra una ansiedad severa y el 7% una ansiedad máxima.
- Cuarta: No existe relación entre las dimensiones síntomas, estresores y estrategias de afrontamiento con el puntaje total de ansiedad en los alumnos de Vitarte.
- Quinto: No presentan relación entre las dimensiones de la ansiedad y el estrés académico (síntomas físicos y síntomas afectivos).

CAPÍTULO VI
RECOMENDACIONES

- Primera: Indicamos, los encargados de la parte psicopedagogía que proponga para el plan educativo institucional - PEI, estrés académico y ansiedad, con temas de identificación de estresores, de síntomas psicológicos, físicos y comportamentales, así como técnicas de manejo de control de emociones y tolerancia a la frustración.
- Segunda: Presentamos al área de psicopedagogía y tutoría de la Institución Educativa prepare y compagine con los encargados del desarrollo de talleres con temas e información de competencia académica saludable, personalidad del docente, distribución del tiempo, que ayuden a mejorar las dimensiones del estrés académico.
- Tercera: Programen, a los responsables del campo psicopedagogía y cohabitación escolar actividades continuas como talleres de contenido de salud integral a nivel físico, comportamental y psicológico, así como trastornos del sueño, habilidad de control, manejo de emociones y tolerancia a la frustración para los alumnos de la muestra de estudio, docentes y padres de familia, para mejorar las dimensiones de ansiedad.
- Cuarta: El área psicopedagogía, los responsables de tutoría y cohabitación escolar realice actividades con talleres presenciales con temas de habilidades sociales, técnicas de resolución de conflictos, inteligencia intrapersonal e interpersonal, que ayuden a mejorar las variables en mención.
- Quinta: Que psicopedagogía y convivencia escolar programen y ejecuten talleres de manejo de la ansiedad objetiva, ansiedad neurótica, técnicas de manejo de ansiedad, de frustración, las dimensiones de la ansiedad.

REFERENCIAS

- Abarca, J. (2022). Análisis comparativo del estrés académico de estudiantes de bachillerato en contextos rurales y urbanos. *Revista Latinoamericana Ogmios*, 3(7),14-25. <https://doi.org/10.53595/rlo.v3.i7061>
- Alabuella, E. C. (2021). *La relación del estrés académico y los roles sociales en estudiantes del programa ABC de bachillerato acelerado de Ambato* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio Pontificia Universidad Católica del Ecuador. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3245/1/77404.pdf>
- Álvarez, M. M. (2021). *Diseño de un corto documental para evidenciar el estrés académico generado por las clases virtuales en los estudiantes del 5to grado de secundaria en el contexto de la pandemia por la covid-19 en una institución educativa privada del distrito de Pachacamac* [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad San Ignacio de Loyola.
- Anaguano, M. L. (2022). *Niveles de estrés académico generado en los estudiantes de segundo año de Bachillerato Técnico de la Institución Educativa Fiscal "Benito Juárez", del cantón Quito en el periodo 2021-2022* [Tesis de pregrado, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio de la Universidad Central del Ecuador. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/28226>
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). *DSM-5: Manual Diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5ª ed.). Médica.
- Astocondor, L. (2001). *Estudio Exploratorio sobre Ansiedad y Depresión en un grupo de pobladores de comunidades nativas aguarunas* [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad San Martín de Porres.
- Barraza, A. (2005) Características del estrés académico de los alumnos de educación superior media superior. *Memoria Electrónica del VII congreso nacional de*

Investigación Educativa, (4), 15-20.

<http://www.upd.edu.mx/PDF/Varios/EstresAcademicoAlumnosMaestria.pdf>

Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110-129.

<https://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/19028>

Barraza, A. (2007). El Inventario SISCO del Estrés Académico. *Investigación Educativa Duranguense*, (7), 89-93.

<https://editorialupd.mx/revistas/index.php/ined/article/view/54>

Báez, K. (2009). Ansiedad: como controlarla. *Guías de educación sanitaria*, (2), 1-16.

https://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/salud_mental/es_4050/adjuntos/ansiedadComoControlarla_c.pdf

Clark, D., & Beck A. (2012). *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad. Ciencia y práctica*. Desclee de Brouwer.

https://www.srmcursos.com/archivos/arch_5847348cec977.pdf

Caldera, J. F., Pulido, B. E., & Martínez, M. G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, (7), 77-82.

https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/7/007_Caldera.pdf

Cartulin, C. M. (2020). *La ansiedad y el estrés en estudiantes de secundaria de una institución educativa pre universitaria y su influencia en el aprendizaje – 2019*.

[Tesis de pregrado no publicada]. Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Carrasco, S. (2019). *Metodología de la investigación científica* (19ª ed.). Editorial San Marcos.

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C (2018). *Metodología de la investigación Las*

rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Editorial Mc Graw Hill Education.

Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). *Research methodology*. McGrawHill.

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

Huamán, G. F. (2021). *Estrés académico y agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa particular de la provincia de Tarma* [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio de la Universidad Señor de Sipán. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/8705>

Hunsley, J., & Marsh, E. J. (2008). Developing criteria for evidence-based assessment: An introduction to assessment that work. In J. Hunsley & E. J. Marsh (Eds.) *A guide to assessments that work* (pp. 3-14). Oxford: Oxford University Press. <https://global.oup.com/academic/product/a-guide-to-assessments-that-work-9780190492243?cc=it&lang=en&>

Maquera, M. (2020). *Depresión y Estrés académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano - Puno, 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional del Altiplano]. Repositorio de la Universidad Nacional del Altiplano. <http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/>

Miranda, J. R., & Santamaría, M. (2019). *Estrés académico y ansiedad frente a los simulacros tipo exámenes de admisión de los estudiantes de un centro pre-universitario en Ate Vitarte – Lima, 2019* [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad Privada TELESUP.

Mendiola, J. (2010). *El manejo del estrés académico en estudiantes universitarios: una propuesta de intervención* [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad Nacional Autónoma de México.

Organización Mundial de la Salud. (2018). *La inversión en el tratamiento de la depresión y ansiedad*. OMS.

<https://www.who.int/mediacentre/news/releases/2016/depression-anxiety-treatment/es/>.

Rivera, D. A. (2022). *El estrés académico y su relación con la agresividad en estudiantes de bachillerato general unificado* [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad Técnica de Ambato.

Rojas, E. (2014). *Como superar la ansiedad*. Ediciones: Temas de Hoy; sello editorial de Planeta.

Rosales, J. (2016). *Estrés académico y hábitos de estudio en universitarios de la carrera de psicología de un centro de formación superior privada de LIMA-SUR* [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad de formación superior privada de LIMA-SUR.

Román, C. A., Ortiz, F., & Hernández, Y. (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*, 7(46),1-8. <https://rieoei.org/RIE/article/view/1911>

Sánchez, H., & Reyes, C. (2015). *Metodología y Diseños en la Investigación Científica* (2ª ed.). Business Support Aneth.

Santamaría, F. S. (2021). *Factores asociados a depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de secundaria de la I. E. José Jacobo Cruz Villegas-Catacaos, durante la pandemia por covid-19* [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad Nacional de Piura.

Tijerina, G., González, GE. & Gómez N. (2018). Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de nuevo ingreso a la educación superior. *Salud Pública Nutr.* 17(4), 41-47. <https://respyn.uanl.mx/index.php/respyn/article/view/399>

Tobal (1996). *La ansiedad*. Guías Prácticas: Psicología y bienestar.

Zung, W. (1971). Un instrumento de calificación para los trastornos de ansiedad.

Psicosomática, (12), 371–379. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/5172928/>

ANEXOS
ANEXO 1. Matriz de consistencia

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	INSTRUMENTO	METODOLOGÍA
<p>Problema general ¿Existe relación entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución académica de Ate-Vitarte?, 2023?</p> <p>Problemas específicos ¿Existe niveles moderados de estrés académico y de sus dimensiones en los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Ate Vitarte, 2023? ¿Existe niveles de estrés académico y sus dimensiones en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Ate Vitarte, 2023? ¿Existe relación entre las dimensiones del estrés académico y la ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa publica de Vitarte, 2023? ¿Existe relación entre el estrés académico y las dimensiones de la ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Ate-Vitarte, 2023?</p>	<p>Objetivo general Demostrar la relación entre estrés académico y ansiedad en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Ate Vitarte, 2023.</p> <p>Objetivos específicos Identificar los niveles de la ansiedad y sus dimensiones en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Ate Vitarte, 2023, Identificar los niveles de estrés académico y sus dimensiones en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Ate Vitarte, 2023. Determinar la relación entre las dimensiones de estrés académico y la ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa publica de Vitarte, 2023, Determinar la relación entre el estrés académico y las dimensiones de la ansiedad. en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Ate-Vitarte, 2023,</p>	<p>Hipótesis general Existe relación entre el estrés académico y ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución académica de Ate-Vitarte. Hipótesis específicas Existe relación entre las dimensiones de estrés académico y la ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa publica de Vitarte, 2023, Existe relación entre el estrés académico y las dimensiones de la ansiedad. en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Ate-Vitarte, 2023,</p>	<p>Variable 1. Estrés académico Dimensiones: Estrésores Síntomas Estrategias de afrontamiento</p> <p>Variable 2 Ansiedad Dimensiones Síntomas somáticos Síntomas afectivos</p>	<p>Población Fue de 150 estudiantes.</p> <p>INSTRUMENTOS: INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO DE SISCO</p> <p>ESCALA DE ANSIEDAD DE LA ESCALA WILLIAM ZUNG</p>

ANEXO 2. Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONA L	DIMENSIONES	INDICADORES	NUMERO DE ITEMS	NIVELES Y RANGOS
ESTRÉS ACADEMICO	El estrés académico es un proceso sistémico que ocurre de manera adaptativa y psicológica cuando los estudiantes universitarios se enfrentan a una variedad de tareas y responsabilidades llamadas factores estresantes que hacen que los estudiantes se comporten de forma distinta. Esto permite encontrar un balance entre ambos (Barraza, 2006).	El nivel de estrés académico se midió a través del instrumento Inventario de Estrés Académico SISCO. (Barraza, 2007).	Estresores	<ul style="list-style-type: none"> ▶ El competir con los compañeros del grupo. ▶ Sobrecarga de trabajos universitarios. ▶ El carácter del profesor. ▶ Las evaluaciones de los profesores. ▶ El tipo de trabajo que te piden los profesores. ▶ No entender los temas que se abordan en clase. ▶ Participación en clase. ▶ Tiempo limitado para hacer el trabajo. 	1,2,3,4, 5,6,7,8	Leve = – 33% ▶ moderada = 34 -66% ▶ severa= 67 - 100%

	Trastornos en el sueño.	
Síntomas: Físico, psicológico y comportamental es	· Fatiga Crónica.	9,10,11,
	· Dolores de cabeza o migraña	12,13,14
	· Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.	15, 16, 17,
	· Rascarse, morderse las uñas, frotarse.	18, 19
	· Somnolencia o mayor necesidad de dormir	20, 21, 22, 23
	· Conflicto o tendencia para discutir.	24, 25, 26, 27,
Estrategias de afrontamiento	· Aislamiento de los demás.	28, 29
	· Desgano para realizar las labores universitarias.	
	– Aumento o reducción del consumo de alimentos.	

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	NUMERO DE ITEMS	NIVELES Y RANGOS	
ANSIEDAD	Lazarus (1976) manifiesta que la variable ansiedad es un fenómeno que se presenta en todas las personas y de forma normales, mejora el rendimiento y la adecuación a situaciones sociales, laborales o académicas.	El nivel de ansiedad se midió utilizando puntuaciones derivadas de la Escala de Ansiedad Zung (EAA). Por tanto, una puntuación más alta en la escala indicará un mayor nivel de ansiedad.	Síntomas somáticos	● Intranquilidad	6,7,10, 11, 12, 13, 14, 15, 16 17, 18, 19, 20	25 a 40: No hay ansiedad	
				● Temblores			
				● Mareos			
				● Náuseas, vómitos, Bochornos			
				● Palpitaciones		-41 a 60: Ansiedad moderada	
				● Desmayos			
				● Pesadillas			
				● Tendencia a la fatiga y debilidad			
				● Transpiración, Insomnio			-61 a 70: Ansiedad severa
				● Frecuencia urinaria			
● Dolores y molestias corporales							
	71 a 100: Ansiedad máxima						

**Síntomas:
Afectivos**

- Desintegración mental y físico 1, 2, 3, 4, 5,
 - Ansiedad 8, 9.
 - Miedo
-

ANEXO 2. Instrumentos de recolección de datos

INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO DE SISCO

POR: ARTURO BARRAZA MACIAS

DATOS GENERALES:

Edad: _____ Fecha: _____ Grado de
Instrucción _____ sexo _____

INSTRUCCIONES:

A continuación, se le presenta un conjunto de preguntas marque con una (X) la respuesta que cree conveniente con responsabilidad y atendiendo a las indicaciones específicas. El propósito de este trabajo es recoger información sobre la influencia del estrés en el rendimiento académico. La información recogida guarda absoluta confidencialidad bajo responsabilidad de los investigadores.

Las preguntas serán respondidas de acuerdo a las siguientes alternativas:

NUNCA	RARA VEZ	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
1	2	3	4	5

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

Marque con una X, la frecuencia con que las siguientes actividades lo estresan o tensan:

Dimensión: Estresores	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1- El competir con los compañeros del grupo.					
2- Sobrecarga de trabajos escolar.					
3- El carácter del profesor.					
4- Las evaluaciones de los profesores.					
5- El tipo de trabajo que te piden los profesores.					
6- No entender los temas que se abordan en Clase					
7- Participación en clase.					
8- Tiempo limitado para hacer el trabajo.					

A continuación, marque con un aspa "X" la frecuencia con la que experimentaste los siguientes síntomas físicos, psicológicos y comportamentales cuando estabas estresado.

Síntomas Físicas	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
9- Trastornos en el sueño.					
10- Fatiga Crónica.					
11- Dolores de cabeza o migraña.					
12- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
13- Rascarse, morderse las uñas y frotarse.					
14- Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
Síntomas Psicológicas					
15- Inquietud.					
16- Sentimientos de depresión o tristeza.					
17- Ansiedad, angustia o desesperación.					
18- Problemas de concentración.					
19- Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.					
Síntomas Comportamentales					
20- Conflicto o tendencia a discutir.					
21- Aislamiento de los demás.					
22- Desgano para realizar las labores escolares.					
23- Aumento o reducción del consumo de alimentos.					

A continuación, marque con un aspa "X" la frecuencia con la que utilizaste las siguientes estrategias de afrontamiento cuando estabas estresado.

Dimensión: estrategias de afrontamiento	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
---	-------	----------	---------------	--------------	---------

24. Habilidad asertiva (defender tus ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
25. Elaboración de un plan y ejecución de las tareas.					
26. Elogios así mismo.					
27. La religiosidad (orar u asistir a misa).					
28. Búsqueda de información sobre la situación.					
29. Conversar acerca de la situación que le preocupa.					

ANEXO 3. Instrumentos de recolección de datos

ESCALA DE ANSIEDAD DE LA ESCALA WILLIAM ZUNG

Instrucciones: Estimado estudiante a continuación se le presenta una serie de ítems (interrogantes), léelas con atención y marque con una X en una de las casillas, según sea su vivencia. Tus respuestas serán de mucha importancia para nuestra investigación.

N	Indicadores	Nunca o Casi Nunca	A veces	Con bastante frecuencia	Siempre o casi siempre
1	Me siento más nervioso(a) y ansioso(a) que de costumbre.				
2	Me siento con temor sin razón.				
3	Despierto con facilidad o siento pánico.				
4	Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos.				
5	Siento que todo está bien y que nada malo puede suceder.				
6	Me tiemblan las manos y las piernas.				
7	Me mortifican los dolores de la cabeza, cuello o cintura.				
8	Me siento débil y me canso fácilmente.				
9	Me siento tranquilo(a) y puedo permanecer en calma fácilmente.				
10	Puedo sentir que me late muy rápido el				

	corazón.				
11	Sufro de mareos.				
12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar.				
13	Puedo inspirar y expirar fácilmente				
14	Se me adormecen o me hincan los dedos de las manos y pies.				
15	Sufro de molestias estomacales o indigestión.				
16	Orino con mucha frecuencia.				
17	Generalmente mis manos están secas y calientes.				
18	Siento Bochornos.				
19	Me quedo dormido con facilidad y descanso durante la noche				
20	Tengo Pesadillas.				

Anexo 4.

CONSENTIMIENTO INFORMADO EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

Instituciones: Universidad Autónoma del Perú

Investigadores: Katty Ursula Hinostroza Hinostroza

Título: Estrés académico y ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Vitarte, 2023”

Propósito del estudio

Lo invitamos a participar en un estudio llamado: **“Estrés académico y ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Vitarte, 2023**

”. Este es un estudio desarrollado por investigadores de la Universidad Autónoma del Perú, El propósito de este estudio es Demostrar la relación entre estrés académico y ansiedad en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Ate Vitarte, 2023. Su ejecución ayudará a identificar los niveles de estrés académica y ansiedad en los estudiantes y como se relacionan. Asimismo, permitirá recomendar a la identificación de estímulos estresores y de ansiedad, así como controlar y reducir esta problemática. conocerá los niveles de estrés académico, de ansiedad y como interactúan e influyen en su salud

Procedimientos

Si usted decide participar en este estudio, se le realizará lo siguiente:

Se le entregara las siguientes preguntas en cuestionarios para que respondan:

- Inventario de estrés académico de SISCO de Arturo Barraza Macías
- Escala de Ansiedad de William Zung

La entrevista/encuesta puede demorar unos 45 minutos y Los resultados de los instrumentos aplicados se le entregarán a usted en forma grupal o almacenarán respetando la confidencialidad y el anonimato, como parte del secreto profesional.

Riesgos

Su participación en el estudio no tiene ningún riesgo para su salud física, psicológica ni social, siendo esta colaboración de forma voluntaria, pudiendo retirarse en el desarrollo de la prueba a responder.

Beneficios

Usted se beneficiará porque conocerá los niveles de estrés académico, de ansiedad y como interactúan e influyen en su salud a nivel físico, psicológico y social. Siendo de beneficio porque se recomendarán estrategias para poder controlar los agentes estresores, así como los estados de ansiedad, con técnicas de control, manejo y modificación de conductas, así como de los estados de ansiedad.

Costos e incentivos

Usted no deberá pagar nada por la participación en los llenados de las escalas de medición. Tampoco recibirá ningún incentivo económico, a cambio de su participación.

Confidencialidad

El estudio y la aplicación de los instrumentos es de carácter confidencial se guarda la información con códigos y no con nombres. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de los participantes. Sus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio.

Derechos del paciente

Si usted se siente incómodo durante el momento que está respondiendo a los instrumentos de medición, podrá retirarse de este en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin perjuicio alguno. Si tiene alguna inquietud o molestia, no dude en preguntar al personal del estudio. Puede comunicarse con Katty Ursula Hinostroza Barzola, teléfono: 949067036 o con Yreneo Eugenio Cruz Telada (teléfono: 989094820 docente asesor de investigación de la Universidad Norbert Wiener.

CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio. Comprendo qué cosas pueden pasar si participo en el estudio. También entiendo que puedo decidir no participar, aunque yo haya aceptado y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento. Por lo que, de forma voluntaria firmo este consentimiento/asentimiento informado.

Participante

Nombres:

DNI:

Investigador

Nombres: Katty Ursula Hinostroza Barzola

DNI:48437820

Anexo 5. Validación de los instrumentos de investigación

**VALIDEZ DEL CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTOS DE LA ESCALA DE ESTRÉS
ACADEMICO SISCO DE BARRAZA MACIAS**

Ítems

<u>Dimensiones</u>		Pertinencia¹		Relevancia²		Claridad³		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
1.	El competir con los compañeros del grupo.	x		x		x		
2.	Sobrecarga de trabajos escolar	x		x		x		
3.	El carácter del profesor.	x		x		x		
4.	Las evaluaciones de los profesores.	x		x		x		
5.	El tipo de trabajo que te piden los profesores.	x		x		x		
6.	No entender los temas que se abordan en clase	x		x		x		
7.	Participación en clase.	x		x		x		
8.	Tiempo limitado para hacer el trabajo.	x		x		x		
9.	Trastornos en el sueño.	x		x		x		
10	Fatiga Crónica.	x		x		x		
11	Dolores de cabeza o migraña.	x		x		x		
12	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.	x		x		x		
13	Rascarse, morderse las uñas y frotarse	x						
14	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.	x		x		x		
15	Inquietud.	x		x		x		
16	Sentimientos de depresión o tristeza.	x		x		x		
17	Ansiedad, angustia o desesperación.	x		x		x		
18	Problemas de concentración.	x		x		x		
19	Sentimientos de agresividad o Aumento de irritabilidad.	x		x		x		
20	Conflicto o tendencia a discutir.	x		x		x		
21	Aislamiento de los demás.	x		x		x		

22	Desgano para realizar las labores escolares.	x		x		x		
23	Aumento o reducción del consumo de alimentos.	x		x		x		
24	Habilidad asertiva (defender tus ideas o sentimientos sin dañar a otros).	x		x		x		
25	Elaboración de un plan y ejecución	x		x		x		
26	Elogios así mismo.	x		x		x		
27	La religiosidad (orar o asistir a misa)	x		x		x		
28	Búsqueda de información sobre la situación.	x		x		x		
29	Conversar acerca de la situación que le preocupa.	x		x		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:

Cruz Telada, Yreneo Eugenio

DNI: 09946516

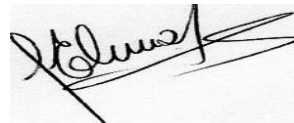
Especialidad del validador: Psicólogo de la Salud

.Lima, 14 de Julio del 2023

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo



Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada

DOCTOR EN PSICOLOGIA

Firma del Validador

<u>Dimensiones</u>		Pertinencia¹		Relevancia²		Claridad³		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
1.	El competir con los compañeros del grupo.	x		x		x		
2.	Sobrecarga de trabajos escolar	x		x		x		
3.	El carácter del profesor.	x		x		x		
4.	Las evaluaciones de los profesores.	x		x		x		
5.	El tipo de trabajo que te piden los profesores.	x		x		x		
6.	No entender los temas que se abordan en clase	x		x		x		
7.	Participación en clase.	x		x		x		
8.	Tiempo limitado para hacer el trabajo.	x		x		x		
9.	Trastornos en el sueño.	x		x		x		
10	Fatiga Crónica.	x		x		x		
11	Dolores de cabeza o migraña.	x		x		x		
12	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.	x		x		x		
13	Rascarse, morderse las uñas y frotarse	x						
14	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.	x		x		x		
15	Inquietud.	x		x		x		
16	Sentimientos de depresión o tristeza.	x		x		x		
17	Ansiedad, angustia o desesperación.	x		x		x		
18	Problemas de concentración.	x		x		x		
19	Sentimientos de agresividad o Aumento de irritabilidad.	x		x		x		
20	Conflicto o tendencia a discutir.	x		x		x		
21	Aislamiento de los demás.	x		x		x		
22	Desgano para realizar las labores escolares.	x		x		x		
23	Aumento o reducción del consumo de alimentos.	x		x		x		

24	Habilidad asertiva (defender tus ideas o sentimientos sin dañar a otros).	x		x		x		
25	Elaboración de un plan y ejecución	x		x		x		
26	Elogios así mismo.	x		x		x		
27	La religiosidad (orar o asistir a misa)	x		x		x		
28	Búsqueda de información sobre la situación.	x		x		x		
29	Conversar acerca de la situación que le preocupa.	x		x		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): ____ SI HAY SUFICIENCIA

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:

Ysabel Virginia Pariona Navarro

DNI: 10219341

Especialidad del validador: Psicóloga Educativa

Lima, 14 de diciembre del 2023

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

FIRMA DEL VALIDADOR

Ysabel V. Pariona Navarro
Psicóloga
Esp. Terapia de Lenguaje
C.P.P. N° 9421

Anexo 6: Ficha de validación de contenido por Juicio de Expertos de la Escala de Ansiedad de Zung

Ítems

DIMENSIÓN 1: PSICOLÓGICAS		Pertinencia¹		Relevancia²		Claridad³		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
1.	Me siento más intranquilo y nervioso que de costumbre	x		x		x		
2.	Me siento atemorizado sin motivo.	x		x		x		
3.	Me altero o me angustio fácilmente.	x		x		x		
4.	Siento como si me estuviera deshaciendo en pedazos.	x		x		x		
5.	Creo que todo está bien. Que no va a pasar nada malo	x		x		x		
DIMENSIÓN 2: SOMÁTICAS								
6.	Me tiemblan los brazos y piernas.	x		x		x		
7.	Sufro dolores de cabeza, del cuello y de la espalda.	x		x		x		
8.	Me siento débil y me canso fácilmente.	x		x		x		
9.	Me siento tranquilo y me es fácil quedarme quieto.	x		x		x		
10.	Siento que el corazón me late a prisa.	x		x		x		
11.	Sufro mareos	x		x		x		
12.	Me desmayo o siento que voy a desmayarme.	x		x		x		
13.	Puedo respirar fácilmente.	x		x		x		
14.	Se me duermen y arquean los dedos de las manos y de los pies.	x		x		x		
15.	Sufro dolores de estómago o indigestión	x		x		x		
16.	Tengo que orinar con mucha frecuencia.	x		x		x		
17.	Generalmente tengo las manos secas y calientes.	x		x		x		
18.	La cara se me pone caliente y roja.	x		x		x		

19.	Me duermo fácilmente y descanso bien por la noche	x		x		x		
20.	Tengo pesadillas	x		x		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:

Cruz Telada, Yreneo Eugenio

DNI: 09946516

Especialidad del validador: Psicólogo de la Salud

.Lima, 14 de Julio del 2023

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo



Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada

DOCTOR EN PSICOLOGIA

Firma del Validador

Ítems

DIMENSIÓN 1: PSICOLÓGICAS		Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
1.	Me siento más intranquilo y nervioso que de costumbre	x		x		x		
2.	Me siento atemorizado sin motivo.	x		x		x		
3.	Me altero o me angustio fácilmente.	x		x		x		
4.	Siento como si me estuviera deshaciendo en pedazos.	x		x		x		
5.	Creo que todo está bien. Que no va a pasar nada malo	x		x		x		
DIMENSIÓN 2: SOMÁTICAS								
6.	Me tiemblan los brazos y piernas.	x		x		x		
7.	Sufro dolores de cabeza, del cuello y de la espalda.	x		x		x		
8.	Me siento débil y me canso fácilmente.	x		x		x		
9.	Me siento tranquilo y me es fácil quedarme quieto.	x		x		x		
10.	Siento que el corazón me late a prisa.	x		x		x		
11.	Sufro mareos	x		x		x		
12.	Me desmayo o siento que voy a desmayarme.	x		x		x		
13.	Puedo respirar fácilmente.	x		x		x		
14.	Se me duermen y arquean los dedos de las manos y de los pies.	x		x		x		
15.	Sufro dolores de estómago o indigestión	x		x		x		
16.	Tengo que orinar con mucha frecuencia.	x		x		x		
17.	Generalmente tengo las manos secas y calientes.	x		x		x		
18.	La cara se me pone caliente y roja.	x		x		x		
19.	Me duermo fácilmente y descanso bien por la noche	x		x		x		
20.	Tengo pesadillas	x		x		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): ____ SI HAY SUFICIENCIA

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:

Ysabel Virginia Pariona Navarro

DNI: 10219341

Especialidad del validador: Psicóloga Educativa

Lima, 14 de diciembre del 2023

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


FIRMA DEL VALIDADOR

Ysabel V. Pariona Navarro
Psicóloga
Esp. Terapia de Lenguaje
C.P.P. N° 9421