

Relación entre ansiedad y estrés académico en los estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG de San Juan de Pasto

Antonio Gabriel Cuatin Vallejo

Universidad CESMAG
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Programa de Psicología
San Juan de Pasto
2024

Relación entre ansiedad y estrés académico en los estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG de San Juan de Pasto

Antonio Gabriel CuatinVallejo

Mg. Christian Zambrano

Asesor

Hugo Campaña

Edgar Zuñiga

Jurados

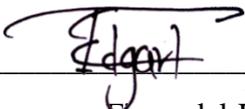
Universidad CESMAG
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Programa de Psicología
San Juan de Pasto

NOTA DE ACEPTACIÓN



MARÍA MARGARITA ARTURO ESPAÑA

Firma presidente del Jurado



Firma del Jurado



Firma del Jurado

San Juan de Pasto, 13 de junio del 2024.

NOTA DE EXCLUSIÓN DE RESPONSABILIDAD INTELECTUAL

El pensamiento que se expresa en esta obra es de exclusiva responsabilidad de sus autores y no compromete la ideología de la Universidad CESMAG.

Agradecimientos

En primer lugar, quiero expresar mi más profundo agradecimiento a Dios, fuente de sabiduría y fortaleza. Como dice en Proverbios 3:5-6: "Confía en el Señor con todo tu corazón y no te apoyes en tu propia inteligencia; reconócelo en todos tus caminos, y él allanará tus sendas." Esta enseñanza me ha guiado durante todo este proceso, recordándome que, confiando en Dios y entregándole mis esfuerzos, los caminos se abren y los obstáculos se superan.

A mi madre, Eugenia Del Carmen Vallejo Hernández, mi mayor pilar y fuente inagotable de amor. Gracias por ser mi guía y mi refugio, por tus sacrificios y por creer en mí incluso en los momentos en que yo mismo dudaba. Tu fortaleza, dedicación y amor incondicional han sido la luz que me ha guiado en este camino, y es a ti a quien dedico este logro académico.

A mi familia, que siempre ha estado a mi lado brindándome su apoyo. Cada uno de ustedes ha contribuido a mi formación personal y profesional. Sus palabras de aliento, su comprensión en los momentos difíciles y su fe en mis capacidades han sido fundamentales para alcanzar este proceso.

Finalmente, quiero expresar mi gratitud a mi asesor, Christian Zambrano, por su orientación, paciencia y sabiduría. Su compromiso con mi formación académica y su disposición para compartir su conocimiento y experiencia han sido invaluable. Gracias por guiarme en este proceso.

Contenido

	Pág.
Resumen.....	9
Introducción	10
Tema de investigación	11
Campo de aplicación.....	11
Línea de investigación.....	12
Planteamiento del problema.....	12
Formulación del problema	16
Justificación	16
Objetivos.....	18
Objetivo general.....	18
Objetivos específicos	18
Marco de referencia.....	19
Marco de antecedentes	19
Ansiedad	19
Estrés Académico.....	21
Ansiedad y estrés académico	23
Marco contextual.....	25
Macro contexto	25
Micro contexto	27
Marco teórico-conceptual	28
Ansiedad	28
Estrés.....	31
Ansiedad y estrés académico	36
Metodología	38
Método	38
Tipo de estudio.....	38
Población y muestra	39
Muestreo	39

Criterios de inclusión y exclusión.....	40
Criterios de inclusión	40
Criterios de exclusión.....	40
Operacionalización de variables.....	41
Técnicas e instrumentos de recolección de información.....	45
Cuestionario socio demográfico.....	48
Elementos éticos y bioéticos	49
Resultados	50
Descripción general del método de análisis	50
Procesamiento de la información	51
Descriptivo sociodemográfico	51
Género.....	51
Semestre	52
Descriptivo por variable.....	52
Tablas cruzadas	59
Discusión.....	65
Conclusiones	71
Recomendaciones	74
Apéndices.....	76
Instrumentos de recolección de información	76
Referencias.....	81
Anexos	85
Matriz de investigaciones	85
Cuestionario sociodemográfico	100
Consentimiento informado.....	100

Índice de tablas

	Pág.
Tabla 1. Distribución de la muestra	37
Tabla 2. Matriz de operacionalización de las variables	38
Tabla 3. Frecuencia de estudiantes por edad.....	48
Tabla 4. Frecuencia de estudiantes por género	48
Tabla 5. Frecuencia de estudiantes por semestre	49
Tabla 6. Estadísticos por variable	49
Tabla 7. Nivel de ansiedad estado.....	50
Tabla 8. Nivel de ansiedad rasgo	50
Tabla 9. Nivel de estrés académico.....	56
Tabla 10. Descripción cuantitativa de ansiedad estado	51
Tabla 11. Descripción cuantitativa de ansiedad rasgo	51
Tabla 12. Descripción cuantitativa de estrés académico.....	52
Tabla 13. Pruebas de normalidad de las variables	53
Tabla 14. Correlación de variables	55
Tabla 15. Nivel de ansiedad estado según edad.....	55
Tabla 16. Nivel de ansiedad rasgo según edad	56
Tabla 17. Nivel de estrés académico según la edad.....	57
Tabla 18. Nivel de ansiedad estado según género	58
Tabla 19. Nivel de ansiedad rasgo según género	59
Tabla 20. Nivel de estrés académico según género	59
Tabla 21. Nivel de ansiedad estado según semestre	60
Tabla 22. Nivel de ansiedad rasgo según semestre	60
Tabla 23. Nivel de estrés académico según semestre	61

Resumen

La ansiedad y el estrés académico son fenómenos comunes entre los estudiantes universitarios, que pueden tener un impacto negativo en la salud mental y el bienestar de los estudiantes, afectando su rendimiento académico y su calidad de vida en general. Por ende, la investigación tuvo como objetivo general: analizar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el estrés académico en estudiantes de psicología. A través de un enfoque descriptivo-correlacional, transversal. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo y el Inventario Sistémico Cognoscitivo del Estrés Académico. En una muestra de 122 estudiantes de psicología de noveno y décimo semestre. Hipótesis 1: existe una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la ansiedad y el estrés académico. Hipótesis 0: no existe una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la ansiedad y el estrés académico.

Los resultados principales mostraron una correlación positiva débil pero significativa entre la ansiedad estado y el estrés académico. Sin embargo, entre la ansiedad rasgo y el estrés académico indicaron una muy poca correlación. Esto sugiere que los niveles de ansiedad estado están relacionados con el nivel de estrés académico experimentado por los estudiantes en los semestres cursados.

En conclusión, los hallazgos de esta investigación sugieren que existe una relación entre la ansiedad estado y el estrés académico en estudiantes universitarios de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología. Estos resultados resaltan la importancia de abordar tanto la ansiedad como el estrés académico en el contexto universitario para promover la salud mental y el bienestar de los estudiantes.

Palabras claves: Ansiedad, Estrés, Estudiante universitario.

Introducción

El presente proyecto tuvo como objetivo principal analizar la relación existente entre la ansiedad estado-rasgo y el estrés académico en los estudiantes que se encuentran en noveno y décimo semestre del Programa de Psicología en la Universidad CESMAG, ubicada en San Juan de Pasto. Este estudio se enfocó en un período académico crucial en la vida de los estudiantes, en el que deben hacer frente a una carga académica significativa, que incluye la finalización de materias, prácticas profesionales y, de manera especialmente intensiva, la elaboración de un trabajo de grado. Además, se añade la presión de aprobar un requisito de grado, esencial desde el programa para obtener el título profesional en Psicología.

La investigación con estudiantes de los últimos semestres sobre la ansiedad y el estrés académico revistió una importancia en la comprensión y abordaje de los desafíos que enfrenta esta población durante la trayectoria final de la carrera profesional, porque estos niveles avanzados de estudio no solo representan un período académico crítico, sino también un momento en el cual los impactos de la ansiedad y el estrés pueden manifestarse de manera significativa, esta situación puede afectar tanto su bienestar psicológico como su desempeño académico (Muñoz, Muñoz, Osorio y Marín, 2012). La combinación de múltiples responsabilidades y la necesidad de demostrar su competencia a través del trabajo de grado pueden generar tensiones significativas en los estudiantes. Por lo tanto, es esencial abordar esta problemática y comprender mejor sus dimensiones para ofrecer apoyo psicológico y académico.

Por consiguiente, los estudiantes que presenta altos niveles de estrés por un periodo prolongado pueden afectar su rendimiento académico y provocar un desequilibrio sistémico. Por ende, los efectos pueden ser; en lo cognitivo, problemas de concentración, sentimientos de depresión e inquietud, en lo físico desde cefaleas tensionales, problemas digestivos y fatiga crónica, en lo conductual, trastorno en el sueño, onicofagia, conflictos sociales, aislamiento social y desgano para realizar labores académicas (Silva, López y Meza. 2020). Investigar estos aspectos proporcionará información valiosa para desarrollar estrategias efectivas de apoyo psicológico y académico, promoviendo un entorno educativo más saludable y propicio para el desarrollo integral de los estudiantes.

Para llevar a cabo este análisis, se utilizó dos referentes teóricos clave. En primer lugar, la teoría de ansiedad de Spielberger (1972), que permite evaluar la ansiedad en función de los estados y rasgos de los estudiantes. En segundo lugar, se utilizó el modelo sistémico

cognoscitivista de Barraza (2007) del estrés académico, que se centra en las dimensiones cognitivas y emocionales del estrés relacionadas con el ámbito académico. El modelo permite caracterizar al estrés académico como un estado psicológico de la persona y definido por tres componentes sistémicos: los estresores, los indicadores del desequilibrio sistémico o situación estresante y las estrategias de afrontamiento.

La metodología utilizada en este proyecto es cuantitativa de tipo correlacional. Se llevó a cabo un estudio transversal no experimental, lo que significa que se recopiló los datos en un momento específico sin intervenir en las variables de estudio. Se aplicó dos instrumentos para recopilar información; el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (I-DARE) y el Inventario Sistémico Cognoscitivo del Estrés Académico (I-SISCO). Estos instrumentos permitieron medir tanto la ansiedad como el estrés académico en los estudiantes, así como identificar posibles correlaciones entre ambas variables.

Tema de investigación

La ansiedad estado-rasgo y estrés académico en los estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG de San Juan de Pasto.

Campo de aplicación

Esta investigación se encuentre orientada hacia el campo clínico, debido a que se enfocó en aspectos relacionados con problemas y/o trastornos psicológicos, considerando la definición del Colegio Colombiano de Psicólogos (2023):

La psicología clínica aplica el conocimiento y las habilidades, las técnicas y los instrumentos proporcionados por la psicología y ciencias a fines a las anomalías, los trastornos y a cualquier otro comportamiento humano relevante para el bienestar individual principalmente, con la finalidad de evaluar, diagnosticar, tratar, modificar o prevenir estos en los distintos contextos en que los mismos puedan manifestarse. (p.7)

Los problemas y trastornos psicológicos pueden ejercer un impacto significativo en los estudiantes universitarios. La presión académica, pueden contribuir al surgimiento o exacerbación de dificultades emocionales y mentales entre los estudiantes. Por tal razón, la investigación estuvo dirigida hacia los estudiantes del Programa de Psicología de los últimos semestres que desempeñan diferentes actividades establecidas en el pensum académico, que corresponden a la finalización de materias, inicio de prácticas profesionales y la presentación del trabajo de grado, por ende, son semestres con una alta carga académica por las actividades que se deben cumplir.

Basado en este postulado, se obtuvo datos relevantes sobre la ansiedad y estrés académico de los estudiantes, en este caso de la etapa final del proceso académico, analizando así el estado emocional al cual se enfrentan y así analizar el comportamiento de ambas variables (ansiedad estado-rasgo/estrés académico).

Línea de investigación

La investigación fue dirigida hacia la línea denominada Psicología Clínica y de la Salud, dado que se enmarca por las directrices Grupo Perspectivas Psicológicas (2019):

Un área de especialización de la psicología, la cual se interesa en la investigación y el tratamiento de la conducta anormal, por lo tanto, busca la integración de dos campos de especialización separados, previamente existentes: la primera dedicada a los trastornos considerados clásicamente clínicos o mentales y centrada en los tratamientos; y la segunda a los fenómenos y trastornos psicológicos relacionados con los problemas médicos o de salud en general, centrándose también en la prevención y promoción de la salud, añadiendo la perspectiva social en todos los casos. (p. 20)

El estudio investigativo buscó generar un impacto tanto a nivel regional como nacional, por su contribución al entorno, profundizar en aspectos relacionados con el bienestar psicológico de los estudiantes y su relación con la salud en la dimensión física, emocional y psicológica.

Planteamiento del problema

La psicología clínica desempeña un papel crucial en la comprensión y abordaje de los problemas y trastornos psicológicos que pueden surgir en contextos universitarios. En este entorno, los estudiantes a menudo enfrentan desafíos únicos relacionados con el rendimiento académico, adaptativos y de tensión emocional, especialmente en sus últimos semestres. En este punto de su educación, los estudiantes se enfrentan a una carga académica abrumadora, que incluye la finalización de materias, prácticas profesionales y, de manera particularmente intensiva, la elaboración de un trabajo de grado, combinado con la presión de aprobar el trabajo de grado como requisito para obtener el tan anhelado título profesional.

Este período, aunque académicamente enriquecedor, también puede presentar un alto nivel de ansiedad y estrés académico entre los estudiantes, como lo menciona Muñoz, *et al*, (2012) la práctica profesional y el trabajo de grado a menudo generan ansiedad y estrés académico en los estudiantes, lo que, sumado a otras responsabilidades, puede aumentar los niveles de ansiedad y estrés académico (p.55). Para Mojica (2023) los factores de salud mental, como el estrés, la ansiedad, la depresión, el burnout académico, el insomnio, entre otros, se han identificado como

los principales problemas relacionados con el bajo rendimiento académico (p.63). Las anteriores situaciones que atraviesan los estudiantes pueden deteriorar la salud mental, por ende, el rendimiento académico. La ansiedad y el estrés académico pueden manifestarse en síntomas que afectan la salud mental de los estudiantes. Por eso, la importancia de comprender la relación entre estos dos factores radica en su potencial para afectar negativamente la salud mental y, por ende, el bienestar general de los estudiantes del Programa de Psicología.

El problema se identifica a través de varios indicadores. La carga académica es un factor crucial, de las cuales se las que se encuentra en los últimos semestres; finalización de materias, el inicio de la práctica profesional y desarrollar un trabajo de grado, se convierte en un peso académico considerable para los estudiantes. Los semestres finales se caracterizan por ser una de las etapas donde el estudiante debe tener mayor compromiso con sus actividades académicas. Pero también por ser un momento donde la ansiedad y el estrés académico puede presentarse de manera significativa afectando el rendimiento académico del estudiante (Muñoz, *et al.*, 2012). Cabe resaltar que los últimos semestres del programa de psicología tienen la particularidad de estar en prácticas profesionales y desarrollando el trabajo de grado. Por tanto, solo se identifica la carga académica, sin mencionar, las situaciones personales de cada estudiante por la que esté atravesando.

Por lo anterior, la ansiedad según Spielberger (1972) es una reacción emocional desagradable producida por un estímulo externo, que es considerada por el individuo como amenazador, produciendo cambios fisiológicos y conductuales en el sujeto (como se citó en Ríes, *et al*, 2012). La manifestación de la ansiedad en condición de exacerbación, puede afectar el normal desempeño y rendimiento académico de los estudiantes, al perturbar la realización de las actividades académicas, por la presencia de la sintomatología cognitiva, emocional y conductual. La ansiedad con manifestación clínica, está relacionada con alteraciones y repercusiones negativas en la salud de las personas que lo experimentan. El desequilibrio de la salud mental del estudiante puede darse en situaciones académicas como respuestas anticipatorias situaciones percibidas como amenaza futura, provocando trastornos físicos (insomnio, tensión muscular, cefalea, entre otros), con relación a un peligro futuro y comportamientos cautelosos o evitativos (DSM-5, 2014) agravándose aún más por la carga académica.

Por otro lado, el estrés académico hace parte del contexto universitario, al cual los estudiantes están expuestos a presentar altos niveles de estrés académico por la sobrecarga de los trabajos, las

evaluaciones, actividades académicas y el tiempo limitado (Silva, *et al*, 2020). Por lo anterior, según Barraza (2008) el estrés académico “es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico” (p.277). Esta aproximación conduce a reconocer tres componentes sistémicos procesuales del estrés académico; estímulos estresores (input), síntomas (indicadores del desequilibrio sistémico) y estrategias de afrontamiento (output). Es decir, el alumno se ve sometido, en contextos académicos, a una serie de demandas que, tras ser valoradas como estresores (input), provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio) que obligan al alumno a realizar acciones de afrontamiento (output) (Barraza, 2010).

El estrés en el DSM- 5 (2014) considera que, en muchos casos, los síntomas se pueden entender dentro de un contexto basado en el miedo y la ansiedad. Sin embargo, las personas que han estado expuestas a situaciones o eventos estresantes exhiben un fenotipo que muestra como su característica clínica más importante son los síntomas anhedónicos y disfóricos, exteriorizadas en síntomas de enfado y hostilidad (p.265). De lo anterior, el estrés académico es una respuesta psicológica y emocional negativa que a menudo se experimenta en contextos educativos debido a la carga y las demandas de las actividades académicas. Aunque el estrés académico en sí mismo no se considera un trastorno en el DSM-5, sus síntomas pueden superponerse con varios trastornos de ansiedad y depresión. Los individuos que experimentan estrés académico pueden manifestar síntomas como nerviosismo excesivo, irritabilidad, dificultades para concentrarse, cambios en el apetito y alteraciones en el sueño, que son características comunes en trastornos de ansiedad y depresión.

Dado que la ansiedad y estrés es un tema relevante, es importante reconocerlos en el contexto educativo para prevenir la aparición de trastornos mentales más graves. De este modo, la ansiedad y el estrés denota su índice de prevalencia en la población colombiana, pues, el tema de salud mental es de gran importancia, ya que hay una presencia de trastornos de ansiedad en el territorio nacional, y el estrés como problema de salud pública, así como lo menciona el Ministerio de Salud (2021), indicó que en 2015, en Colombia, el DANE realizó la Encuesta de Salud Mental, utilizando el Cuestionario de Síntomas (SRQ) en adolescentes y adultos. Se identificó que el 12,2% de los adolescentes presentaron síntomas de problemas mentales en el último año, con una prevalencia del 4,4% para cualquier trastorno mental. La fobia social (3,4%) y los trastornos de ansiedad (3,5%) fueron los más comunes. En Nariño, se registraron 139,700

casos de atención en salud mental, con una tasa de 8.2 casos por cada 100 habitantes. Además, el estrés fue la segunda causa más frecuente de consulta e intervención, representando el 22% de los casos analizados según la CIE-10.

También, se puede ver reflejado en como el programa de psicología generó una amnistía académica mediante el acuerdo 017 de 2023, donde considera viable la modificación parcial y transitoria del artículo 25 del Acuerdo 002 de 2012. La amnistía académica acogió aquellos estudiantes del programa que hayan aprobado la totalidad del plan de estudios entre los periodos 2012-1 a 2022-2 y que no hayan completado los requisitos de grado. Es decir, que no hayan cumplido con el trabajo de grado para optar por el título de psicólogo(a) y que puedan graduarse a través de un diplomado como modalidad de grado. De lo anterior, implica que estudiantes que corresponden a los periodos mencionados aplazaron, postergaron, no aprobaron el trabajo de grado y que a través de la amnistía académica la gran mayoría lograron exitosamente la obtención del título profesional, lo que resulta en una deficiencia en el entorno educativo, omitiendo así, la realización del trabajo de grado particularidad de los últimos semestres en el que pueden presentar el trabajo de grado.

La relación entre la ansiedad y el estrés académico es un tema de gran importancia en la vida de los estudiantes. El estrés académico es la respuesta del cuerpo a las demandas y presiones relacionadas con las actividades educativas, como exámenes, proyectos y plazos de entrega. La ansiedad, por otro lado, es una reacción emocional frente al estrés. El estrés académico y la ansiedad se retroalimentan. El estrés puede desencadenar ansiedad, y la ansiedad puede aumentar el estrés, creando un ciclo perjudicial (Rodríguez y Céspedes 1999, citado por Galán y Camacho en 2012). De lo anterior, Moposita en su investigación (2022) indica la correlación significativa entre los niveles de ansiedad y el estrés académico y menciona que el aumento en los niveles de ansiedad se relaciona directamente con un aumento en los niveles de estrés académico.

En síntesis, se evidencia la prevalencia y relación entre las variables mencionadas, sin embargo, en el contexto regional existe un vacío de conocimiento en el tema abordado, debido a la falta de investigaciones que hagan dicha correlación, además, de la desactualización de indicadores nacionales y regionales sobre la ansiedad y estrés académico. Por lo anterior, el presente estudio desde el enfoque cuantitativo correlacional permitió recopilar datos que se utilizó para analizar la relación de la ansiedad estado-rasgo y estrés académico a través de instrumentos estandarizados y validados, lo cuales determinaron las tendencias en los niveles de

ansiedad estado-rasgo y estrés académico de los estudiantes universitarios y con ello, aportó al vacío de información a nivel regional, al reconocimiento de la problemática existente que afecta de manera directa la salud mental.

Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre ansiedad estado- rasgo y estrés académico en los estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG de San Juan de Pasto?

Hipótesis

Hipótesis de trabajo: Existe relación entre la ansiedad estado-rasgo y estrés académico.

Hipótesis nula: No existe relación entre la ansiedad estado-rasgo y estrés académico.

Justificación

La investigación sobre la relación entre ansiedad y estrés académico en estudiantes universitarios es un tema de gran relevancia, puesto que diferentes investigaciones mostraron la prevalencia de la ansiedad y estrés académico en estudiantes universitarios, evidenciando que la ansiedad y el estrés académico son dos problemas que afectan el rendimiento académico y la salud mental de los estudiantes (Angulo, Alonso y Ramírez, 2021). Fue esencial investigar esta relación para analizar cómo las variables de ansiedad estado-rasgo y estrés académico se correlacionan.

Aunque se han realizado investigaciones previas sobre la ansiedad y el estrés académico, esta investigación se centró en la población de estudiantes universitarios de los últimos semestres, analizando los niveles y dimensiones específicas de cada instrumento. De manera que, la ansiedad fue abordada desde Spielberger (1972), distinguiendo a la ansiedad como estado y/o rasgo. Especificando a los estudiantes con elevados niveles de ansiedad-rasgo tienden a experimentar más ansiedad en situaciones sociales que perciben como amenazantes y los estudiantes con ansiedad estado depende del grado en que la situación específica es percibida como amenazadora o peligrosa. Por otro lado, el estrés académico fue planteado desde Barraza (2008), refiriendo al proceso adaptativo y psicológico que ocurre en contextos académicos cuando los estudiantes perciben demandas estresantes.

Además, la viabilidad de este estudio se basó en la accesibilidad a los instrumentos estandarizados y validados en contexto nacional. De igual forma, se contó con los permisos de uso y el aval de la Universidad CESMAG para realizar el debido proceso de investigación. Del

mismo modo, se contó con una muestra representativa de estudiantes pertenecientes al Programa de Psicología, siendo uno de las primeras investigaciones actualizadas en el tema.

Los hallazgos de esta investigación fueron pertinentes, para los posibles diseños de programas de promoción y prevención y políticas universitarias que promuevan un ambiente académico saludable y propicio para el desarrollo integral de los estudiantes de psicología, por lo que la atención a la salud mental durante los últimos semestres es fundamental para fomentar el éxito académico de los futuros profesionales de la Universidad CESMAG.

El estudio buscó contribuir a la sociedad, al abordar un problema de salud mental cada vez más prevalente en la población estudiantil. También, aportó a la psicología clínica al proporcionar nuevas perspectivas sobre cómo mejorar el bienestar emocional de los estudiantes, a una mejor la calidad de vida y, en instancia, su éxito académico. Por esta razón, esta investigación sobre la relación entre ansiedad y estrés académico en estudiantes universitarios tuvo como objetivo analizar un problema en la educación superior. En conclusión, los resultados de este estudio beneficiaron a los estudiantes, educadores y profesionales de la salud mental, al proporcionar una base sólida para el desarrollo de estrategias de apoyo y políticas educativas más efectivas.

Objetivos

Objetivo general

Analizar la relación entre ansiedad estado-rasgo y estrés académico en los estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG de San Juan de Pasto.

Objetivos específicos

Identificar el nivel de ansiedad estado con el estrés académico en los estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG de San Juan de Pasto.

Identificar el nivel ansiedad rasgo con el estrés académico en los estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG de San Juan de Pasto.

Marco de referencia

Marco de antecedentes

Se realizó una búsqueda de investigaciones a nivel internacional, nacional y regional sobre el tema de ansiedad y estrés académico en universitarios a través de las bases de datos como: Dianet, Redalyc, Scielo, Google académico, Scopus, revista de psicología UNIMAR, Plataforma EBSCO, plataforma SIREN y en los repositorios institucionales pertenecientes a las siguientes universidades; Universidad Mariana (UNIMAR), Universidad CESMAG (UNICESMAG) y Universidad de Nariño (UDENAR). Es importante mencionar que la búsqueda de documentos se realizó a partir de los siguientes filtros: estudios realizados en los últimos diez años, y que contengan en sus palabras claves; “ansiedad”, “estrés académico”, “universitarios”. De lo anterior, a continuación, se presentan las investigaciones más relevantes sobre ansiedad, estrés académico y su relación. (Ver anexo 1).

La finalidad de los siguientes apartados es presentar varios trabajos de investigación de carácter internacional, nacional y regional, que se encuentran organizadas por el tema.

Ansiedad

En primer lugar, se encuentra la investigación internacional realizada en el país de Chile, titulado: *Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud* de Castillo, Chacón y Díaz (2016), con el objetivo de determinar los niveles de ansiedad e identificar las fuentes generadoras de estrés académico en los universitarios. Esta investigación empleó un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo de corte transversal no experimental, utilizando el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (I-DARE) y el Inventario de Estrés Académico (IEA) en una muestra de 154 estudiantes de segundo de la Facultad de Medicina. Los resultados indicaron que los estudiantes de enfermería mostraron mayores niveles de ansiedad estado y ansiedad rasgo que los estudiantes de tecnología médica. También, las tres principales fuentes de estrés resultaron ser: sobrecarga académica, falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas y realización de un examen. Se concluyó, en la presencia de altos índices de ansiedad en los estudiantes de enfermería (Castillo, *et al*, 2016).

En segundo lugar, se encuentra la investigación nacional realizada en Medellín, titulado: *Relación de los niveles de ansiedad entre los diferentes cursos de los estudiantes de psicología de la Universidad Cooperativa de Colombia* de Duran (2023), con el objetivo de describir los niveles de ansiedad que se presentan a lo largo de la carrera de psicología. Esta investigación empleó un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo de corte transversal, utilizando el Inventario

de Ansiedad Estado-Rasgo (I-DARE), en una muestra de 51 estudiantes universitarios pertenecientes a primer, quinto y octavo semestre. Los resultados mostraron que se encontró relación de los niveles de ansiedad estado y ansiedad rasgo según el género. Se concluyó, que la ansiedad estado es superior en mujeres, que en los hombres. (Duran, 2023).

En tercer lugar, se encuentra la investigación regional realizada en Nariño, titulado: *Ansiedad en psicólogos practicantes de la Universidad de Nariño, promoción 2003-2004 al ejercer su rol terapéutico en la intervención clínica individual* de Álava y Galvis (2004), con el objetivo de identificar las respuestas de ansiedad que manifiestan los estudiantes practicantes. Esta investigación empleó un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo de corte transversal no experimental, utilizando la Escala de Reporte de Ansiedad para Psicólogos Practicantes (ERAPSI), en una muestra de 36 estudiantes que realizan las prácticas clínicas profesionales. Los resultados indican la prevalencia de respuestas de ansiedad en el sistema cognitivo, seguido por el psicofisiológico. Teniendo en cuenta las características evaluadas en el sistema cognitivo, se puede concluir, que existe una mayor tendencia en las respuestas de ansiedad de los psicólogos practicantes hacia la inferencia arbitraria (Álava y Galvis, 2004).

Basándose en las investigaciones anteriores, éstas proporcionan información sobre la presencia de ansiedad en los estudiantes universitarios. Tanto el estudio de Álava y Galvis (2004), de Castillo, *et al* (2016) y de Duran (2023), revelaron índices de ansiedad en esta población. En el estudio de Álava y Galvis (2004) resalta la prevalencia de respuestas de ansiedad, especialmente en el sistema cognitivo, con una notable tendencia hacia la anticipación y la inferencia arbitraria. Estos hallazgos son de particular relevancia, ya que ilustran los desafíos emocionales y cognitivos que enfrentan los profesionales de la psicología durante su formación práctica. Por otro lado, el estudio de Castillo, *et al* (2016), destaca la presencia de altos índices de ansiedad estado y rasgo en los estudiantes de enfermería que los estudiantes de enfermería en comparación con los de tecnología médica. Por último, en el estudio de Duran (2023), se encontró que las mujeres presentaban niveles más altos de ansiedad en comparación con los hombres.

En conclusión, las investigaciones destacan la importancia de abordar la ansiedad en los estudiantes universitarios ya que el bienestar emocional es relevante para el exitoso proceso académico. Los estudiantes universitarios por el contexto académico están expuestos a experimentar ansiedad, que sin una adecuada gestión puede generar ansiedad severa u otros

problemas de salud mental. Por una parte, continuando con las investigaciones, los siguientes trabajos contienen el tema de estrés académico.

Estrés Académico

En primera instancia, se encuentra la investigación internacional realizada en el país de México, titulado: *Estrés académico en estudiantes universitarios* de Silva, López y Columba (2022), con el objetivo de determinar el nivel de estrés en estudiantes universitarios. Esta investigación empleó un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo correlacional, utilizando el Inventario SISCO del Estrés Académico (I-SISCO), en una muestra de 255 estudiantes representada por estudiantes universitarios de los programas educativos; licenciatura en enfermería y genómica e ingeniería en petroquímica y nanotecnología. Los resultados revelaron que existe un alto índice de estudiantes con un nivel de estrés moderado, asimismo, se identificó que los estímulos estresores más frecuentes son; las evaluaciones de los profesores, la sobrecarga de trabajos, actividades académicas y el tiempo limitado. Se concluyó, la presencia de estrés académico en estudiantes universitarios debido a sucesos estresantes durante la carrera (Silva, *et al*, 2020).

En segunda instancia, se encuentra la investigación nacional realizada en Medellín, titulado: *Estrés académico en estudiantes universitarios* de Restrepo, Sánchez y Castañeda (2020), con el objetivo de analizar el estrés académico en estudiantes universitarios. Esta investigación empleó un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo de corte transversal, utilizando el Inventario SISCO del Estrés Académico (I-SISCO), en una muestra de 450 estudiantes de tres universidades de Medellín y el Valle de Aburrá. Los resultados, en su mayor porcentaje, están entre el nivel medio de estrés académico, debido a la sobrecarga de tareas y trabajos, el tiempo limitado para hacer los trabajos y el tipo de trabajos que asignan los profesores fueron, en este orden, las tres situaciones y condiciones que con mayor frecuencia generaron estrés en los estudiantes. Se concluyó, la presencia de estrés académico en las tres universidades, siendo la categoría de situaciones y condiciones estresantes la principal generadora de estrés académico (Restrepo, *et al*, 2020).

En tercera instancia, se encuentra la investigación regional realizada en Pasto, titulado: *Influencia de la realización del trabajo de grado en el estrés académico de estudiantes que transitan de sexto a octavo semestre del programa de psicología en la institución universitaria CESMAG* de Betancourt, Pérez y Rivas (2018), con el objetivo de determinar la influencia de la realización del trabajo de grado y estrés académico de los estudiantes que transitan de sexto a octavo. Esta investigación empleó un enfoque cuantitativo de tipo explicativo de corte

longitudinal, no experimental, utilizando el Inventario SISCO del Estrés Académico (I-SISCO), en una muestra de 49 estudiantes de sexto, séptimo y octavo semestre. Los resultados, se evidencia la presencia de nivel bajo, moderado y severo de estrés académico en los estudiantes. Siendo el séptimo semestre el mayor índice de estudiantes (39) con estrés académico, al verse sometidos a una nueva carga académica o nuevo estresor como el trabajo de grado. Se concluyó que, si existe influencia de la realización de trabajo de grado con el estrés académico, ya que, a medida de la realización del trabajo de grado, incremento significativamente la presencia y los niveles de estrés académico (Betancourt, *et al*, 2018).

En última instancia, se encuentra otra investigación regional realizada en Pasto, orientada a la construcción de una prueba psicológica por los estudiantes de Universidad de Nariño, denominada: *Construcción y validación de una prueba psicológica para medir la respuesta de estrés académico (PREA) en estudiantes de pregrado de la Universidad de Nariño sede Torobajo de Dorado y Zúñiga* (2010), con el objetivo de construir y validar una prueba que mida estrés académico en estudiantes de pregrado de la Universidad de Nariño. Esta investigación empleó un enfoque cuantitativo de tipo instrumental de corte transversal con una muestra de 405 estudiantes de algunos programas de pregrado de la Universidad de Nariño. La investigación arrojó que el instrumento obtuvo un índice de confiabilidad de 0,89 de alfa de Cronbach y unos índices de consistencia interna por encima de 0,7 según rho de Spearman, obteniendo de su aplicación con seguridad, resultados capaces de ser analizados contrastados a la luz de la teoría y la práctica que posiblemente puedan considerarse para lograr un diagnóstico complejo (Dorado y Zúñiga, 2010).

De las anteriores investigaciones sobre el estrés académico, se menciona que las evaluaciones de los profesores, la sobrecarga de trabajos, tiempo limitado y otras actividades académicas puede generar efectos negativos en la salud y el rendimiento académico de los estudiantes. Tanto el estudio de Betancourt, *et al* (2018), el de Restrepo, *et al* (2020) y de Silva, *et al* (2020), revelaron la presencia niveles de estrés académico en esta población. En el estudio de Betancourt, *et al* (2015), evidenció la relación del trabajo de grado con el estrés académico e influyó significativamente en los niveles de estrés académico de los estudiantes. Por otro lado, el estudio de Restrepo, *et al* (2020), revela la presencia de estrés académico en diferentes universidades, debido a la sobrecarga de trabajos, el tiempo limitado y el tipo de trabajo que generaron estrés académico en los estudiantes. Por último, en el estudio de Silva, *et al* (2020), se encontró que existe un alto índice de estudiantes universitarios con niveles moderados de estrés. Siendo

nuevamente las evaluaciones de los profesores, la sobrecarga de trabajos, actividades académicas, y el tiempo limitado, los factores estresantes más comunes.

En conclusión, las investigaciones resaltan la prevalencia del estrés académico entre los estudiantes universitarios, especialmente generadas por las condiciones y situaciones estresantes en el contexto universitario. Por otra parte, los siguientes trabajos contienen la correlación entre ansiedad y estrés académico.

Ansiedad y estrés académico

Para iniciar, se encuentra la investigación internacional realizada en el país de Ecuador, titulado: *La ansiedad y su relación con el estrés académico en estudiantes de las carreras de psicología clínica y enfermería* de Moposita (2022), con el objetivo de identificar la relación entre el nivel de ansiedad y el nivel de estrés académico en estudiantes universitarios. Esta investigación empleó un enfoque cuantitativo de tipo correlacional de corte transversal no experimental, utilizando el Inventario Sistémico Cognoscitivo (I-SISCO) del Estrés Académico y el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) en una muestra de 169 estudiantes pertenecientes a las Carreras de Psicología Clínica y Enfermería. Los resultados revelaron que la mayoría de los estudiantes presentó niveles altos tanto de ansiedad como de estrés académico. Se concluyó que existe correlación moderada fuerte directa entre las variables, es decir a mayor nivel de ansiedad, mayor nivel de estrés académico en estudiantes universitarios de Psicología y Enfermería (Moposita, 2022).

Se continúa, con la investigación nacional realizada en Medellín, titulado: *La ansiedad y su relación con el estrés académico en estudiantes de las carreras de psicología clínica y enfermería* Aburrá de Muñoz, Muñoz, Osorio y Marín (2012), con el objetivo de establecer las relaciones entre la ansiedad y el estrés académico de los estudiantes de octavo semestre que están realizando trabajo de grado y práctica profesional en el programa de psicología. Esta investigación empleó un enfoque cuantitativo de tipo correlacional de corte transversal, utilizando el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) y el Inventario SISCO del estrés académico en una muestra de 110 estudiantes de psicología de octavo semestre. Los resultados establecieron una correlación estadísticamente significativa de grado fuerte y positiva entre la ansiedad y el estrés académico. Es decir, cuando los niveles de ansiedad aumentan también lo hace el estrés académico. Por lo que se concluye, que en los estudiantes de psicología que se encuentran realizando el trabajo de grado y práctica profesional se relacionan significativamente influyendo en la realización de ambas actividades (Muñoz, *et al*, 2012).

Se prosigue, con la investigación nacional realizada en Valledupar, titulado: *Niveles de ansiedad y estrés generados por las prácticas profesionales de manera remota en estudiantes de 9 y 10 semestre del programa de psicología de la Fundación Universitaria del Área Andina de Angulo, Alonso y Ramírez (2021)*, con el objetivo de determinar los niveles de ansiedad y estrés generados por las prácticas profesionales en los estudiantes. Esta investigación empleó un enfoque cuantitativo de tipo correlacional de corte transversal, utilizando el Inventario de ansiedad Estado-Rasgo (I-DARE) y el Inventario SISCO del estrés académico (I-SISCO), en una muestra de 82 estudiantes de psicología pertenecientes a los semestres de noveno y décimo. Los resultados establecieron relación entre los niveles de ansiedad y estrés académico por las prácticas profesionales. Se concluyó, que los factores que activan los síntomas de ansiedad y estrés académico, están asociados a sobrecargas académicas, el tiempo limitado en la entrega de trabajo y el carácter de los docentes (Angulo, *et al*, 2021).

De las anteriores investigaciones sobre la ansiedad y estrés académico, señala la presencia de ansiedad y estrés académico, generados en los universitarios. Diversas situaciones estresantes pueden generar efectos adversos en la salud y el rendimiento académico de los estudiantes. Tanto el estudio Muñoz, *et al* (2012), Angulo, *et al* (2021), y de Moposita (2022), revelaron la presencia niveles de ansiedad y de estrés académico en universitarios. En el estudio de Muñoz, *et al* (2012), revela la correlación estadísticamente significativa entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes de octavo semestre que están desarrollando su trabajo de grado y prácticas profesionales. Es decir, que el aumento en los niveles de ansiedad se asocia con un aumento en el estrés académico, lo que influye en la realización de estas actividades académicas.

Siguiendo con el estudio de Angulo, *et al* (2021), destaca que las prácticas profesionales generan niveles significativos de ansiedad y estrés académico en estudiantes de noveno y décimo semestre del programa de Psicología. Así, los síntomas de ansiedad están relacionados con la sobrecarga académica, el tiempo limitado para la entrega de trabajos y el estilo de los docentes. Por último, en el estudio de Moposita (2022), revela la correlación significativa entre los niveles de ansiedad y el estrés académico en estudiantes de psicología. En otras palabras, un aumento en los niveles de ansiedad se relaciona directamente con un aumento en los niveles de estrés académico en estos estudiantes.

En conclusión, las investigaciones demostraron consistentemente que existe una relación significativa entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes universitarios, particularmente

en aquellos que se encuentran en situaciones desafiantes, como la realización de prácticas profesionales y el trabajo de grado. Además, factores como la sobrecarga académica, la presión de tiempo y el estilo de los docentes pueden contribuir a la exacerbación de estos niveles de ansiedad y estrés académico. Estos hallazgos destacan la importancia de abordar tanto la ansiedad como el estrés académico en el entorno universitario y la necesidad de implementar estrategias de apoyo y manejo del estrés para mejorar el bienestar de los estudiantes.

Para finalizar, no se encontró investigaciones a nivel regional que aborden específicamente la relación entre la ansiedad y el estrés académico. A pesar de la creciente importancia de la salud mental en el ámbito educativo, hay un vacío en la investigación científica regional sobre la correlación de las variables de ansiedad y estrés académico. Esta ausencia de trabajos regionales destaca la necesidad de investigar.

Marco contextual

Macro contexto

De acuerdo con lo establecido en el Proyecto Educativo Institucional (PEI) de la Universidad CESMAG (2020):

Es una institución de educación superior de carácter privado, de utilidad común, organizada como fundación sin ánimo de lucro, con personería jurídica, autonomía académica, administrativa y financiera, facultada para adelantar programas de formación en ocupaciones, profesiones o disciplinas, programas de especialización, maestrías, doctorados y posdoctorados de conformidad con la legislación colombiana y en el marco de la filosofía personalizante y humanizadora de su fundador Padre Guillermo de Castellana, con rica espiritualidad Franciscano Capuchina y el Carisma de Santa María Goretti (p. 7).

Es una universidad colombiana ubicada en la ciudad de Pasto, busca “la formación integral y bienestar de la persona humana, con espíritu crítico, ético y reflexivo, capaz de comprender y ayudar a la solución de problemas, desde su campo de acción, esto para construir una sociedad justa, solidaria y respetuosa” (Universidad CESMAG, 2020, p. 25).

La Universidad fue fundada por el sacerdote católico Guillermo de Castellana, tiene el nombre de Santa María Goretti, y cuenta con cinco facultades (Ciencias Sociales y Humanas, Ingeniería, Arquitectura y Bellas Artes, Ciencias Administrativas y Contables, Educación) que ofrecen un total de 12 programas de pregrado y 5 programas de posgrado (Universidad CESMAG, 2020). De

los cuales según el informe de gestión 2022 hay aproximadamente 11.919 estudiantes matriculados, y 3.818 egresados desde 2020 a 2022. La sede principal de la Universidad CESMAG se encuentra ubicada contextualmente en la Carrera 20a # 14-54, de la ciudad de Pasto.

Su misión es promover la formación integral de profesionales con espíritu crítico, ético y reflexivo, capaces de comprender y solucionar problemas desde su campo de acción profesional con perspectiva global, a través de la docencia, la investigación e innovación y la proyección social (Universidad CESMAG, 2020). Guiado según lo establecido en el PEI, la Universidad CESMAG (2020) promueve una serie de aprendizajes básicos que permiten a los miembros de la comunidad educativa, convertirse en gestores de espacios en un ambiente de fraternidad y participación, dando lugar a la potencialización de la razón del ser humano y la cultura entorno a la paz. De esta forma, consideran como principios que configuran el “ethos” académico y necesarios e inspiradores de la educación superior, los mostrados a continuación:

Dios. Fuente suprema y fundamento de todo cuanto existe, que orienta y guía el caminar de todos los seres de la naturaleza.

La persona humana. Sujeto principal del accionar educativo, capaz de establecer una relación comunicativa consigo mismo, con sus semejantes, con la naturaleza y con Dios, y una alta estimación de la diferencia, la diversidad y el respeto por la dignidad.

La ciencia. Constituida por el conocimiento científico del mundo, permite su comprensión y transformación, es aprovechada en la formación y el desempeño profesional para contribuir a un mejor estar de las personas, la sociedad y la naturaleza.

El servicio. Entendido como la voluntad de servir a los otros de forma desinteresada, libre y espontánea, con fraternidad, solidaridad y una actitud permanente de cooperación.

Espiritualidad franciscana – capuchina. Invitación a vivir en la sencillez, la humildad, la solidaridad y la fraternidad como virtudes heredadas del pensamiento de San Francisco de Asís.

Espiritualidad Gorettiana. Promueve la pureza como limpieza en los pensamientos, en las palabras y actos; el sacrificio y el perdón como virtudes legadas de santa María Goretti.

Conservación de la naturaleza. Como principio enseña sobre la preservación, respeto y cuidado de la naturaleza, incluye a lo humano y su desarrollo como ser natural, para una convivencia armónica con el medio ambiente.

Conservación de la naturaleza. Como principio enseña sobre la preservación, respeto y cuidado de la naturaleza, incluye a lo humano y su desarrollo como ser natural, para una convivencia armónica con el medio ambiente (Universidad CESMAG, 2020, p. 22).

Micro contexto

En el contexto académico, el programa de psicología desempeña un papel fundamental en la comprensión y abordaje de los desafíos que enfrentan los estudiantes a lo largo de su educación. Específicamente, en el noveno y décimo semestre del programa de Psicología, donde los estudiantes se encuentran en la fase final de su formación profesional, la presión y las demandas académicas pueden intensificarse, lo que lleva a la necesidad de explorar de manera más profunda cómo estos factores afectan a este grupo particular de estudiantes.

La interrelación de la orientación teórica y epistemológica del programa de Psicología con el modelo pedagógico de la Universidad CESMAG se observa en el propósito de formación: “Formar ciudadanos y profesionales con espíritu crítico y calidad humana, comprometidos con la transformación social desde la ciencia psicológica, a partir de las dinámicas propias de los contextos y sus particularidades, promoviendo la inclusión social y el respeto por la diferencia” y en los principios curriculares de “flexibilidad, transversalidad, interdisciplinariedad, interculturalidad e internacionalización” (Universidad CESMAG, 2023).

El noveno semestre del programa de psicología se caracteriza desde su malla curricular el abordaje de 17 créditos académicos, que compete a; electiva general V, prácticas profesionales I, seminario de profundización I, seminario de psicología aplicada I e inglés IV, siendo prácticas profesiones que le corresponde 7 créditos académicos con 21 horas de trabajo semanal. y décimo con 7 créditos, que compete prácticas profesionales II. Además, en ambos semestres pueden desarrollar y presentar el trabajo de grado como requisito de grado.

Marco teórico-conceptual

La presente investigación fue enfocada en un contexto educativo con diversos factores que pueden relacionarse con el rendimiento académico, deserción y trastornos de la salud mental. La ansiedad y estrés académico, están ligados directamente al contexto académico en el cual se encuentran los estudiantes universitarios, por ende, son las variables de las cuales direccionaron esta investigación.

Ansiedad

La ansiedad es un tema que le compete a la psicología, por ende, el siguiente párrafo hace referencia a diferentes autores que han abordado la ansiedad desde diferentes perspectivas. Aquí está una relación entre los autores y sus definiciones:

La ansiedad, se caracteriza como anticipatoria hacia un estímulo cuando se percibe un peligro o amenaza. Así como para Barlow (2002) señalo que es “una emoción orientada hacia el futuro, caracterizada por las percepciones de incontrolabilidad e impredecibilidad con respecto a sucesos potencialmente aversivos y con un cambio rápido en la atención hacia el foco de acontecimientos potencialmente peligrosos o hacia la propia respuesta afectiva ante tales sucesos” (p.104). Esto implica un rápido cambio de atención de hacia eventos que se perciben como peligrosos o hacia las propias respuestas emocionales ante tales eventos. Por una parte, Beck (1985), señala “la ansiedad es una respuesta emocional provocada por el miedo. En consecuencia, el miedo es la valoración del peligro; la ansiedad es el estado de sentimiento negativo evocado cuando se estimula el miedo”. Es decir, la ansiedad es el estado emocional negativo que surge cuando se percibe una amenaza. También, Spence y Spence (1966), indica que “existe una relación entre la ansiedad causada por la prueba y el grado de dificultad de la tarea a ejecutar”. lo que sugiere que la ansiedad puede variar en función de la complejidad. Otra parte, Sadin y Chorot (2003) citado por Galán y Camacho (2012), refiere que “la característica más llamativa de la ansiedad es su carácter anticipatorio, es decir, posee la capacidad de prever o señalar el peligro o la amenaza” (p.122), lo que a menudo lleva a una respuesta ansiosa antes de que ocurra el evento en cuestión. En general, la ansiedad alude a la combinación de distintas manifestaciones físicas y psicológicas que no son atribuibles a peligros reales, sino que se manifiestan como crisis, o bien como un estado persistente. Algunas veces, tiene manifestaciones parecidas en donde se aprecian pensamientos de peligro, sensaciones de aprensión, reacciones fisiológicas y respuestas motoras; además, se considera un mecanismo evolucionado de adaptación (Galán y Camacho, 2012).

En conclusión, la ansiedad es una emoción compleja que abarca una gama de respuestas emocionales y cognitivas, y su aparición y desarrollo pueden estar influenciados por diversos factores, como la percepción de control, la anticipación de peligro y la valoración del miedo. Esta comprensión multifacética de la ansiedad es fundamental para abordar de manera efectiva esta investigación. Cabe resaltar que en este trabajo no busca estigmatizar a la ansiedad, Por lo tanto, la finalidad es no suprimir la ansiedad, sino aprender a gestionarla.

Hay muchos posibles causantes de la ansiedad. A menudo se inicia durante los períodos de estrés psíquico o físico. Las causas de la ansiedad para García y Nogueras (2013), se convierte en un problema cuando los síntomas son:

- a) Graves y desagradables
- b) Durabilidad
- c) Frecuentes
- d) Si aparecen ante situaciones que realmente no deberían ser estresantes
- e) Incapacitan
- f) Personalidad

Como se menciona anteriormente, la ansiedad es una respuesta ante una situación que se percibe como peligrosa o amenazante, depende del individuo como perciba la situación. Por ende, la ansiedad afecta en lo psicológico, comportamental y fisiológico (García y Nogueras 2012).

Pensamiento. Cuando no se controla la ansiedad, las personas describen pensamientos automáticos. Estos pensamientos pasan por la mente automáticamente, como un flash, cuando se está ansioso. Dos cosas deben tenerse en cuenta sobre los pensamientos automáticos:

- a) Que son irracionales y poco realistas – usted no morirá o enloquecerá.
- b) Son situaciones que se pueden controlar: habitualmente la mente nos advierte de un peligro mucho mayor del que en realidad tenemos que afrontar (García y Nogueras 2012).

Comportamiento. Algo común de la ansiedad es los comportamientos evitativos, por ejemplo, salir solos/as o no hablar con los demás. Normalmente hacen esto porque piensan que les saldrá mal, que se aterrorizarán o que harán el ridículo. Evitando la situación, se sienten mejor, experimentan un alivio inmediato de la ansiedad que estaban sintiendo al imaginarse realizando la actividad. Pero a largo plazo la evitación siempre empeora el problema (García y Nogueras 2012).

Fisiológico. Hay muchos síntomas físicos de ansiedad. Surgen como una manera de preparar al cuerpo para hacer frente a una supuesta amenaza. Los síntomas son muy desagradables y algunas de las reacciones fisiológicas de la ansiedad son:

- a) Cefaleas tensionales
- b) Taquicardia y bradicardia
- c) Sudoración focalizada (Manos, axilas, espalda)
- d) Deseos de orinar
- e) Movimientos espasmódicos
- f) Tensión muscular
- g) Tinnitus por ansiedad

El Manual Diagnóstico y Estadístico de las Enfermedades Mentales, DSM-V (2014), describe la ansiedad como un estado de angustia y tensión anticipada, que se presenta en forma de respuesta ante una amenaza cercana, ya sea real o imaginaria y que genera un estado de inquietud y alarma en la persona, la cual, también se puede llegar a presentar de forma excesiva (p.189).

Para Beck y Haigh 2014, como citó Jiménez en 2021, cuando la experiencia de ansiedad se presenta de forma excesiva, puede resultar perjudicial. “La ansiedad excesiva, puede llegar a convertirse en un temor exagerado a resultados negativos futuros (ansiedad generalizada), a un desastre médico (pánico), o a una enfermedad (ansiedad por la salud)” (p.26).

Tipos de ansiedad

Según Reyes (2010), existen dos tipos de ansiedad:

Ansiedad. Todos experimentan cierto grado de ansiedad, producto de las situaciones del diario vivir, es una respuesta anticipada de peligro inminente (Reyes, 2010).

Ansiedad patológica. La ansiedad puede ser patológica cuando no se presenta como respuesta proporcionada frente a un estímulo o si su intensidad y duración exceden de los límites aceptables (Reyes, 2010).

La presente investigación va a ser entendida desde el concepto de Spielberger, por ende, la ansiedad según Spielberger (1972) citado por Ríes, Vásquez, Campos y Del Castillo, 2012, es un:

Estado emocional inmediato, modificable en el tiempo, caracterizado por una combinación única de sentimientos de tensión, aprensión y nerviosismo, pensamientos molestos y preocupaciones, junto a cambios fisiológicos. Por su parte, la ansiedad-rasgo hace

referencia a las diferencias individuales de ansiedad relativamente estables, siendo éstas una disposición, tendencia o rasgo (p. 9).

En general, las personas con alta AR presentan una AE más elevada, porque tienden a percibir muchas más situaciones como amenazadoras. En consecuencia, los sujetos con elevada AR propenden a responder con un aumento de la AE en situaciones de relaciones interpersonales que supongan alguna amenaza a la autoestima. El que las personas que difieren en AR muestren unas correspondientes desemejanzas en AE depende del grado en que la situación específica es percibida como amenazadora o peligrosa, lo que está condicionado por las experiencias previas. (Citado por Ríes, Vásquez, Campos y Del Castillo, 2012)

La ansiedad según Spielberger puede aparecer de dos tipos, ansiedad - estado y ansiedad - rasgo, las cuales se pueden definir como:

Ansiedad – estado. Es una emoción transitoria que aparece luego de un acontecimiento específico y puede variar en el tiempo; este tipo de ansiedad puede aparecer por eventos como, una presentación ante un público, presentación de exámenes, entrega de trabajos o una actividad de gran importancia para la persona, esto puede ser percibido como circunstancias amenazantes (Muñoz, *et al*, 2019).

Ansiedad – rasgo. La persona puede ver la mayoría de las situaciones como amenazantes, están propensos a sufrir ansiedad más frecuente y de mayor intensidad (Muñoz, *et al*, 2019).

Estrés

El estrés es un tema que aborda la psicología, por ende, el siguiente párrafo hace referencia a diferentes autores que han abordado la temática del estrés académico desde diferentes perspectivas. Aquí está una relación entre los autores y sus definiciones:

El estrés académico, se caracteriza como multicausal; es decir, una serie de factores y circunstancias que ayudan a su aparición y desarrollo. Así como para Lazarus (2000) señaló en su propio estudio de 1986 como “una relación particular entre el individuo y el entorno que es evaluado por éste como amenazante o desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar” (p.26). Lazarus se enfoca en la evaluación subjetiva que realiza el individuo sobre la relación entre él y su entorno, donde la percepción de amenaza desempeña un papel crucial en el estrés. Por una parte, Naranjo (2009), señaló el estrés como “una relación dinámica entre la persona y el ambiente” (p.3). Esta definición resalta la interacción constante entre el individuo y su entorno académico, implicando que el estrés académico es una respuesta en evolución a factores cambiantes. Por otra parte, Martínez (2017), cito la definición de Slyve como “la

respuesta adaptativa del organismo ante los diversos estresores” (p.19). Esta definición sugiere que el estrés académico es una respuesta fisiológica y psicológica a factores estresantes.

Las definiciones de estrés proporcionadas por Lazarus, Naranjo y Slyve ilustran la complejidad de este fenómeno. Mientras que Slyve se enfoca en la respuesta adaptativa del organismo a los estresores, Lazarus pone énfasis en la percepción subjetiva de la amenaza, y Naranjo destaca la naturaleza dinámica de la relación entre la persona y su entorno. Estas perspectivas múltiples resaltan la importancia de considerar tanto los factores objetivos como la percepción individual al último abordar el estrés académico. En instancia, comprender y gestionar el estrés académico implica reconocer su complejidad y abordarlo desde una variedad de ángulos, teniendo en cuenta tanto los aspectos psicológicos como los contextuales de este.

Tipos de estrés

El estrés es una respuesta natural y adaptativa del organismo que puede influir en nuestro bienestar de maneras diversas. A menudo, se clasifica en dos categorías principales: eustrés y distrés. Estas dos formas de estrés representan dos caras de una moneda misma y desempeñan un papel crucial en diferentes contextos como el académico.

Orlandini (1999), utiliza los términos de eustrés y distrés para hacer referencia al estrés positivo y negativo respectivamente. El eustrés es aquel necesario para la salud y el crecimiento de la personalidad, y puede ser provocado por una tarea deseada o agradable; y el distrés, es aquel que puede ser provocado por una tarea no deseada, prolongada, desagradable, entre otros. Ambos tipos parten de la interpretación que el sujeto tiene de las tareas o demandas (citado por Kloster y Perrota en 2019, p.20).

Eustrés. Es una respuesta psicofisiológica agradable y placentera que se desencadena cuando una persona enfrenta una situación de estrés que está dentro de sus capacidades de afrontamiento, lo que resulta en activación y estimulación positiva, contribuyendo al desarrollo y adaptación del organismo al entorno (Orlandini 1999, como citó Kloster y Perrota 2019, p.20).

Distrés. Es una experiencia desagradable y frustrante que ocurre cuando una persona siente que las demandas de una situación superan sus recursos. Esto provoca una respuesta negativa en su cuerpo, incluyendo emociones, sensaciones corporales y pensamientos que causan malestar. Si el distrés es frecuente y prolongado, puede tener efectos perjudiciales en la salud física y mental de la persona (Orlandini 1999, como citó Kloster y Perrota 2019, p.20).

Estrés académico

La investigación va a ser entendida desde el modelo conceptual de Barraza, por ende, el estrés académico según Barraza (2007) es un:

Proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores; cuando estos estresores provocan un desequilibrio sistemático (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio); y cuando este desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico. (p.33)

En efecto, el proceso de estrés en contextos universitarios es un fenómeno psicológico adaptativo en el cual los estudiantes enfrentan demandas percibidas como estresantes, lo que desencadena un desequilibrio sistemático y síntomas relacionados. Por ende, lo estudiantes se ven obligados a emplear estrategias de afrontamiento para restaurar el equilibrio, subrayando la importancia de comprender y abordar este proceso en entornos educativos.

Modelo teórico

El modelo Sistémico-Cognoscitivista de Barraza (2006) se estructura desde 4 hipótesis fundamentales:

Hipótesis de los componentes sistémicos-procesuales del estrés académico: Basado en los elementos de entrada y salida a los que están sujetos los diferentes sistemas y en los cuales están centrados los componentes sistémico-procesual que deberán reaccionar para conseguir el equilibrio. Desde esta conceptualización se distinguen tres componentes: estresores, indicadores de desequilibrio y estrategias de afrontamiento (Barraza, 2006, como se citó en Muñoz, *et al*, 2012).

Hipótesis del estrés académico como estado psicológico. Existen dos tipos de estresores de impacto; los de mayor impacto, están conceptualizados desde las teorías clásicas del estrés, donde sin importar la percepción que la persona tenga del suceso éste tiene vida propia y sus consecuencias son negativas, dentro de este grupo están los sucesos que amenazan la integridad personal. Por otro lado, están los estresores menores, estos no son sucesos objetivos ni estímulos estresores, sino que cada persona con su percepción de la situación los convierte en ello, variando entonces según las diferencias personales. Dentro de este grupo se encuentran los acontecimientos académicos debido a que según sean las valoraciones de cada persona los

sucesos se convertirán o no en situaciones estresantes, afirmando entonces que el estrés académico es un estado psicológico (Barraza, 2006, como se citó en Muñoz, *et al*, 2012).

Hipótesis de los indicadores del desequilibrio sistémico que implica el estrés académico. El desequilibrio sistémico según la teoría de Rossi, referenciado por Barraza en 2006, se manifiesta en los estudiantes a partir de algunos indicadores los cuales son; físicos, psicológicos y comportamentales. Entre los indicadores de desequilibrio físicos están los que conllevan reacciones corporales como; dolores de cabeza, problemas con el sueño, ya sea por falta de él o por exceso, dificultades digestivas y agotamiento crónico. Los psicológicos están relacionados con las funciones cognitivas del sujeto como; dificultades para concentrarse, estrés, ansiedad. Finalmente, dentro de los comportamentales están; el aislamiento, pérdida de clases, desmotivación para realizar las actividades académicas y el aumento o la disminución en la ingesta de los alimentos (Barraza, 2006, como se citó en Muñoz, *et al*, 2012).

Hipótesis del afrontamiento como restaurador del equilibrio sistémico. Cuando un suceso es considerado amenazante para la persona y su equilibrio se encuentra en juego ésta emprende acciones según sus herramientas personales para restaurar su normalidad (Barraza, 2006, como se citó en Muñoz, *et al*, 2012).

En particular, se menciona las diversas causas del estrés en el ámbito educativo. En los siguientes párrafos se centra en mencionar cómo las dinámicas y desafíos propios del sistema educativo pueden impactar de manera significativa en la salud, el bienestar y el desempeño académico de los estudiantes universitarios, un fenómeno común reconocido como estrés académico desde una perspectiva psicológica y social.

En el estudio de Sarubbi y Castaldo (2013), existe diferentes causales de la incidencia sobre las reacciones tanto en el plano fisiológico, como en el conductual y en el cognitivo, diversos factores; tales como:

Factores exógenos. Son los factores que influyen desde el exterior en el rendimiento académico. El ambiente social el nivel socioeconómico, procedencia urbana o rural, conformación del hogar, etc. En este aspecto también se puede considerar la metodología del docente, los materiales educativos, material bibliográfico, infraestructura, sistemas de evaluación, entre otros (Sarubbi y Castaldo, 2013).

Ambiente de estudio inadecuado. Se refiere a la localización y las características físicas del ambiente de estudio como iluminación, ventilación, ruido, etc. Falta de compromiso con el curso:

este factor está relacionado con la motivación y el interés por las materias que componen el plan de estudio (Sarubbi y Castaldo, 2013).

Objetivos académicos y vocacionales no definidos. Se refiere al planteamiento y análisis de metas académicas como profesionales que permitirá al estudiante actuar en responsabilidad frente a un trabajo (Sarubbi y Castaldo, 2013).

Ausencia del análisis de la conducta del estudio. Se refiere al análisis del tiempo que se invierte en el estudio personal, asistencia a clases y establecimiento de prioridades para llevar a cabo las demandas académicas (Sarubbi y Castaldo, 2013).

Aspecto familiar. El área familiar se refiere a sucesos que ocurren dentro de la dinámica de la familia del estudiante, también abarca sucesos relacionados con la comunicación e interrelación de los miembros de la familia con el joven. Explora divorcios, enfermedades conflictos y problemas (Sarubbi y Castaldo, 2013).

La alimentación. Es un factor muy influyente en el estrés, por lo que es importante tener una alimentación balanceada y sana donde se incluya los nutrientes necesarios y básicos para mantener tener una buena salud (Sarubbi y Castaldo, 2013).

En síntesis, la mayoría de las causas que ocasionan estrés en los estudiantes, están relacionadas con actividades del área académica.

A partir de esta conceptualización conceptual-teórica sobre el estrés, haciendo énfasis en el estrés académico, permite establecer un componente dual y puede ser adaptativo o perjudicial; es decir, una respuesta adaptativa promoverá el mantenimiento de la homeostasis, mientras que la perjudicial falla en mantener el equilibrio y la enfermedad surge, por lo que se convierte en sí misma en un factor estresante y un desencadenante de eventos patológicos (Galán y Camacho 2012). El estrés académico se manifiesta en una serie de síntomas que son indicadores de la afectación psicológica, comportamental y emocional que padecen los estudiantes bajo una carga académica considerada subjetivamente como estresores.

El DSM-5 (2014) considera que, en muchos casos, los síntomas de estrés pueden interpretarse dentro de un marco de miedo y ansiedad. Sin embargo, las personas expuestas a situaciones estresantes a menudo exhiben un fenotipo caracterizado principalmente por síntomas anhedónicos y disfóricos, que se manifiestan en síntomas de ira y hostilidad (p.265). A partir de esto, el estrés académico se entiende como una respuesta psicológica y emocional negativa que comúnmente se experimenta en entornos educativos debido a la presión y las exigencias de las

actividades académicas. Aunque el estrés académico no se clasifica como un trastorno en el DSM-5, sus síntomas pueden solaparse con varios trastornos de ansiedad y depresión. Las personas que experimentan estrés académico pueden presentar síntomas como nerviosismo excesivo, irritabilidad, dificultades para concentrarse, cambios en el apetito y trastornos del sueño, que son características comunes en los trastornos de ansiedad y depresión.

Las emociones y sentimientos que surgen en respuesta al estrés son un indicador clave de su intensidad, cuando estas emociones se vuelven abrumadoras y las reacciones se vuelven desproporcionadas, es una señal de que el nivel de estrés es significativamente alto. Además, existen otras manifestaciones de alerta que acompañan al estrés, tales como; la sensación de fracaso, la disminución de la autoconfianza, la tristeza, los sentimientos de culpa, la frustración, la indecisión, la inquietud y, en algunos casos, una pérdida de interés en el estudio. Es importante destacar que estas respuestas al estrés pueden influir en la toma de decisiones (Sarrubbi y Castaldo, 2012). El impacto del estrés se manifiesta no solo a nivel físico, sino también en el ámbito emocional y psicológico.

Ansiedad y estrés académico

La ansiedad y el estrés son reacciones naturales que desempeñan un papel significativo en la vida de las personas. Al igual que las emociones no son simples respuestas fisiológicas, sino procesos complejos que involucran cogniciones y comportamientos. Así como lo menciona Galán y Camacho (2012):

Las emociones son respuestas adaptativas que implican una excitación fisiológica y que se expresan a través de conductas diversas, con experiencia consciente. En el humano, una emoción involucra un conjunto de cogniciones, actitudes y creencias sobre el mundo, lo cual se utiliza para valorar una situación concreta e influye en el modo en el que esta se percibe (p.101).

Por consiguiente, las emociones son respuestas esenciales para los seres humanos que involucran aspectos fisiológicos y cognitivos, influyendo en nuestra percepción del mundo, decisiones y relaciones. Comprenderlas es clave para mejorar la calidad de vida, relaciones y autoconciencia.

Es así, que el propósito fue analizar la interacción psicológicas, fisiológicas y comportamentales entre el estrés y la ansiedad y sus efectos en la alteración de la salud. Anteriormente, se mencionó el significado de ansiedad y estrés, sus causas y consecuencias. Tanto como en la ansiedad como en el estrés, cuando se prolongan o intensifican en el tiempo,

nuestra salud y desempeño para realizar las actividades, incluso nuestras relaciones personales y de pareja pueden sufrir afectaciones, ya que ciertos actos, actitudes y/o comportamientos exigen un esfuerzo adaptativo para los que el sujeto no está preparado, lo cual origina problemas de adaptación; Por otro lado, cuando se sostiene la presión, y entra en estado de resistencia, la sensación de inconformidad relacionada con la tensión muscular, hipercrisis, taquicardia, disnea entre otros, si continua la situación estresante, se llega a un estado de agotamiento, con posibles alteraciones funcionales y/u orgánicas; son las llamadas enfermedades de adaptación. Estos síntomas de estrés son percibidos como negativos por las personas y producen ansiedad, lo que a su vez los agrava y así se convierte en un círculo vicioso (Rodríguez y Céspedes 1999, citado por Galán y Camacho en 2012).

Entre ansiedad y estrés hay muchos elementos comunes como se pudo observar. Sin embargo, en esta investigación se utiliza el termino ansiedad ‘ansiedad’ para referirnos a la experiencia interior de inquietud por la situación y/o como algo más estable desde la parte de rasgo. Es decir, en la ansiedad estado el temor es difuso y en la ansiedad rasgo, es permanente. El término ‘estrés’, en cambio, puede reservarse para designar la sobrecarga emocional que se produce por una fuerza externa prolongada que pone al sujeto al borde del agotamiento.

Una situación estresante en este caso, es el contexto educativo, puede desencadenar en ciertas personas un episodio de ansiedad y/o depresión en ciertas personas (Galán y Camacho, 2012). En conclusión, la presión académica y las altas expectativas pueden generar un nivel de estrés significativo, lo que a su vez puede manifestarse en forma de ansiedad. Por tal motivo, es importante estar atentos a los signos de malestar emocional y brindar apoyo a aquellos que puedan verse afectados por esta situación, ya que el bienestar mental es fundamental en el proceso de aprendizaje y desarrollo personal.

Metodología

Enfoque

La investigación se enmarcó dentro del enfoque cuantitativo, el cual se define como el proceso de recolección de datos numéricos los cuales son producto de mediciones, representaciones y cantidades que son susceptibles de análisis e interpretación mediante métodos estadísticos, válidos y confiables (Hernández, Fernández y Baptista, 2018); por lo anterior, el trabajo investigativo buscó medir de manera objetiva la ansiedad estado-rasgo y estrés académico en estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG con la aplicación del; Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) e Inventario Sistemático Cognoscitivo del estrés académico (I-SISCO).

Método

Según Cerezal y Fialló (como se citaron en Rodríguez y Pérez, 2017) el conocimiento empírico analítico aquel tomado de la práctica, analizado y sistematizado mediante la observación reiterada y la experimentación. En este orden de ideas, se adhirió a este modelo ya que observó de manera objetiva la ansiedad estado-rasgo y estrés académico a través de la recolección y cuantificación de datos en la población seleccionada.

Tipo de estudio

Es estudio correlacional, debido a que tuvo como propósito medir el grado de relación que exista entre dos o más conceptos o variables en un contexto en particular (Hernández, *et al.* 2014). Los estudios cuantitativos correlacionales miden el grado de relación entre dos o más variables. Con base a lo antes mencionado la investigación se consideró de tipo correlacional ya que buscó medir y relacionar el nivel de ansiedad estado-rasgo con el estrés académico mediante la aplicación de los instrumentos; Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) e Inventario Sistemático Cognoscitivo del estrés académico (I-SISCO), los cuales permitieron analizar resultados cuantificables en un periodo de tiempo determinado.

Diseño

El trabajo de grado tuvo cuenta el diseño no experimental de corte transversal entendido como un tipo de investigación observacional que analiza datos de variables recopiladas en un periodo de tiempo sobre una población muestra, o subconjunto predefinido, en donde no se manipulan las variables (Müggenburg y Pérez (2007), por lo tanto, en este estudio se aplicó el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo y el Inventario Sistemático Cognoscitivo del Estrés Académico en un solo momento.

Población y muestra

Según Hernández et al. (2018), la población se define como "el conjunto de casos que cumplen con ciertas especificaciones" (p. 174). En este estudio, la población estuvo conformada por 177 estudiantes actualmente matriculados en los noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG.

La selección de estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG se justifica por el hecho de que estos semestres finales son etapas en las que se espera un mayor compromiso académico por parte de los estudiantes. Durante estos períodos, los estudiantes se encuentran realizando prácticas profesionales, finalizando asignaturas y trabajando en sus proyectos de grado. Así, la elección de los estudiantes de noveno y décimo semestre se justifica también porque estos representan la etapa final en la que los estudiantes demuestran sus habilidades en entornos profesionales y deben cumplir con los requisitos de sus prácticas, al tiempo que cumplen con sus obligaciones académicas, incluyendo las asignaturas pendientes y el trabajo de grado.

Muestreo

Se aplicó un enfoque de muestreo mixto o combinado, que incluyó tanto elementos probabilísticos como no probabilísticos. Sin embargo, en este estudio, el muestreo predominante fue de naturaleza probabilística, siguiendo las técnicas establecidas por Hernández et al. (2018). Estos autores definen el muestreo probabilístico como aquel en el que todos los elementos tienen la misma probabilidad de ser seleccionados (p. 181). En consecuencia, la selección de la muestra se limitó a estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología.

El muestreo empleado fue estratificado, dividiendo la población de estudio en diferentes grupos según algunas variables relevantes, y luego se seleccionó una muestra de cada grupo (Hernández et al., 2018). En este caso, se consideraron únicamente a los estudiantes que cursaban noveno y décimo semestre del Programa de Psicología. Para calcular el tamaño de muestra de cada estrato, se aplicó la fórmula correspondiente:

$$nh = (Nh / N) * n$$

nh= Tamaño de la muestra del estrato h

Nh= Tamaño de la población en relación con el estrato h

N= Tamaño de toda la población

N= Tamaño de la muestra completa

El muestreo se realizó con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%, resultando en un total de 122 estudiantes distribuidos de la siguiente manera:

Más aún, es importante mencionar, que, para la selección de los 122 participantes, estos se realizaron a conveniencia, según el permiso suministrado por los monitores y disponibilidad de tiempo de los practicantes.

Tabla 1.

Distribución de la muestra

Curso A 2024	Total de estudiantes	Muestreo por curso
Noveno	104	72
Décimo	73	50
Total	177	122

Nota. Los estudiantes que decidan participar y que cumplan con los criterios. Fuente: Autoría propia.

Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

La presente investigación se rigió por los siguientes criterios de inclusión: Estar matriculado académica y financieramente en la Universidad CESMAG; no tenga diagnósticos previos de ansiedad y relacionados; no tengan diagnósticos de alteraciones en tiroides; estar cursando el noveno y décimo semestre del Programa de Psicología; proporcionar consentimiento informado.

Criterios de exclusión

Se establece como criterios de exclusión, el no cumplimiento de alguno de los siguientes requisitos; ser menor de edad; tener algún tipo de discapacidad física y mental que impida el diligenciamiento del instrumento.

Operacionalización de variables

Tabla 2.

Matriz de operacionalización de variables

Nombre de la variable	Descripción teórica de la variable	Definición	Naturaleza	Nivel de medición	Unidad de medida	Categorías o valores
Ansiedad	<p>Autoevaluación de la ansiedad como estado transitorio (Ansiedad/estado) y como rasgo latente (Ansiedad/rasgo).</p> <p>Ansiedad como estado (A/E): Evalúa un estado emocional transitorio, caracterizado por sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de atención y aprensión y por hiperactividad del sistema nervioso autónomo.</p> <p>Ansiedad como rasgo (A/R): señala una propensión ansiosa, relativamente estable, que caracteriza a los individuos con tendencia a percibir las situaciones como amenazadoras.</p>	<p>Para Spielberger (1972) es una reacción emocional desagradable producida por un estímulo externo, que es considerada por el individuo como amenazador, produciendo cambios fisiológicos y conductuales en el sujeto.</p>	Cuantitativa Continua	Intervalo	Leve Moderada Severa	Categorías: Estado Rasgo

Nombre de la variable	Descripción teórica de la variable	Definición	Naturaleza	Nivel de medición	Unidad de medida	Categorías o valores
Estrés académico	<p>El estrés académico desde una perspectiva sistémico-cognoscitiva, permita conceptualizar al estrés académico bajo los siguientes términos: El estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos:</p> <p>Primero: el estudiante se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno, son consideradas estresores (input) (Barraza, 2008).</p> <p>Segundo: esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio) (Barraza, 2008).</p> <p>Tercero: ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (output) para restaurar el equilibrio sistémico (Barraza, 2008).</p>	<p>El uso del término estrés académico suele hacerse con relativa facilidad, aunque sus verdaderos alcances y limitaciones nos sean desconocidos.</p> <p>Tal es el caso del concepto del estrés que “<i>adolesce de la ambigua bendición de ser demasiado bien conocido y demasiado poco entendido</i>” (Tra vers y Cooper, 1997: p. 27).</p> <p>Esta Circunstancia,</p>	Cuantitativa Continua	Intervalo	Leve Moderado Severo	<p>Categorías Estímulos estresores (input). Síntomas (indicadores del desequilibrio sistémico). Estrategias de afrontamiento (output).</p>

Nombre de la variable	Descripción teórica de la variable	Definición	Naturaleza	Nivel de medición	Unidad de medida	Categorías o valores
		aplicable al concepto estrés en lo general, es transferible al estrés académico.				

Nombre de la variable	Descripción teórica de la variable	Definición	Naturaleza	Nivel de medición	Unidad de medida	Categorías o valores
Género	Alude al proceso mediante el cual individuos biológicamente diferentes se convierten en mujeres y hombres, mediante la adquisición de aquellos atributos que cada sociedad define como propios de la feminidad y la masculinidad. El género es, por tanto, la construcción psico-social de lo femenino y lo masculino.	Se refiere a los conceptos sociales de las funciones, comportamientos, actividades y atributos que cada sociedad considera apropiados para los hombres y las mujeres.	Cualitativa	Nominal	1 2 3 4	Masculino Femenino No binario Otra

Nombre de la variable	Descripción teórica de la variable	Definición	Naturaleza	Nivel de medición	Unidad de medida	Categorías o valores
Edad	Tiempo que ha vivido una persona desde las primeras etapas del desarrollo, hasta el periodo actual en el que se encuentra.	Tiempo que ha vivido una persona	Cuantitativa	Ordinal	Según la edad	Abierta
Semestre	Periodo de tiempo en el que se dividen el total de las temáticas a cursar en una determinada carrera, por lo general en orden progresivo.	Periodo de tiempo en el que se desarrollan temáticas a estudiar en el marco académico.	Cuantitativa	Ordinal	Semestre cursado 1 y 2	Últimos semestres del programa de psicología correspondiente a noveno y décimo semestre.

Técnicas e instrumentos de recolección de información

Para el desarrollo de la presente investigación, se utilizó los siguientes instrumentos: Inventario de Spielberger Estado-Rasgo (I-DARE), Inventario Sistémico Cognoscitivo del estrés académico (I-SISCO) y cuestionario sociodemográfico. Teniendo en cuenta la idoneidad y pertinencia a la hora de cuantificar y medir la información recolectada del fenómeno seleccionado.

A continuación, se especifican los instrumentos empleados en el manual para la evaluación de las variables de estudio:

Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (I-DARE)

El Instrumento comprende escalas separadas de autoevaluación que miden dos conceptos independientes de la ansiedad, mediante 20 reactivos para cada una, con una escala de respuesta tipo Likert de 4 alternativas. En el caso de la ansiedad estado, la escala va de 0 (nada) a 3 (mucho), mientras que en la ansiedad rasgo comprende de 0 (casi nunca) a 3 (casi siempre) (Guillen y Buele, 2015). Los materiales que contempla la prueba son los siguientes:

Manual. El uso e interpretación de este inventario requiere la formación de carácter profesional en psicología y psicometría, el conocimiento del manual, tanto de sus aspectos técnicos como de la normatividad general para la administración, corrección e interpretación de la prueba de aplicación y calificación.

La prueba contempla los siguientes factores de medición:

Ansiedad como estado (A/E). (veinte reactivos) Evalúa un estado emocional transitorio, caracterizado por sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de tensión y aprensión y por una hiperactividad del sistema nervioso autónomo.

Ansiedad como rasgo (A/R). (Veinte reactivos) Señala una propensión ansiosa, relativamente estable, que caracteriza a los individuos con tendencia a percibir las situaciones como amenazadoras (Spielberger, *et al*, 1982).

La confiabilidad del instrumento

Dada la naturaleza transitoria de los estados de ansiedad, las medidas de consistencia interna, tales como el coeficiente Alfa, proveen un índice más adecuado de la confiabilidad de las escalas A-Estado que las correlaciones test-retest. Los coeficientes Alfa para las escalas del IDARE fueron calculados a partir de la fórmula K-R 20 con la modificación introducida por Cronbach (1951) utilizando las muestras normativas. Estos coeficientes de confiabilidad que vararon de .83

a .92 para A-Estado. Así pues, la consistencia interna de las dos escalas del IDARE es bastante buena. Una evidencia adicional acerca de la consistencia interna de las escalas del IDARE se ha obtenido a través de correlaciones de reactividad contra escala calculadas para las muestras de estudiantes universitarios y de bachillerato. (Spielberger, *et al*, 1982).

La validez del instrumento

El instrumento provee medidas operacionales de ansiedad-estado y ansiedad-rasgo tal cual estas locuciones empíricas fueron definidas con anterioridad. En la construcción del IDARE se requirió que los reactivos individuales llenaran los criterios de validez prescritos para la ansiedad-estado y para la ansiedad-rasgo, en cada una de las etapas del proceso de construcción del inventario a fin de poder ser conservados para la evaluación y validación. (Spielberger, *et al*, 1982). La evidencia acerca de la validez concurrente de la escala A-Rasgo del IDARE. En él se observan las correlaciones con la Escala de Arbidad IPAT (Catell & Scheior.1963), la Escala de Ansiedad Manifiesta (TMAS), de Taylor (1963), y la Lista de Adjetivos Afectivos de Zuckerman (1960) (AACL) con su Forma General. Es de notarse que las correlaciones entre el IDARF, cIIPAT y el TMAS, son moderadamente altas tanto para los estudiantes universitarios como para los pacientes. Dado que las Inter correlaciones entre estas escalas se acercan a las confiabilidades de las escalas (Spielberger, *et al*, 1982).

Inventario Sistémico Cognoscitivo del Estrés Académico (I-SISCO)

Inventario SISCO para el estrés académico es un instrumento de autoinforme que evalúa las reacciones, psicológicas y comportamentales relacionadas con el estrés académico, elaborado por Barraza (2007). El Instrumento está comprendido por 3 dimensiones que mide el estrés académico, mediante 31 reactivos, comprendidos así: Un ítem dicotómico (si-no), un ítem de tipo Lickert de cinco valores numéricos (del 1 al 5, donde uno es poco y cinco mucho) y treinta y nueve ítems de tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre).

Manual. El uso e interpretación de este inventario requiere la formación de carácter profesional en psicología y psicometría, el conocimiento del manual, tanto de sus aspectos técnicos como de la normatividad general para la administración, corrección e interpretación de la prueba de aplicación y calificación.

La prueba contempla los siguientes factores de medición:

Estímulos estresores (input). (nueve reactivos) permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores.

Síntomas (indicadores del desequilibrio sistémico). (21 reactivos) permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.

Estrategias de afrontamiento (output). (nueve reactivos) permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamientos.

La confiabilidad del instrumento

Con base en la Teoría Clásica de los Test, se utilizaron en la evaluación de la confiabilidad de las puntuaciones del Inventario *SISCO* del Estrés Académico, las estrategias de confiabilidad por mitades y el Alfa de Cronbach. La evaluación se realizó en dos momentos: en un primer momento, se tomó como base al total de los ítems que constituyen el inventario (41), se obtuvo la confiabilidad preliminar. En un segundo momento, una vez eliminados aquellos ítems que reportaban problemas en las evidencias de validez (10). Se volvió a obtener la confiabilidad que esta vez fue considerada definitiva (Barraza, 2008).

Confiabilidad por mitades. En el caso de la confiabilidad por mitades, todos los participantes responden una sola vez a la prueba. Sin embargo, se le asignan dos puntuaciones a cada participante. Para lograr esto, la prueba se divide en dos mitades. Las dos puntuaciones se pueden calcular dividiendo la prueba a la mitad dependiendo del número de ítems. También se puede dividir tomando los ítems pares e impares. Se obtiene la correlación entre las dos puntuaciones resultantes y se utiliza la fórmula de Spearman-Brown para estimar la confiabilidad del instrumento completo dando una puntuación de 0.89

Confiabilidad en Alfa de Cronbach. La confiabilidad en Alfa de Cronbach es una generalización de las fórmulas KR para ítems de alternativas múltiples. El Alfa de Cronbach, cuyo vararon de .83 a .92 emplea en todas las correlaciones existentes entre los ítems del instrumento que tributan al concepto latente que se pretende medir.

La validez del instrumento

En el caso del Inventario *SISCO* del Estrés Académico se recolectó evidencia en relación con la estructura interna. La evidencia basada en la estructura interna alude al análisis de la relación de los ítems entre sí y de estos con el constructo evaluado para interpretar las puntuaciones ofrecidas

por el instrumento. Entre las diferentes estrategias utilizadas se encuentran el análisis factorial y el análisis de consistencia (Kramp, 2006).

Análisis factorial. El análisis factorial del Estrés Académico, se consideraron algunos criterios para valorar la viabilidad del mismo: la prueba de esfericidad de Bartlett fue significativa en .000, y el test KMO de adecuación de la muestra alcanzó un valor .762. Estos valores indicaron que era pertinente realizar un análisis factorial de la matriz de correlaciones. En el análisis factorial se empleó el método de Componentes Principales con rotación Varimax.

Análisis de consistencia interna. El análisis de consistencia interna es denominado validez de consistencia interna por Salkind y procedimiento o método de consistencia interna por Anastasi y Urbina. A los resultados obtenidos se les aplicó el estadístico r de Pearson para correlacionar el puntaje global, y el de cada una de las dimensiones, proporcionado por el instrumento con el puntaje específico obtenido en cada ítem (Barraza, 2008).

Análisis de grupos contrastados. Para examinar el poder discriminativo de los ítems como parte del procedimiento de grupos contrastantes, se utilizó el estadístico T de students, que se basa en la diferencia de medias; en ese sentido se pretende conocer si los sujetos con mayor presencia del estrés académico (25 % superior: cuarto cuartil) mostraban diferencias significativas en el modo de responder a cada uno de los ítems en comparación con aquellos que tenían una menor presencia del estrés académico (25 % inferior: primer cuartil) (Barraza, 2008).

Cuestionario socio demográfico

Se diseñó y aplicó un cuestionario sociodemográfico, en la cual se abarcan preguntas como el género, la edad y semestre. Además, esta información permitió describir a la muestra de estudio. (Ver anexo 2).

Elementos éticos y bioéticos

Esta investigación se ejecutó con las diferentes regulaciones establecidas para ello, por ejemplo: el código Deontológico y Bioético de la Ley 1090 proferida por el Congreso de la República (2006) el cual establece un cuerpo normativo que ofrece a los profesionales pautas de acción claras en los diversos campos de su quehacer.

En dicho documento se identifican principios generales y deberes del psicólogo con las personas, objeto de su ejercicio profesional entre los principios éticos relevantes en la práctica de la investigación con los sujetos, sean estos animales o personas. Se encuentran el respeto, el beneficio y la justicia de los cuales se desprenden distintas temáticas fundamentales a la hora de investigar, como: el consentimiento informado de los participantes, en el cual se explicarán los objetivos, procedimiento, justificación y riesgos de la investigación (Congreso de la República de Colombia, 2006) (ver anexo 3); la validez, y la obligación del profesional en psicología en la confidencialidad y manejo de los datos. En otras palabras, prevaleció el respeto por los principios de beneficencia, autonomía, el de no maleficencia y el de confidencialidad (Congreso de la República de Colombia, 2006).

Igualmente, para la realización de este estudio, la información que se utilizó, fue tomada de fuentes válidas y confiables como artículos científicos, investigaciones y autores expertos en el tema, teniendo en cuenta lo que se estipula en el artículo cuarenta y nueve.

Resultados

Descripción general del método de análisis

Inicialmente, es importante mencionar que en el presente estudio se diseñó un Protocolo de recolección de datos (anexo 3) que se dividía en cuatro fases. En la primera fase, se seleccionó los instrumentos idóneos, se definió los objetivos, diseño, metodología y procedimientos. Se destacaron las variables de ansiedad estado-rasgo y estrés académico, definidas teóricamente. En la segunda fase, se recolectaron los datos utilizando dos instrumentos y un cuestionario sociodemográfico, aplicados a estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG. Los instrumentos se aplicaron en entornos académicos para una evaluación más auténtica. En la tercera fase, se tabularon y analizaron los datos utilizando análisis univariados y bivariados, con herramientas como Excel y SPSS Statistics versión 29. En la fase final, se entregó un documento con el análisis de los resultados y el documento de avance.

Específicamente, el análisis se llevó a cabo empleando una serie de pasos para analizar las relaciones entre las variables de interés. Se utilizó tres instrumentos de recolección de información: un cuestionario sociodemográfico, el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (I-DARE) y el Inventario Sistemático Cognoscitivo del Estrés Académico (I-SISCO).

Una vez recopilados los datos, se procedió a su calificación y vaciado en una matriz de Excel para su posterior análisis. En esta etapa, se verificó la integridad de los datos, es decir, que su calificación y los datos que se encuentran registrados estén correctamente tabulados, antes del procesamiento al software estadístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciences).

En el programa SPSS, se aplicó diversos estadísticos descriptivos para explorar las características de las variables, se empleó diversas técnicas estadísticas, como el cálculo de medidas de tendencia central (moda, media), medidas de dispersión (puntuación máxima, mínima), y pruebas de correlación. Para examinar las relaciones entre las variables, se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson, que permitió cuantificar la fuerza y la dirección de la relación lineal entre dos variables continuas. Este análisis permitió explorar asociaciones significativas entre la ansiedad estado-rasgo, el estrés académico y las variables sociodemográficas, que proporcionó así información crucial para comprender mejor la dinámica subyacente en el contexto de estudio. Además, se llevó a cabo los análisis descriptivos para examinar la distribución de las variables. Esto incluyó la generación de tablas y estadísticos descriptivos para visualizar y resumir los hallazgos de manera clara y concisa.

Procesamiento de la información

A continuación, se presentan los siguientes resultados a partir de la aplicación del cuestionario sociodemográfico y los instrumentos I-DARE y I-SISCO en 122 estudiantes de noveno y décimo del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG.

Descriptivo sociodemográfico

A continuación, se describen los datos sociodemográficos de acuerdo a edad, género y semestre.

Edad

Los 122 participantes, se encuentran en un rango de edad mínimo de 20 y máximo de 35 años, siendo 22 la edad con mayor frecuencia. (Ver tabla 3)

Tabla 3

Frecuencia de estudiantes por edad

Edades	Frecuencia	Porcentaje
20	3	2,4
21	20	16,3
22	34	27,6
23	22	17,9
24	15	12,2
25	10	8,1
26	4	3,3
27	4	3,3
28	5	4,1
29	1	,8
30	1	,8
31	1	,8
34	1	,8
35	1	,8
Total	122	100,0

Fuente: autoría propia.

Género

Respecto al género, del total de la muestra el mayor porcentaje corresponden al género mujer con el 78,7% y el 21,3% corresponde al género hombre. (Ver tabla 4)

Tabla 4*Frecuencia de estudiantes por género*

Género	Frecuencia	Porcentaje
Hombre	26	21,3
Mujer	96	78,7
Total	122	100,0

Fuente: autoría propia

Semestre

Del total de participantes de la muestra que pertenece al Programa de Psicología. La mayor parte de la muestra seleccionada corresponde a noveno. De los 122 estudiantes, el 41% son de décimo semestre (n:50), seguido de 9J con el 18% (n:22), luego el 9A y 9B con el 14% (n:17) y finalmente el 9H con el 13% (n:16). (Ver tabla 5)

Tabla 5*Frecuencia de estudiantes por semestre/curso*

Semestre	Frecuencia	Porcentaje
10	50	41,0
9A	17	13,9
9B	17	13,9
9H	16	13,1
9J	22	18,0
Total	122	100,0

Fuente: autoría propia

Descriptivo por variable

En la tabla 6, se presenta los estadísticos por ansiedad estado, ansiedad rasgo y estrés académico. La moda, que representa el valor más frecuente, para ansiedad estado es 42 y para ansiedad rasgo es 44, indicando un nivel moderado de síntomas de ansiedad. Además, las puntuaciones para ansiedad estado oscilan entre un mínimo de 35 y un máximo de 60 y para la ansiedad rasgo entre un mínimo de 36 y un máximo de 62.

Tabla 6*Estadísticos por variable*

	Ansiedad Estado	Ansiedad Rasgo	Estrés académico
Estudiantes	122	122	122
Media	44,89	47,38	54,551
Moda	42	44	0,000

Mínimo	35	36	0,000
Máximo	60	62	80,690

Fuente: Autoría propia.

En específico, en el I-DARE teniendo en cuenta las puntuaciones T normalizadas para las escalas de Rasgo y Estado, donde ansiedad Alta >45, Moderada 30–44, Baja <30. La media para la ansiedad estado es 44 (ver tabla 6) lo que se interpreta como un nivel de ansiedad estado moderado. Se reafirma en la tabla 7 con un 50,6%, es decir, que los estudiantes se encontraban en una condición emocional transitoria caracterizada por sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de tensión y aprensión, así como por una hiperactividad del sistema nervioso autonómico (Spielberger, 1997).

Tabla 7

Nivel de ansiedad estado

Nivel	Puntuación	Frecuencia	Porcentaje
Alta	>45	60	48,7%
Moderada	30-44	62	50,6%
Baja	<30	0	0%
Total		122	100%

Fuente: autoría propia

De igual forma, la media para la ansiedad rasgo es 47 (ver tabla 6) lo que se interpreta como un nivel alto, es decir, que los estudiantes tienden a percibir las situaciones como amenazadoras y a elevar, consecuentemente, su ansiedad estado. Se puede observar que el 64,4 % de los estudiantes (ver tabla 8) mostraron una disposición ansiosa que puede permanecer latente hasta que se activa por estímulos situacionales (Spielberger, 1997).

Tabla 8

Nivel de ansiedad rasgo

Nivel	Puntuación	Frecuencia	Porcentaje
Alta	>45	79	64,4%
Moderada	30-44	43	34,9%
Baja	<30	0	0%
Total		122	100%

Fuente: autoría propia

Al analizar los resultados del I-SISCO, se observa que el baremo indicativo para el estrés académico divide los niveles en Severo (67%-100%), Moderado (34%-66%), y Leve (0-33%). Con una media de 54 para el estrés académico (ver tabla 6), se infiere un nivel moderado en los estudiantes evaluados. Además, al relacionar este hallazgo con la tabla 9, se afirma con el 61,1% la presencia de niveles moderados de estrés académico.

Tabla 9
Nivel de estrés académico

Nivel	Puntuación	Frecuencia	Porcentaje
Severo	67%-100%	34	27,3%
Moderado	34%-66%	76	61.1%
Leve	0-33%	12	9,7%
Total		122	100%

Fuente: autoría propia

A continuación, en la tabla 10 son resultados descriptivos obtenidos al aplicar el instrumento I-DARE en 122 estudiantes universitarios, centrándose en una de las dimensiones que componen el atributo de ansiedad: Ansiedad Estado. Los datos revelaron la presencia niveles moderados en los estudiantes con puntuaciones mínimas de 35 y máxima de 44 y severos con puntuaciones mínimas de 45 y máxima de 60. Esto indica que la muestra incluye universitarios con diferentes niveles en la dimensión evaluada.

Tabla 10
Descripción cuantitativa de ansiedad estado

I-DARE	Puntuación	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
cruda					
	35	4	3,3	3,3	3,3
	36	1	,8	,8	4,1
	37	4	3,3	3,3	7,4
	38	6	4,9	4,9	12,3
	39	6	4,9	4,9	17,2
	40	8	6,5	6,6	23,8
	41	8	6,5	6,6	30,3
	42	12	9,8	9,8	40,2
	43	7	5,7	5,7	45,9
	44	6	4,9	4,9	50,8

Estado	45	9	7,3	7,4	58,2
	46	7	5,7	5,7	63,9
	47	9	7,3	7,4	71,3
	48	5	4,1	4,1	75,4
	49	1	,8	,8	76,2
	50	7	5,7	5,7	82,0
	51	3	2,4	2,5	84,4
	52	3	2,4	2,5	86,9
	53	6	4,9	4,9	91,8
	54	3	2,4	2,5	94,3
	55	4	3,3	3,3	97,5
	58	2	1,6	1,6	99,2
	60	1	,8	,8	100,0
Total	122	100,0	100,0	100,0	

Fuente: autoría propia.

Igualmente, en la tabla 11 se muestra los resultados de la evaluación de Ansiedad Rasgo, dentro de la muestra total de 122 estudiantes, hay una cantidad relevante que experimentan niveles elevados de ansiedad rasgo con puntuaciones entre 36 y 44, con una proporción mayor de individuos en la categoría de severo en comparación con la categoría de moderado, encontrando más estudiantes con puntajes entre 45 y 62.

Tabla 11

Descripción cuantitativa de ansiedad rasgo

I-DARE cruda	Puntuación	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	36	1	,8	,8	,8
	37	2	1,6	1,6	2,5
	38	1	,8	,8	3,3
	39	1	,8	,8	4,1
	40	2	1,6	1,6	5,7
	41	6	4,9	4,9	10,7
	42	5	4,1	4,1	14,8
	43	11	8,9	9,0	23,8
	44	14	11,4	11,5	35,2
	45	6	4,9	4,9	40,2
	46	13	10,6	10,7	50,8
	47	12	9,8	9,8	60,7

Rasgo	48	4	3,3	3,3	63,9
	49	8	6,5	6,6	70,5
	50	4	3,3	3,3	73,8
	51	7	5,7	5,7	79,5
	52	4	3,3	3,3	82,8
	53	1	,8	,8	83,6
	54	6	4,9	4,9	88,5
	55	4	3,3	3,3	91,8
	56	1	,8	,8	92,6
	57	1	,8	,8	93,4
	58	3	2,4	2,5	95,9
	59	1	,8	,8	96,7
	60	1	,8	,8	97,5
	61	2	1,6	1,6	99,2
	62	1	,8	,8	100,0
Total	122	10,0	100,0		

Fuente: autoría propia.

A continuación, la información proporcionada indica los resultados descriptivos del estrés académico en la muestra analizada. Se encontró individuos con niveles moderados de estrés académico entre 38,620 y 66,206, e individuos con niveles severos entre 67,586 y 80,689. De igual forma, en las tablas 10 y 11 de ansiedad estado-rasgo están relacionados con los niveles de estrés académico, se puede observar que se manifiestan de manera diferente en la muestra. (Ver tabla 12)

Tabla 12

Descripción cuantitativa de estrés académico

I-SISCO baremo indicativo	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
,000	11	8,9	9,0	9,0
29,655	1	0,8	0,8	9,8
38,620	1	0,8	0,8	10,7
39,310	1	0,8	0,8	11,5
41,379	1	0,8	0,8	12,3
42,068	1	0,8	0,8	13,1
43,448	2	1,6	1,6	14,8
44,137	3	2,4	2,5	17,2
45,517	2	1,6	1,6	18,9

Estrés académico	46,206	3	2,4	2,5	21,3
	46,896	1	0,8	0,8	22,1
	47,586	1	0,8	0,8	23,0
	48,275	2	1,6	1,6	24,6
	48,965	2	1,6	1,6	26,2
	49,655	2	1,6	1,6	27,9
	50,344	1	0,8	0,8	28,7
	51,034	3	2,4	2,5	31,1
	51,724	1	0,8	0,8	32,0
	52,413	2	1,6	1,6	33,6
	53,793	3	2,4	2,5	36,1
	54,482	4	3,3	3,3	39,3
	55,862	3	2,4	2,5	41,8
	56,551	3	2,4	2,5	44,3
	57,241	3	2,4	2,5	46,7
	57,931	3	2,4	2,5	49,2
	58,620	6	4,9	4,9	54,1
	59,310	1	0,8	0,8	54,9
	60,000	3	2,4	2,5	57,4
	60,689	3	2,4	2,5	59,8
	61,379	2	1,6	1,6	61,5
	62,068	5	4,1	4,1	65,6
	62,758	2	1,6	1,6	67,2
	63,448	2	1,6	1,6	68,9
	64,137	1	0,8	0,8	69,7
	64,827	1	0,8	0,8	70,5
	65,517	1	0,8	0,8	71,3
	66,206	1	0,8	0,8	72,1
	67,586	2	1,6	1,6	73,8
	68,275	3	2,4	2,5	76,2
68,965	3	2,4	2,5	78,7	
69,655	1	0,8	0,8	79,5	
71,034	2	1,6	1,6	81,1	
71,724	2	1,6	1,6	82,8	
72,413	3	2,4	2,5	85,2	
73,103	2	1,6	1,6	86,9	
73,793	5	4,1	4,1	91,0	
74,482	1	0,8	0,8	91,8	
75,172	2	1,6	1,6	93,4	

75,862	2	1,6	1,6	95,1
77,241	1	0,8	0,8	95,9
78,620	2	1,6	1,6	97,5
79,310	1	0,8	0,8	98,4
80,000	1	0,8	0,8	99,2
80,689	1	0,8	0,8	100,0
Total	122	99,2	100,0	

Fuente: autoría propia.

Prueba de normalidad y correlaciones

Seguidamente, se aplicó las pruebas de normalidad (ver tabla 13) de los resultados obtenidos en el nivel de ansiedad estado-rasgo y el nivel de estrés académico que determinó el uso de pruebas paramétricas o no paramétricas en el análisis de correlación. Así, el estudio involucró a 122 estudiantes universitarios, al contar con más de 50 datos se utilizó el Kolmogorov-Smirnov; según los resultados, se encontró una distribución normal en los datos relacionados tanto para ansiedad estado, ansiedad rasgo y estrés académico, ya que son mayores a P 0,05, lo que demostró una distribución normal de las variables. (Ver tabla 13)

Tabla 13

Pruebas de normalidad de variables

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Ansiedad Estado	,098	122	,006
Ansiedad Rasgo	,134	122	,000
Estrés Académico	,160	122	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Fuente: autoría propia

Así, se utilizó el estadístico de correlación de Pearson, reportando una correlación positiva débil y significativa entre la variable de ansiedad estado y estrés académico (0,218*). Además, el valor de 0,092 indica que hay muy poca correlación entre las variables ansiedad rasgo y estrés académico.

Tabla 14

Correlación de variables

	Ansiedad	Estrés académico
Ansiedad Estado	Correlación de Pearson	,218*
	Sig. (bilateral)	,016

	N	122
Ansiedad	Correlación de Pearson	,092
Rasgo	Sig. (bilateral)	,311
	N	122

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: autoría propia

Tablas cruzadas

Como resultados adicionales a los propuestos en este estudio, se presentan las tablas cruzadas entre ansiedad estado-rasgo con edad, género y semestre. Del mismo modo para el estrés académico con edad, género y semestre.

De acuerdo a la siguiente tabla se podría afirmar que la ansiedad estado se encuentra en niveles moderados y altos en las edades entre 20 a 35 años, en especial, a la edad de 22 años se presentan los mayores casos de ansiedad estado alta y moderada. (Ver tabla 15)

Tabla 15

Nivel de ansiedad estado según edad

Edades	Alta	Moderada	Baja	Frecuencia
20		3		3
21	10	10		20
22	18	16		34
23	14	8		22
24	9	6		15
25	2	8		10
26	2	2		4
27	3	1		4
28	2	3		5
29	1			1
30		1		1
31		1		1
34		1		1
35		1		1
Total	60	62		122

Fuente: autoría propia

Del mismo modo, en la siguiente tabla se podría afirmar que en la ansiedad rasgo se encuentran mayoritariamente en niveles altos con respecto a la edad. Igualmente, a la tabla 11 de ansiedad estado, también, la edad de 22 años se presentan los mayores casos de ansiedad rasgo alta (Ver tabla 16).

Tabla 16.
Nivel de ansiedad rasgo según edad

Edades	Alta	Moderada	Baja	Frecuencia
20	2	1		3
21	10	10		20
22	26	8		34
23	16	6		22
24	9	6		15
25	5	5		10
26	2	2		4
27	1	3		4
28	3	2		5
29	1			1
30	1			1
31		1		1
34		1		1
35	1			1
Total	79	43		122

Fuente: autoría propia

En la tabla 17, que relaciona los niveles de estrés académico con las edades de los estudiantes, se observa que la mayoría de los estudiantes tienen niveles moderados de estrés académico. Además, indicó que un total de 69 estudiantes se encuentran en esta categoría. Aunque la mayoría de los estudiantes experimentan niveles moderados de estrés académico, los niveles de ansiedad estado-rasgo (Ver tabla 15 y 16) pueden ser más altos en la muestra debido a una variedad de

rango de edades, especialmente por los cambios en etapas de la vida.

Tabla 17

Nivel de estrés académico según edad

Edades	Severo	Moderado	Leve	Frecuencia
20	1	2		3
21	7	11	2	20
22	12	22		34
23	12	8	2	22
24	9	5	1	15
25		9	1	10
26	1	2	1	4
27		3	1	4
28		4	1	5
29		1		1
30			1	1
31		1		1
34			1	1
35		1		1
Total	42	69	11	122

Fuente: autoría propia

De acuerdo a la siguiente tabla se podría afirmar que las mujeres presentan mayores niveles de ansiedad a comparación de los hombres. La ansiedad estado se encuentra niveles altos con más prevalencia en mujeres que en hombres con un total de 85 mujeres sobre 16 hombres. (Ver tabla 18)

Tabla 18

Nivel de ansiedad estado según género

		Alta	Moderada	Baja	Frecuencia
Género	Hombre	16	10		26
	Mujer	85	11		96
Total		101	21		122

Fuente: autoría propia

Asimismo, la tabla 19 indica en nivel de ansiedad rasgo de los participantes. Los resultados indicaron que, entre hombres y mujeres, las segundas presentan un nivel moderado y alto de ansiedad rasgo, siendo 63 para la primera y 33 para la segunda respectivamente.

Tabla 19

Nivel de ansiedad rasgo según género

		Alta	Moderada	Baja	Frecuencia
Género	Hombre	16	10		26
	Mujer	63	33		96
Total		79	43		122

Fuente: autoría propia

Ahora bien, los datos de la tabla 20 reafirma los datos de la tabla 19, al comparar los datos entre mujeres y hombres en estrés académico, son las primeras quienes presentan estrés académico, pero ahora con niveles moderados (62) y severos (30).

Tabla 20

Nivel de estrés académico según género

		Severo	Moderado	Leve	Frecuencia
Género	Hombre	4	14	8	26
	Mujer	30	62	4	96
Total		34	76	12	122

Fuente: autoría propia

Al analizar la tabla 21, que relaciona los niveles de ansiedad estado con los diferentes semestres, se observa que el décimo semestre tuvo un mayor número de estudiantes con un nivel moderado de ansiedad estado, con un total de 26 estudiantes. Esto sugiere que, en comparación con los otros semestres, los estudiantes del décimo semestre experimentaron más ansiedad en el momento específico de la evaluación. (Ver tabla 21)

Tabla 21

Nivel de ansiedad estado según semestre

		Alta	Moderada	Baja	Frecuencia
Semestre/ urso	9A	5	12		17
	9B	10	7		17
	9H	11	5		16
	9J	10	12		22
	10	24	26		50
Total		60	62		122

Fuente: autoría propia

Por otra parte, se observa en la tabla 22 que el décimo semestre tuvo el mayor número de estudiantes con un nivel alto de ansiedad rasgo, con un total de 34 estudiantes. Esto sugiere que los estudiantes en el décimo semestre experimentaron niveles más altos de ansiedad rasgo en comparación con otros semestres relativamente.

Además, se menciona que el semestre con mayor número de estudiantes con un nivel alto de ansiedad rasgo es el 9J, con 17 estudiantes, seguido por 9H con 13 estudiantes, 9B con 11 estudiantes y 9A con 4 estudiantes, sumando un total de 79 estudiantes con un nivel alto de ansiedad rasgo en la muestra estudiada.

Tabla 22

Nivel de ansiedad rasgo según semestre

		Alta	Moderada	Baja	Frecuencia
Semestre/c	9A	4	13		17
	9B	11	6		17

Curso	9H	13	3	16
	9J	17	5	22
	10	34	16	50
Total		79	43	122

Fuente: autoría propia

En consecuencia, se podría afirmar que los estudiantes de décimo se encuentran en un nivel moderado de estrés académico con un total de 33 estudiantes sobre el total de la muestra. De igual forma, se observa como el estrés académico y la ansiedad estado-rasgo varía entre los estudiantes en los diferentes semestres y cursos. (Ver tabla 22)

Tabla 22

Nivel de estrés académico según semestre

		Severo	Moderado	Leve	Frecuencia
Semestre/cu rso	9A	1	15	1	17
	9B	6	10	1	17
	9H	9	7		16
	9J	8	11	3	22
	10	10	33	7	50
Total		34	76	12	122

Fuente: autoría propia

Discusión

El objetivo de la presente investigación fue analizar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el estrés académico. Se trabajó con una muestra de 122 estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG, con edades comprendidas entre los 20 y 35 años, incluyendo tanto hombres como mujeres. Para alcanzar este propósito, se aplicaron tres instrumentos, entre ellos un cuestionario sociodemográfico, el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (Spielberger et al., 1982) y el Inventario SISCO de estrés académico (Barraza, 2007), a aquellos participantes que cumplieran con los criterios de inclusión establecidos.

Inicialmente, se encontró que la media para la ansiedad estado es 44, lo que indica un nivel moderado de ansiedad. Esto sugiere que los estudiantes estaban experimentando una condición emocional transitoria caracterizada por sentimientos subjetivos de tensión y aprensión, así como por una hiperactividad del sistema nervioso autónomo (Spielberger, 1997). Con respecto a la ansiedad rasgo, se identificó un nivel alto (64.4%). Esto indica que los estudiantes tienden a percibir las situaciones como amenazadoras y a elevar, en consecuencia, su ansiedad estado.

Además, mostraron una disposición ansiosa que permanece latente hasta que son activados por ciertos estímulos (Spielberger, 1997). Esta observación confirma que los estudiantes con ansiedad rasgo elevada interpretan los estímulos como más amenazantes, lo que conduce a un aumento en la ansiedad estado. Estos hallazgos coinciden con la investigación realizada por Castillo et al. (2016), que encontró altos niveles de ansiedad estado-rasgo en estudiantes de carreras de la salud. Específicamente, se observaron mayores niveles de ansiedad estado y ansiedad rasgo en estudiantes de enfermería en comparación con los estudiantes de tecnología médica. Por su parte, en relación al estrés académico, se observa una prevalencia de un nivel moderado (61.1%). Esto sugiere que los estudiantes experimentan estrés durante sus estudios, manifestando sintomatología física, cognitiva y comportamental (Barraza, 2008). Este hallazgo coincide con investigaciones previas realizadas por Betancourt et al. (2018), Silva et al. (2020) y Restrepo et al. (2020), que también encontraron un alto índice de estudiantes con un nivel moderado de estrés académico. Se identificó que los estímulos estresores más comunes incluyen las evaluaciones de los profesores, la sobrecarga de trabajos y actividades académicas, así como la gestión del tiempo limitado. Este fenómeno puede ser explicado por lo planteado por Alfonso, Calcines, Monteagudo y Nieves (2015), quienes sugieren que durante el proceso de aprendizaje es habitual experimentar cierta tensión, la cual puede ser atribuida principalmente a factores estresantes asociados con las tareas académicas.

En cuanto a la correlación entre las variables de ansiedad estado y estrés académico encontradas en la investigación, se observó un coeficiente de 0.218*, mientras que para las variables de ansiedad rasgo fue de 0.092. Estos valores indican, en primer lugar, una correlación estadísticamente significativa de grado débil y positiva en el caso de la ansiedad estado, mientras que para la ansiedad rasgo se evidencia una correlación muy baja entre las variables. Estos resultados contrastan con los hallazgos de Muñoz et al. (2012), quienes encontraron una correlación positiva y significativa de 0.633, así como con los de Moposita (2020), quien reportó una correlación moderadamente fuerte directa ($R=0.650$) con un nivel de significancia de 0.001 ($p=0.000$). Estos estudios sugieren que, a mayor nivel de estrés académico, mayor es el nivel de ansiedad en los estudiantes.

La falta de correlación significativa entre las variables de ansiedad estado-rasgo y estrés académico podría atribuirse a varios factores, como:

Diferencias conceptuales. La falta de relación significativa entre la ansiedad estado-rasgo y el estrés académico puede atribuirse a diferencias conceptuales entre estas variables. Mientras que la ansiedad estado se refiere a la ansiedad experimentada en un momento específico, la ansiedad rasgo se relaciona con la tendencia general de una persona a experimentar ansiedad en diversas situaciones (Spielberger, 1982). Por otro lado, el estrés académico, según autores como Lazarus y Folkman, se caracteriza por su naturaleza multidimensional y su dependencia del contexto y la percepción individual (Lazarus, 1966 y Folkman, 1986 citado por Quintana, 2014). Esto implica que el estrés académico puede estar más relacionado con las demandas específicas del entorno educativo, como la presión por rendir en exámenes, la cantidad de trabajos asignados y la competencia con otros estudiantes, que con las características individuales de ansiedad. En otras palabras, aunque una persona pueda experimentar ansiedad en situaciones académicas específicas, esta ansiedad puede no estar necesariamente relacionada con su nivel general de ansiedad en otros contextos en los cuales está inmersa la persona, como se mide mediante la ansiedad rasgo.

Diferencias Individuales. Robert D. Fellner y Barraza (1982): Han investigado la relación entre el estrés académico y otros factores, como el apoyo social y las estrategias de afrontamiento. Sus estudios sugieren que el impacto del estrés académico puede variar según la forma en que los estudiantes perciben el entorno y manejan estas situaciones. Las personas pueden experimentar y expresar la ansiedad y el estrés de manera diferente debido a diferencias

individuales en la personalidad, el contexto cultural, las experiencias previas, entre otros factores. Estas diferencias pueden hacer que la relación entre la ansiedad y el estrés académico varíe entre las personas, lo que puede dificultar la identificación de una correlación significativa en un grupo de individuos.

Factores externos. Otros factores externos, como el apoyo social, las estrategias de afrontamiento o las características del entorno, posiblemente podrían estar influyendo en la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el estrés académico, haciendo que la correlación entre estas variables no sea significativa. Por lo tanto, dependerá de múltiples factores, no sólo de la parte psicológica, sino también de lo económico, político, social y familiar (Corsini, Bustos, Fuentes y Cantín, 2012).

Además, la falta de correlación entre la ansiedad estado-rasgo y el estrés académico puede atribuirse a varias razones metodológicas. En primer lugar, la muestra, aunque representativa, fue seleccionada por conveniencia y se aplicó de forma colectiva, diferentes rangos de edades, cursos, semestres y sitios de prácticas según estudios como el de Corsini, Bustos, Fuentes y Cantín (2012). Demostraron que el aumento de los niveles de ansiedad estado-rasgo se relaciona con el avance curricular al enfrentarse a situaciones de mayor complejidad. Esto podría haber introducido variabilidad en las experiencias de ansiedad rasgo-estado y estrés académico entre los participantes, lo que dificulta la detección de relaciones significativas entre estas variables.

Asimismo, se encontraron desigualdades en la distribución de género en la muestra, con un mayor número de mujeres, lo cual puede haber influido en los resultados, dado que las mujeres tienden a reportar niveles más altos de ansiedad en general, según el estudio de Rojas (2022). Se encontró diferencias estadísticamente significativas en ansiedad estado-rasgo entre varones y mujeres a favor de los varones, lo que significa que las mujeres presentan mayores niveles de ansiedad estado y ansiedad rasgo que los varones.

Por otro lado, la complejidad en la aplicación de los instrumentos durante el décimo semestre, cuando los estudiantes están en sitios de práctica, podría haber afectado la consistencia de las respuestas y la validez de los resultados.

Por lo anterior, se acepta la hipótesis nula, es decir, que NO existe relación entre la ansiedad estado-rasgo y estrés académico.

Finalmente, se presentan los análisis de las tablas cruzadas, que relacionan las variables de ansiedad estado-rasgo y estrés académico con las variables sociodemográficas. En cuanto a la

ansiedad estado según la edad, se observaron niveles más altos y moderados, especialmente a los 22 años. Esto sugiere que los estudiantes estaban experimentando una condición emocional transitoria (Spielberger, 1997). En relación con la ansiedad rasgo, se identificó un nivel alto, indicativo de una tensión ansiosa relativamente estable, que puede influir en la ansiedad estado (Spielberger, 1997). Este hallazgo se confirma con la investigación de Villanueva y Ugarte (2017), quienes encontraron que el 33.48% de los jóvenes de 20 a 24 años de una universidad privada en Arequipa manifestaba ansiedad moderada, lo que coincide con el rango de edad de nuestra investigación.

En cuanto al estrés académico según la edad, se observó una prevalencia de un nivel moderado, con un total de 69 estudiantes. Esto indica que los estudiantes experimentan estrés durante los semestres académicos (Barraza, 2008). Estos resultados coinciden con investigaciones previas realizadas por Restrepo et al. (2020) y Moposita (2020), quienes encontraron niveles moderados de estrés académico en su mayoría en el rango de edades de 18 a 24 y un nivel moderado de estrés académico del 11.4% entre los 18 y 32 años, respectivamente.

Con respecto a la ansiedad estado según el género, se encontró la presencia de niveles altos y moderados, principalmente en el género mujer. Esto sugiere que estaban experimentando una condición emocional transitoria (Spielberger, 1997) y con respecto a la ansiedad rasgo, se encontró un nivel alto de ansiedad rasgo en 63 mujeres. Es decir, en una tensión ansiosa relativamente estable, consecuentemente, a su ansiedad estado. (Spielberger, 1997). De lo anterior, se corrobora con la investigación de Castillo, *et al* (2016) los resultados indicaron la presencia de altos índices de ansiedad en las estudiantes de enfermería y en la investigación de Duran (2023), los resultados mostraron que se encontró relación de los niveles de ansiedad estado y ansiedad rasgo según el género. Además, se encontró que la ansiedad estado es superior en mujeres, que en los hombres.

En cuanto a la relación del estrés académico según el género, se encontró niveles leves, moderados y severos con más frecuencia en mujeres que en hombres, con un total de 69 mujeres. De lo anterior, se corrobora con las investigaciones de Conti, Mas y Sampol (2018). Los resultados indican que el 96.1% de las mujeres presentan un nivel severo de estrés académico y Jerez y Oyarz (2015), en los resultados, un 98% de los estudiantes han presentado estrés académico, señalando estar más estresadas las mujeres (96,24%) que los hombres (88,57%) (Jerez y Oyarz, 2015). Estas investigaciones sugieren que las mujeres tienden a

experimentar niveles más altos de ansiedad estado-rasgo y estrés académico en comparación con los hombres. En este texto, se exploran algunas teorías y hallazgos de autores para comprender estas diferencias de género en la ansiedad y el estrés.

Una de las teorías que se ha utilizado para explicar estas diferencias es la Teoría del Rol de Género. Según esta perspectiva, las expectativas sociales de género juegan un papel crucial en la forma en que hombres y mujeres experimentan y expresan emociones como la ansiedad y el estrés. Autores como Bem han resaltado cómo las normas de género prescriben roles específicos para hombres y mujeres, lo que puede influir en la percepción de sí mismos y en la manera en que afrontan el estrés (Bem 1981, citado por García, 2005); por ejemplo, las mujeres pueden enfrentar mayores expectativas de ser cuidadoras y mantener relaciones interpersonales, lo que podría contribuir a niveles más altos de estrés.

Otra teoría relevante es la Teoría de la Sensibilidad al Estrés, propuesta por Shelley Taylor (2000). Esta teoría sugiere que las mujeres tienen una mayor sensibilidad biológica al estrés debido a diferencias en la actividad hormonal, especialmente en la producción de cortisol, la hormona del estrés. Estas diferencias biológicas pueden hacer que las mujeres sean más propensas a experimentar reacciones de ansiedad y estrés en situaciones desafiantes o amenazantes.

Además de las teorías psicológicas y biológicas, los factores socioculturales también desempeñan un papel importante en las diferencias de género en la ansiedad y el estrés (Ramos, 2014). La discriminación de género, la desigualdad en el acceso a recursos y oportunidades, y las presiones sociales pueden contribuir a la carga de estrés experimentada por las mujeres en comparación con los hombres (ONU mujeres, 2020).

En resumen, las diferencias de género en la ansiedad y el estrés son el resultado de una interacción compleja entre factores biológicos, psicológicos y socioculturales.

Por su parte, en relación a la ansiedad estado según el semestre, se encontró que el semestre décimo tiene un nivel moderado con 26 estudiantes. Esto sugiere que los estudiantes estaban experimentando una situación emocional de ansiedad de naturaleza temporal (Spielberger, 1997) y con respecto a la ansiedad rasgo, se encontró un nivel alto de ansiedad rasgo con 34 estudiantes en el grado décimo. Un rasgo de personalidad caracterizado por la tendencia a percibir situaciones como amenazantes y a experimentar ansiedad de manera crónica (Spielberger, 1997). Esto confirma que los estudiantes con ansiedad rasgo elevada perciben un estímulo como más

amenazante, lo que producirá un aumento de la ansiedad estado. De lo anterior, se corrobora con la investigación de Corsini, Bustos, Fuentes y Cantín (2012). Los resultados indican puntajes promedio de la escala ansiedad estado estuvieron en niveles altos, con una tendencia al aumento en la medida que se avanza en la malla curricular, siendo estas diferencias estadísticamente significativas. En la escala ansiedad rasgo, los puntajes promedio califican en nivel de ansiedad medio desde el segundo hasta el octavo semestre, alcanzando un puntaje alto en el décimo semestre, siendo estas diferencias estadísticamente significativas (Corsini, *et al*, 2012). Además, en el estudio de Álava y Galvis (2004) mencionan que los practicantes reportan un nivel mayor de ansiedad cuando las relaciones laborales son percibidas como regulares. Sin embargo, el mayor nivel de ansiedad se observó cuando las relaciones con los supervisores se perciben como malas. Los psicólogos practicantes mostraron un nivel mayor de ansiedad ante las relaciones con el asesor del área clínica y con otro personal de la entidad evaluadas. Es decir, que el ambiente de los sitios de prácticas, en este caso los practicantes que cursan noveno y décimo semestre.

Por consiguiente, con relación al estrés académico según el semestre, se observó que los estudiantes de décimo se encuentran en un nivel moderado de estrés académico con un total de 33 estudiantes sobre el total de la muestra. Lo que implica que el estudiante presenta estrés en los procesos académicos (Barraza, 2008). De lo anterior, se difiere con la investigación de Restrepo, *et al* (2020). Los resultados sugieren es que la sobrecarga de tareas y trabajos escolares y el tiempo limitado para hacer los trabajos es una condición que genera estrés con independencia del semestre en su mayor porcentaje. Es decir, al no hallar diferencias en los niveles de estrés en función de todas esas variables, podría entenderse que el estrés depende más de una condición objetiva (Restrepo, *et al*, 2020). Así como lo indica la investigación de Angulo, *et al*, (2021) que a partir de los resultados alojados frente al estrés y la ansiedad de los estudiantes en prácticas profesionales de 9 y 10 semestre, se lograron observar síntomas como; tensión muscular, dificultades en la higiene del sueño, irregularidades a nivel alimenticio, angustia, intranquilidad, preocupación, entre otros, cuyos síntomas han alcanzado un estado de somatización.

Los últimos semestres de una carrera universitaria representan un período crítico en el que los estudiantes experimentan un aumento significativo en la ansiedad y el estrés. Este fenómeno puede ser entendido a través de varias teorías psicológicas y sociológicas.

Desde la perspectiva de la psicología del desarrollo, la teoría de Erikson (1968) sugiere que los jóvenes adultos se enfrentan a la tarea de alcanzar la intimidad frente a la aislación durante la

etapa de la adultez temprana. Durante los últimos semestres universitarios, los estudiantes se encuentran en un punto de transición hacia la vida adulta, donde deben tomar decisiones importantes sobre su futuro académico y profesional. La incertidumbre asociada con estas decisiones puede generar ansiedad y estrés.

Además, la teoría del estrés de Lazarus y Folkman (1984) proporciona una comprensión útil de cómo los individuos responden a las demandas del entorno. Durante los últimos semestres universitarios, los estudiantes enfrentan una serie de desafíos académicos, como proyectos finales y exámenes de grado, que pueden percibirse como amenazas a su bienestar psicológico. La percepción de estas demandas como abrumadoras puede desencadenar respuestas de estrés.

Desde una perspectiva sociológica, la teoría del conflicto de roles Roda (1999) también puede arrojar luz sobre el aumento de la ansiedad y el estrés en los últimos semestres universitarios. Los estudiantes universitarios a menudo tienen que equilibrar múltiples roles, como el de estudiante, trabajador a tiempo parcial y miembro de la familia. A medida que se acerca el final de la carrera, la presión para cumplir con estas responsabilidades puede aumentar, lo que contribuye al estrés.

Conclusiones

La investigación analizó la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el estrés académico en 122 estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología, con edades entre 20 y 35 años, incluyendo tanto hombres como mujeres. Se utilizó el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo de Spielberger et al. (1982) y el Inventario SISCO de estrés académico de Barraza (2007) con aquellos que cumplían con los criterios de inclusión.

Los resultados de este estudio indicaron que los estudiantes del Programa de Psicología experimentan un nivel moderado de ansiedad estado y un nivel alto de ansiedad rasgo, tanto en su estado emocional transitorio como en su disposición general. Probablemente perciben las situaciones como amenazadoras de manera habitual, lo que contribuye a un aumento de la ansiedad estado cuando se enfrentan a estímulos específicos. Además, estos resultados coinciden con investigaciones previas que también encontraron altos niveles de ansiedad en estudiantes de carreras de la salud (Castillo, *et al*, 2016).

De igual forma, revelaron una prevalencia de estrés académico en un nivel moderado entre los estudiantes del Programa de Psicología, lo que indicó la presencia de síntomas físicos, cognitivos y comportamentales asociados con el estrés durante sus estudios. Probablemente este hallazgo es consistente con la idea de que durante el proceso de aprendizaje es normal experimentar cierta

tensión, especialmente debido a las demandas asociadas con las tareas académicas. Después de analizar los niveles de las variables en la muestra, se encontró resultados significativos en relación con los objetivos específicos de identificar el nivel de ansiedad estado con el estrés académico y el nivel de ansiedad rasgo con el estrés académico.

Los resultados del estudio mostraron una correlación débil y positiva entre la ansiedad estado y el estrés académico, así como una correlación muy baja entre la ansiedad rasgo y el estrés académico. Estos hallazgos contrastan con investigaciones previas que encontraron correlaciones más significativas entre estas variables. Esta falta de correlación puede atribuirse probablemente a diferencias conceptuales entre la ansiedad estado y rasgo, así como al contexto individual y factores externos que influyen en la experiencia de estrés académico. Factores como el apoyo social, las estrategias de afrontamiento y las características del entorno también pueden influir en esta relación, lo que destaca la complejidad del fenómeno y la necesidad de considerar una variedad de factores en su análisis. Por ende, se trabaja con la hipótesis nula, es decir, no existe relación entre la ansiedad estado-rasgo y estrés académico.

Aunque la muestra del estudio fue representativa pero seleccionada por conveniencia, abarcando diversos rangos de edades, cursos y sitios de prácticas. Sin embargo, no hubo una relación significativa con sexo y edad (Corsini, *et al*, 2012). Las diferentes características de la muestra de estudio dificultaron la detección de relaciones claras entre estas variables. Además, se observaron desigualdades de género en la muestra, con más mujeres que hombres, lo que puede haber impactado en los resultados debido a que las mujeres suelen reportar niveles más altos de ansiedad (Rojas, 2022).

Los resultados mostraron que los estudiantes experimentan niveles más altos y moderados de ansiedad estado y rasgo a los 22 años. Una ansiedad rasgo elevada percibe un estímulo como más amenazante, lo que producirá un aumento de la ansiedad estado. Estos hallazgos coinciden con investigaciones previas que también encontraron niveles moderados de ansiedad en jóvenes de 20 a 24 años (Villanueva y Ugarte, 2017). Asimismo, una prevalencia de estrés académico moderado entre los estudiantes, con la mayoría de ellos experimentando este nivel de estrés durante los semestres académicos. Esta conclusión se respalda con investigaciones previas que también encontraron niveles moderados de estrés académico en estudiantes de edades similares.

Los hallazgos mostraron que las mujeres experimentan mayores niveles de ansiedad estado y rasgo, especialmente durante ciertos semestres y en relación al estrés académico según el

género, se encontró niveles leves, moderados y severos con más frecuencia en mujeres que en hombres. Las investigaciones presentadas sugieren consistentemente que las mujeres tienden a experimentar niveles más altos de ansiedad estado-rasgo y estrés académico en comparación con los hombres. Se exploraron varias teorías para comprender estas diferencias de género.

La Teoría del Rol de Género destaca cómo las expectativas sociales pueden influir en la forma en que hombres y mujeres perciben y afrontan el estrés (Bem, 1981, Citado por García, 2005), mientras que la Teoría de la Sensibilidad al Estrés sugiere que las diferencias biológicas, como la sensibilidad hormonal (Shelley Taylor, 2000), pueden hacer que las mujeres sean más propensas a experimentar ansiedad y estrés. Además, los factores socioculturales, como la discriminación de género y la desigualdad en el acceso a recursos, también contribuyen a la carga de estrés experimentada por las mujeres en comparación con los hombres. Estas teorías y hallazgos ofrecen una comprensión más profunda de las diferencias de género en la ansiedad y el estrés.

Los resultados indicaron que el décimo semestre muestra un nivel moderado de ansiedad estado y un nivel alto de ansiedad rasgo, sugiriendo una condición emocional transitoria y una tensión ansiosa relativamente estable en los estudiantes. Estos hallazgos se alinean con investigaciones anteriores que mostraron un aumento en los niveles de ansiedad a medida que los estudiantes avanzan en la carrera. Además, se destaca la influencia del ambiente de los sitios de prácticas en el nivel de ansiedad de los estudiantes en estos semestres. Con relación al estrés académico los estudiantes de décimo semestre experimentan un nivel moderado de estrés académico, lo que implica que el estrés es una constante durante los semestres académicos.

Los últimos semestres de la carrera universitaria son un período crítico caracterizado por un aumento significativo en la ansiedad y el estrés. Desde la perspectiva de la psicología del desarrollo, la teoría de Erikson sugiere que los jóvenes adultos enfrentan la tarea de alcanzar la intimidad frente a la aislación durante esta etapa. La incertidumbre asociada con las decisiones sobre el futuro académico y profesional puede generar ansiedad y estrés. La teoría del estrés de Lazarus y Folkman proporciona una comprensión de cómo los estudiantes responden a los desafíos académicos, como proyectos finales y exámenes de grado, que pueden percibirse como amenazas a su bienestar psicológico.

Desde una perspectiva sociológica, la teoría del conflicto de roles de Roda sugiere que los estudiantes universitarios equilibran múltiples roles, como estudiante, trabajador a tiempo

parcial y miembro de la familia. La presión para cumplir con estas responsabilidades puede aumentar a medida que se acerca el final de la carrera, contribuyendo al estrés. En conjunto, estas teorías ofrecen una comprensión amplia del aumento de la ansiedad y el estrés durante los últimos semestres universitarios.

Recomendaciones

Basándose en los resultados de la investigación sobre la relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG de San Juan de Pasto, se han identificado una serie de recomendaciones clave destinadas a mejorar el bienestar emocional y académico de los estudiantes.

Primero, es fundamental reconocer la correlación encontrada entre la ansiedad y el estrés académico. Si bien la correlación entre la ansiedad estado y el estrés académico fue estadísticamente significativa, se observó que era de grado débil, indicando una relación no tan fuerte entre estas variables. Por otro lado, la correlación entre la ansiedad rasgo y el estrés académico fue aún más baja, lo que sugiere que factores adicionales podrían influir en el nivel de estrés experimentado por los estudiantes. Por otra parte, la aplicación de los instrumentos durante el décimo semestre, el rango de edades, la selección de la muestra, sitios de práctica, podría haber introducido complejidades que afectaron la consistencia de las respuestas y la validez de los resultados. Por lo tanto, para futuras investigaciones, sería aconsejable aplicar los instrumentos en un entorno más homogéneo, tanto en términos de espacio como de tiempo, y considerar estrategias para abordar las diferencias de género entre los participantes.

En este sentido, se recomienda implementar programas de manejo del estrés adaptados a las necesidades específicas de los estudiantes de Psicología. Estos programas podrían incluir técnicas de relajación, mindfulness y fortalecer estrategias de afrontamiento efectivas para ayudar a los estudiantes a gestionar la presión académica de manera saludable.

Además, dada la prevalencia de niveles moderados y altos de ansiedad estado-rasgo y un nivel moderado de estrés académico en toda la muestra estudiantil, se sugiere la integración de programas de concienciación y educación sobre la ansiedad. La psicoeducación posiblemente podría proporcionar a los estudiantes información sobre los efectos de la ansiedad y estrategias prácticas para manejarla de manera efectiva.

También, es esencial fomentar un ambiente de apoyo y comprensión dentro de la comunidad estudiantil. La creación de espacios seguros donde los estudiantes puedan compartir sus experiencias y recibir apoyo emocional puede ayudar a reducir el estigma asociado con la

ansiedad y el estrés académico, promoviendo así una cultura de bienestar y cuidado mutuo. Junto con estas medidas, se sugiere incorporar técnicas de manejo del tiempo y planificación en el currículo académico. Enseñar a los estudiantes habilidades para establecer metas realistas, priorizar tareas y administrar eficazmente su tiempo de estudio puede ayudar a reducir la sensación de abrumamiento y mejorar su capacidad para manejar la carga académica.

Por último, se enfatiza la importancia de promover un enfoque holístico del bienestar entre los estudiantes universitarios. Esto implica no solo abordar la ansiedad y el estrés académico de manera directa, sino también fomentar hábitos de vida saludables, como una alimentación equilibrada, ejercicio regular, sueño adecuado y tiempo para actividades recreativas y sociales.

En resumen, estas recomendaciones están diseñadas para abordar los desafíos identificados en nuestra investigación y proporcionar orientación práctica para ayudar a los estudiantes a manejar mejor la ansiedad y el estrés académico en el contexto universitario. Al implementar estas estrategias de manera efectiva, podemos contribuir significativamente al bienestar emocional y académico de los estudiantes universitarios de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG de San Juan de Pasto.

Apéndices

Instrumentos de recolección de información



IDARE

SXE

Inventario de Autoevaluación
por

D. Spielberg, A. Martínez-Urrutia, F. González-Reigosa, L. Natalicio y R. Díaz-Guerrero

Nombre: _____ Fecha: _____

Instrucciones: Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y llene el círculo numerado que indique cómo se *siente ahora mismo*, o sea, en *este momento*. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos *ahora*.

	NO EN LO ABSOLUTO	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
1. Me siento calmado(a)	①	②	③	④
2. Me siento seguro(a)	①	②	③	④
3. Estoy tenso(a)	①	②	③	④
4. Estoy contrariado(a)	①	②	③	④
5. Estoy a gusto	①	②	③	④
6. Me siento alterado(a)	①	②	③	④
7. Estoy preocupado(a) actualmente por algún posible contratiempo	①	②	③	④
8. Me siento descansado(a)	①	②	③	④
9. Me siento ansioso(a)	①	②	③	④
10. Me siento cómodo(a)	①	②	③	④
11. Me siento con confianza en mí mismo(a)	①	②	③	④
12. Me siento nervioso(a)	①	②	③	④
13. Me siento agitado(a)	①	②	③	④
14. Me siento "a punto de explotar"	①	②	③	④
15. Me siento reposado(a)	①	②	③	④
16. Me siento satisfecho(a)	①	②	③	④
17. Estoy preocupado(a)	①	②	③	④
18. Me siento muy agitado(a) y aturdido(a)	①	②	③	④
19. Me siento alegre	①	②	③	④
20. Me siento bien	①	②	③	④

DR. © 1991 por
ESPañOL, Ed. MANUAL MORGENTHAU, S.A. DE C.V.
Atención de la Ciudad Nacional
de la Industria Editorial Mexicana, Reg. núm. 39



Vota: Este inventario está impreso en verde y negro. NO LO ACEPTE SI ES DE UN SOLO COLOR.

0813

IDARE

Inventario de Autoevaluación

SXR

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

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

EDITORIAL
EL MANUAL MODERNO, S.A. DE C.V.
Av. Sonora núm. 206, Col. Hipódromo, Deleg. Cuauhtémoc
06100 México, D.F.

Nota: Este Inventario está impreso en verde y negro. NO LO ACEPTE SI ES DE UN SOLO COLOR.

INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

EL INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO

Arturo Barraza Macías
tharaza@terra.com.mx

Inventario

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

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

- Sí
 No

En caso de seleccionar la alternativa "no", el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa "sí", pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

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

1	2	3	4	5

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

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
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					

INED

Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

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

Reacciones físicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
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					
Reacciones psicológicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otras (especifique)					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre

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

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Habilidad asertiva (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)					

DOSSIER

LA INVESTIGACIÓN EDUCATIVA EN LA UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA DE DURANGO

Referencias

- Álava, D., y Galvis, D. (2004). *Ansiedad en psicólogos practicantes de la Universidad de Nariño, promoción 2003-2004 al ejercer su rol terapéutico en la intervención clínica individual*. Trabajo de grado. Universidad de Nariño.
- Alfonso, B., Calcines, M., Monteagudo, R., y Nieves, Z. (2015). Estrés académico. *EDUMECENTRO*, 7(2), 163-178. Recuperado en 07 de abril de 2024, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013&lng=es&tlng=es.
- Angulo, M., Alonso, L., y Ramírez, E. (2021). *Niveles de ansiedad y estrés generados por las prácticas profesionales de manera remota en estudiantes de 9 y 10 semestre del programa de psicología de la Fundación Universitaria del Área Andina*. Trabajo de grado. Fundación universitaria del Área Andina.
- Barlow, D. (2002). *Anxiety and its disorders: the nature and treatment of anxiety and panic. Second edition*. New York. Guilford press.
- Barraza, A. (2010). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico*. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*, 9(3). Recuperado a partir de <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/view/19028>
- Barraza, A. (2007). *Inventario SISCO del estrés académico. Propiedades psicométricas*. *Revista Psicología Científica.com*, 9(13). <https://psicolcient.me/98grl>
- Barraza, A. (2008). *El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos*. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 26 (2), 270-289.
- Barraza, A. (2018). *Inventario sisco sv-21. Inventario SISTémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico*. Ramos Escamilla M, editor. México.
- Beck, A. (2013). *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad*. Editorial Desclee de brouwer.
- Betancourt, E., Betancourt Pérez, y Rivas, A. (2018). *Influencia de la realización del trabajo de grado en el estrés académico de estudiantes que transitan de sexto a octavo semestre del programa de psicología en la institución universitaria CESMAG*. Trabajo de grado. Institución Universitaria CESMAG.
- Bordignon, N. A. (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto. *Revista Lasallista de investigación*, 2(2), 50-63.

- Castillo, C., Chacón, T., y Díaz, G. (2016). *Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud*. *Investigación en Educación Médica*, 5 (20), 230-237.
- Colegio Colombiano de Psicólogos. (2023). *Campos disciplinares y profesionales*.
<https://www.colpsic.org.co/campos/campos-disciplinares-y-profesionales/>
- Conti, J., Mas, A., y Sampol, P. (2018). Diferencias de estrés y afrontamiento del mismo según el género y cómo afecta al rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Contextos educativos: Revista de educación*, (22), 181-195.
- Dorado, A., y Zúñiga, E. (2010). Construcción de una prueba psicológica para medir estrés académico en estudiantes de pre-grado de la Universidad de Nariño sede Torobajo. Trabajo de grado. Pasto: Universidad de Nariño.
- Duran, A. (2023). *Relación de los niveles de ansiedad entre los diferentes cursos de los estudiantes de psicología de la universidad cooperativa de Colombia*. (Doctoral dissertation). Universidad Cooperativa de Colombia.
- Galán, S. y Camacho, E. (2012). *Estrés y salud: investigación básica y aplicada*. Editorial El Manual Moderno.
- García, J., y Nogueras, E. (2013). *Guía de Autoayuda para la Depresión y los Trastornos de Ansiedad*.
- García. (2005). *Identidad de género: Modelos explicativos*. *Escritos de Psicología - Psychologic Writings*, (7), 71-81. ISSN: 1138-2635. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=271020873007>
- Guillen y Buela. (2015). *Estructura factorial del cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) para pacientes diagnosticados con depresión*. *Salud Mental*, 38 (2015), pp. 293-298
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2018). *Metodología de la investigación* (Vol. 4, pp. 310-386). México: McGraw-Hill Interamericana. Estado Rasgo. Madrid: TEA Ediciones.
- Jerez, M., y Oyarz, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 53(3), 149-157. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272015000300002>
- Jiménez, J. (2021). *Ansiedad, desempeño académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios*. (Doctoral dissertation, Corporación Universitaria Minuto de Dios).

- Kloster, G. y Perrotta, F. (2019). *Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná*.
- Lazarus, R. (2000). *Estrés y emoción: Manejo e implicaciones en nuestra salud*.
- Martínez, J. (2017). *Trata el estrés con PNL*. Editorial Centro de Estudios Ramon Areces SA.
- Müggenburg, M, y Pérez, I. (2007). *Tipos de estudio en el enfoque de investigación cuantitativa. Enfermería Universitaria*. 4 (1), 35-38.
- Mojica, D. (2023). *Relación entre la salud mental y rendimiento académico de población estudiantil de Colombia*. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.12495/10914>.
- Muñoz, D., Muñoz, É., Osorio., J y Marín., M. (2012). *Relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes de octavo semestre que se encuentran desarrollando trabajo de grado y prácticas profesionales en una institución de educación superior en el valle de Aburrá*. Tecnológico de Antioquia.
- Naranjo, M. (2009). *Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo*. Revista Educación, 33 (2), 171-190.
- O.N.U Mujeres. (2020). *Mujeres y hombres: brechas de género en Colombia*. Mujeres y Hombres. Brechas de Género en Colombia, 246.
- Ramos, L. (2014). *¿Por qué hablar de género y salud mental?* Salud mental, 37(4), 275-281.
- Restrepo, J., Sánchez, O., y Castañeda, T. (2020). *Estrés académico en estudiantes universitarios*. Psico espacios, 14(24), 17-37. <https://doi.org/10.25057/21452776.1331>
- Reyes, J. (2010). *Trastornos de ansiedad: Guía práctica para diagnóstico y tratamiento*. Biblioteca Virtual en Salud.
- Ries, F., Castañeda, C., Campos, M, y Del Castillo. (2012). *Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas*. Cuadernos de Psicología del Deporte, 12 (2), 9-16.
- Rodríguez, A., y Pérez, A. (2017). *Métodos científicos de indagación y de construcción del conocimiento*. Revista Escuela de Administración de Negocios, (82), 1-26.
- Rojas, K. (2022). *Ansiedad estado-rasgo en estudiantes universitarios según sexo de la ciudad de Huacho*. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.
- Roda, R. (1999). *La estructura del grupo: estatus, rol, normas y cohesión*. Introducción a la psicología de los grupos, 191-222.

Sierra, J., Ortega, V. y Zubeidat, I. (2003). *Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar*. Revista Mal-estar E Subjetividad, 3 (1), 10 - 59.

Silva, M., López, J. y Meza, M. (2020). *Estrés académico en estudiantes universitarios*. Investigación y Ciencia de la Universidad Autónoma de Aguascalientes. 28 (79), 75-83.

Villanueva Kuong, L. E., & Ugarte Concha, A. R. (2017). Niveles de ansiedad y la calidad de vida en estudiantes de una Universidad Privada de Arequipa. Avances en Psicología, 25 (2), 153-169.

Anexos

Matriz de investigaciones

Anexo 1

Matriz de referencias

Antecedentes internacionales					
Referencia APA		Objetivo	Metodología	Resultado	Categoría (variable)
Nº1	Otero, V. (2014). Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la Facultad de Educación. Revista De La Facultad De Educación De Albacete, 29(2), 63–78.	Evaluar el nivel de ansiedad en estudiantes universitarios	Cuantitativo Empírico analítico IDARE Muestra: 106 alumnos (89 mujeres y 17 varones), con una edad media de 22 años. Son estudiantes del primer curso del Grado de Educación Social y del último curso de la Licenciatura de Pedagogía de la Facultad de Educación de la UCM. En el alumnado de ambas titulaciones predomina el género femenino, lo que explica que en la muestra haya mayoría de mujeres.	Hay diferencias significativas en los valores medios de las puntuaciones directas correspondientes a la Escala de Ansiedad Estado, más altos en las mujeres que en los varones ($p=0.047$) Se encontró valores medios en las puntuaciones directas de Ansiedad Rasgo y en los percentiles de Ansiedad Estado significativamente más altos en las mujeres que en los varones ($p< 0.10$). Los resultados revelaron un significativo porcentaje de alumnos con ansiedad elevada. Los niveles altos de ansiedad en los estudiantes de Educación tienen relevantes implicaciones que se extienden más allá del contexto universitario. Los resultados son útiles para el análisis de la salud mental en el ámbito universitario y como guía para planear nuevas prospecciones.	Ansiedad
Nº2	Silva, M, López, J y Columba, M. (2020). Estrés académico en estudiantes	Determinar el nivel de estrés en estudiantes universitarios	Cuantitativo Descriptivo/correlaciona I I-SISCO	Los resultados de la presente investigación lograron determinar que existe un alto índice de estudiantes de educación superior con un nivel de estrés moderado, asimismo, se identificó que los estímulos estresores más frecuentes son las	Estrés académico

	universitarios. Investigación y Ciencia de la Universidad Autónoma de Aguascalientes. 28 (79), 75-83.		Muestra: 255 estudiantes La población de estudio estuvo representada por estudiantes universitarios de los programas educativos (PE) Licenciatura en Enfermería y Genómica e Ingeniería en Petroquímica y Nanotecnología	evaluaciones de los profesores, la sobrecarga de tareas y trabajos escolares y el tiempo limitado para hacer los trabajos.	
Nº3	Celis, J., Bustamante, M., Cabrera, D., Cabrera, M., Alarcón, W., y Monge, E. (2001). Ansiedad y Estrés Académico en Estudiantes de Medicina Humana del Primer y Sexto Año. Anales de la Facultad de Medicina, 62 (1), 25-30.	Determinar la Ansiedad Estado (AE) y Rasgo (AR) y el Estrés Académico entre los estudiantes de Medicina Humana de primer y sexto año	Cuantitativo Analítico/Transversal IEA (Inventario d estrés académico) I-SISCO Muestra: 98 estudiantes, 53 del primero y 45 del sexto año de la Facultad de Medicina	Encontrándose que la mayoría de la población presenta niveles moderados de ansiedad. Con respecto a la AE, un 64,2% de los alumnos del primer año y un 57,8% de alumnos del sexto año presentó un nivel moderado; en cuanto a la AR, 54,7% y 48,9% de los alumnos de primero y sexto año, respectivamente, presentaron niveles moderados. Lo más resaltante fue la existencia de un mayor porcentaje de alumnos del primer año (26,4%) con respecto a los alumnos del sexto año (8,9%) con un nivel de AE severa, lo mismo que se reflejó también en la AR, cuando se encuentro que 20,8% de alumnos del primer año y 11,1% de alumnos del sexto año presentó un nivel alto. Se encontró mayores las principales situaciones generadoras de estrés fueron la sobrecarga académica, la falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas y la realización de un examen.	Ansiedad Estrés académico
Nº4	Trunce, S, Villarroel, G, Arntz, J, Muñoz, S y Werner, K. (2020). Niveles de depresión,	Determinar los niveles de estrés, depresión y ansiedad en estudiantes universitarios de	Cuantitativo Exploratorio, no experimental, descriptivo de corte transversal DASS-21	La prevalencia de estos trastornos cuando se muestra de forma agrupada, para el total de los 186 estudiantes consultados; el 29.00% presenta algún trastorno asociado a depresión; el 53.20%, a ansiedad; y el 47.80%, a estrés. Se observó	Ansiedad Estrés

	ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. Investigación en Educación Médica, 9 (36), 8-16. https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20229	primer año de las áreas de salud, relacionándolos con el rendimiento académico.	(Escala de depresión, ansiedad y estrés) Muestra: 186 estudiantes universitarios chilenos entre 15 a 24 años del área de salud en el primer año	asociación estadísticamente significativa entre las variables ansiedad y rendimiento Académico.	
Nº5	Castillo, C., Chacón, T., y Díaz, G. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. Investigación en Educación Médica, 5 (20), 230-23.	Determinar los niveles de ansiedad e identificar las fuentes generadoras de estrés académico existente entre los estudiantes de 2.º año de Enfermería y Tecnología Médica de la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile.	Cuantitativo Descriptivo/transversal no experimental IDARE IEA (Inventario de estrés académico de polo, Hernández) Muestra: 154 estudiantes que cursaban el segundo año en la escuela de Tecnología, en la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile.	Los estudiantes de Enfermería mostraron mayores niveles de ansiedad estado y ansiedad rasgo que los estudiantes de Tecnología Médica. Solo para ansiedad estado se observó una frecuencia significativamente diferente, encontrándose las diferencias en los grupos que manifiestan un nivel de ansiedad leve (Enfermería 32.1% y Tecnología Médica 56.6%) y ansiedad severa (Enfermería 20.5% y Tecnología Médica 9.2%). Aunque las situaciones generadoras de estrés fueron similares para ambos grupos, varias de ellas fueron percibidas como estresores significativamente mayores por los estudiantes de Enfermería. Las tres principales fuentes de estrés resultaron ser: sobrecarga académica, falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas y realización de un examen.	Ansiedad Estrés académico
Nº6	Jerez, M y Oyarzo, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de	Identificar la prevalencia de estrés en estudiantes de la Universidad de	Cuantitativo No experimental Descriptivo/transversal I-SISCO Muestra: 250 alumnos de las carreras del área	Un 98% de los estudiantes han presentado estrés académico, señalando estar más estresadas las mujeres (96,24%) que los hombres (88,57%). Los estresores más mencionados por los alumnos fueron las evaluaciones de los profesores (95,6%) y la sobrecarga de tareas y trabajos (92,3%). Existiendo	Estrés académico

	Salud de la Universidad de Los Lagos de Osorno. Revista chilena de neuropsiquiatría, 53 (3), 149-157. https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272015000300002	Los Lagos, Osorno.	de la salud de la universidad de los Lagos de Osorno, Chile.	diferencia significativa entre las carreras en las evaluaciones de los profesores (Sig. 0,009). Con respecto a los síntomas la mayoría de los encuestados señalan haber tenido somnolencia (86,3%) y problemas de concentración (77,4%), presentando diferencia por carreras en fatiga crónica (0,002) y problemas de digestión (0,006) y en cuanto al género existe diferencia en varios de los síntomas que son presentados mayormente en las mujeres. Existe una alta prevalencia de estrés en los estudiantes del área de la salud, indicando un mayor estrés el género femenino existiendo diferencia por carreras en las evaluaciones de los profesores, fatiga crónica y dolores abdominales	
Nº7	González, M. (2017). Respuesta al estrés académico en estudiantes universitarios de Asunción entre diciembre del 2015 y marzo del 2016: Una comparación entre carreras. Revista Científica de la UCSA, 4(3), 48-58. https://doi.org/10.18004/ucsa/2409-8752/2017.004(03)048-058	Establecer las diferencias entre los diferentes tipos de respuestas asociadas al estrés según la carrera elegida.	Cuantitativo No experimental Transversal CEA (Escala de Respuesta al estrés del Cuestionario de Estrés Académico) Muestra: 353 estudiantes universitarios. La edad promedio fue de 22 años siendo 223 pertenecientes al sexo femenino y el 130 de sexo masculino.	<p>La presentación de trabajos prácticos, pruebas, exámenes, prácticas profesionales entre otros escenarios estrechamente vinculados al estilo de vida del estudiante universitario, pueden en ocasiones resultar extremadamente aversivos, generando efectos negativos en la salud en general y el rendimiento académico mediante la aparición de respuestas desadaptativas.</p> <p>Los resultados revelaron una incidencia notoria de respuestas contraproducentes como agotamiento físico, alteraciones de sueño, pensamientos negativos y agitación física en estudiantes de las carreras que compiten al grupo de Ciencias de la salud por sobre los demás grupos de carreras evaluadas.</p> <p>Los estudiantes de Ciencias de la salud obtuvieron mayores niveles de agotamiento físico, alteraciones de sueño y agitación física en comparación a todas las demás carreras, encontrándose diferencias estadísticamente significativas tras ser comparados con estudiantes de Ingenierías en la dimensión de agotamiento físico ($p = .001$), alteraciones de sueño ($p = .003$), pensamientos negativos ($p = .022$) y agitación física</p>	Estrés académico

				(p = .000). Al ser comparados con los de Economía y administración, los de Ciencias de la salud presentaron mayores índices de pensamientos negativos (p = .020) y agitación física (p = .025).	
Nº8	Moposita, L. (2022). La ansiedad y su relación con el estrés académico en estudiantes de las carreras de psicología clínica y enfermería (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato/Facultad de Ciencias de la Salud/Carrera de Psicología Clínica).	Identificar la relación entre el nivel de ansiedad y el nivel de estrés académico en estudiantes universitarios	Enfoque cuantitativo de tipo correlacional de corte transversal no experimental, utilizando el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (I-DARE) y el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) en una muestra de 169 estudiantes pertenecientes a las Carreras de Psicología Clínica y Enfermería	Los resultados revelaron que la mayoría de los estudiantes presentó niveles altos tanto de ansiedad como de estrés académico. Se concluyó que existe correlación moderada fuerte directa entre las variables, es decir a mayor nivel de ansiedad, mayor nivel de estrés académico en estudiantes universitarios de Psicología y Enfermería.	Ansiedad Estrés académico
Nº9	Fernández, M., García, I., Portero, S., y Cebrino, J. (2021). Nivel de ansiedad en estudiantes universitarios. Nure investigación, (112).	Conocer el nivel de ansiedad de los participantes y analizar la posible relación entre el nivel de ansiedad y las variables sociodemográficas y relacionadas con el ámbito educativo estudiadas.	Cuantitativo Descriptivo/transversal I-DARE Muestra: 305 estudiantes de Enfermería, Medicina y Fisioterapia de la Universidad de Córdoba, España.	La puntuación media de ansiedad-estado fue de 23.63 (9.98) y la ansiedad- rasgo de 26.49 (10.69). El nivel de ansiedad-estado estuvo relacionado con el sexo de los estudiantes, de tal manera que la puntuación fue mayor en mujeres que en hombres (diferencia de puntuación: 4.24 puntos<0.001). Además, el nivel de ansiedad-rasgo fue mayor entre aquellos estudiantes que creían que su carrera universitaria presentaba dificultad (p = 0.02), entre aquellos que creían que el estrés educativo afectaba a su calidad de vida (p<0.001) y entre los que creían que la ansiedad y el estrés influían en el rendimiento académico (p<0.001).	Ansiedad
Nº10	Pinargote, E. y Caicedo, C.	Determinar los niveles de	Cuantitativo	Los niveles de ansiedad que poseen los estudiantes de la escuela de Psicología de la	Ansiedad

	(2019). La ansiedad y su relación en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Manabí. Espirales revista multidisciplinaria de investigación científica, 3(28).	ansiedad que poseen los estudiantes de la carrera de Psicología y su repercusión en el rendimiento académico	Descriptivo/correlaciona 1 Escala de ansiedad de Hamilton Muestra: 163 estudiantes de la carrera de psicología.	Universidad Técnica de Manabí del periodo 2018, el 74,8% de la muestra presenta ansiedad Leve, 23,3% del total reflejan ansiedad moderada, y el 1,8% presenta ansiedad severa. Dado estos resultados, se evidencia que la mayoría de estudiantes de la escuela de Psicología presentan ansiedad.	
Nº1 1	Acasiete, B., y Marcatoma, K. (2022). Relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes del quinto ciclo académico de la Facultad de Administración en una Universidad de Lima 2021. Trabajo de investigación. Perú.	Determinar la relación entre la ansiedad y estrés académico en los estudiantes del quinto ciclo académico de la facultad de administración de una Universidad de Lima, 2021.	Cuantitativo Correlacional/no experimental/transversal I-SISCO BAI-1 (Cuestionario de ansiedad de beck-1) Muestra: 98 estudiantes del quinto ciclo académico de la facultad de administración de la de una Universidad de Lima 2021.	Se describe que el 62% (61) de los estudiantes oscilan entre los 21 a 23 años de edad, el 67% (66) pertenece al sexo masculino. Sobre la variable ansiedad, se aprecia que el 30,3% (30) tienen un nivel severo y el 29,6% (29) un nivel mínimo, sobre la variable estrés tenemos que el 63% (62) tienen un nivel severo. Se concluye de esta manera que existe una relación estadísticamente significativa, positiva media entre las variables de ansiedad y estrés académico ($r = ,304$; $p = ,002$).	Ansiedad Estrés académico

Antecedentes Nacionales					
	Referencia APA	Objetivo	Metodología	Resultado	Categoría (variable)
Nº1	Caballero, C., y Suarez, Y. (2019). Tipologías distintivas de respuestas ante el estrés académico en universitarios: un análisis de clasificación. Duazary. 16(2): Doi: https://doi.org/10.21676/2389783X.2748	Establecer las características distintivas de las respuestas ante el estrés de los estudiantes universitarios del área de la salud	Cuantitativa Transversal MBI-SS, el UWES-S, EEC-M, el STAI (IDARE) y el de depresión de Beck Muestra: 820 estudiantes de ciencias de la salud	En cuanto al papel de la depresión y ansiedad en las respuestas ante el estrés académico, los hallazgos permiten evidenciar que el burnout académico tiende a acompañarse de síntomas que comprometen la salud mental de los estudiantes universitarios, como ansiedad y, en menor medida, depresión, lo que nos lleva a resaltar y confirmar su comorbilidad con ansiedad. Por lo tanto, podemos considerar al burnout académico como un buen predictor de síntomas de ansiedad en los estudiantes, y, factiblemente, un factor de riesgo para el desarrollo de condiciones de mayor compromiso de salud mental por ansiedad clínicamente significativa.	Estrés académico
Nº2	Cardona, J., Pérez, D., Rivera, S., Gómez, J., y Reyes, Á. (2015). Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios. Diversitas: Perspectivas en Psicología, 11 (1), 79-89.	Determinar la prevalencia de ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Medellín y su asociación con aspectos sociodemográficos y académicos	Cuantitativo Escala de ansiedad de Zung Muestra: 200 estudiantes, 100 estudiantes de ingeniería y 100 de medicina de la Universidad Cooperativa de Colombia, sede en Medellín	La prevalencia de ansiedad en el actual grupo fue 58% —55% en grado leve y 3,0% moderado. La prevalencia de ansiedad presentó una distribución estadísticamente igual según el sexo y el grupo etario; además no presentó asociación con el ciclo de formación, el programa académico ni la frecuencia de ansiedad no presentó asociación estadística con la edad (Valor p Prueba U de Mann-Whitney= 0,509) ni el número de créditos matriculados (Valor p Prueba U de Mann-Whitney = 0,652). Al desagregar el análisis según la gravedad de la ansiedad no se hallaron diferencias estadísticas en las con variables analizadas. Dicha prevalencia solo presentó una asociación estadísticamente significativa con el estrato social, siendo menor en los estudiantes de clase media.	Ansiedad

N°3	Caro, Y., Trujillo, S., y Trujillo, N. (2019). Prevalencia y factores asociados a sintomatología depresiva y ansiedad rasgo en estudiantes universitarios del área de la salud. <i>Psychologia</i> , 13(1), 41-52. doi: 10.21500/19002386.3726	Determinar la prevalencia de sintomatología depresiva y ansiedad rasgo y su relación con factores demográficos y asociados con el desempeño académico en estudiantes de pregrado	Cuantitativo Transversal IDARE DBI-2 Muestra: 325 estudiantes de segundo a séptimo/oncavo semestre de instrumentación quirúrgica (133) y medicina (192) (respectivamente) de la Facultad de Medicina de la universidad de Antioquia.	Se encontró que el 62.8% son mujeres, el 81.4% tienen una edad comprendida entre los 19 y 24 años; el 95.3% son solteros; el 75.5% pertenecen a estrato socioeconómico 1, 2 y 3 y el 25.6% se encuentran trabajando en la actualidad. Además, se identificó que por cada hombre que presenta ansiedad hay 1.7 mujeres con los mismos síntomas ($p = 0.046$).	Ansiedad
N°4	Restrepo, J., Sánchez, O., y Castañeda, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. <i>Psicoespacios</i> , 14(24), 17-37. https://doi.org/10.25057/21452776.1331	Analizar el estrés académico en estudiantes universitarios.	Se desarrolló una investigación con enfoque cuantitativo, transversal y de nivel descriptivo con una muestra de 450 estudiantes de tres universidades de Medellín y el Valle de Aburrá (dos instituciones privadas y una pública) utilizando el Inventario SISCO del Estrés Académico.	La categoría Situaciones y condiciones estresantes, el ítem con más porcentaje en la clasificación alto fue el de Sobrecarga de tareas y trabajos escolares. Para la categoría Reacciones físicas, el ítem con más porcentaje en la clasificación alto fue el de Inquietud (este ítem presentó diferencias según la edad). Para la categoría Reacciones psicológicas, el ítem con más porcentaje en la clasificación alto fue el de Somnolencia o mayor necesidad de dormir. Para la categoría Reacciones comportamentales, el ítem con más porcentaje en la clasificación alto fue el de Aumento o reducción del consumo de alimentos (este ítem presentó diferencias según el semestre). Para la categoría Estrategias de afrontamiento, el ítem con más porcentaje en la clasificación alto fue el de Habilidad asertiva	Estrés académico
N°5	Muñoz, D., Muñoz, É,	Establecer las relaciones entre la	Cuantitativo	El estrés académico en los estudiantes se situó de la siguiente manera: nivel alto 22,7%, bajo	Ansiedad

	Osorio, J y Marín, M. (2012). Relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes de octavo semestre que se encuentran desarrollando trabajo de grado y prácticas profesionales en una institución de educación superior en el valle de Aburrá. Tecnológico de Antioquia.	ansiedad y el estrés académico de los estudiantes de octavo semestre que están realizando trabajo de grado y práctica profesional en el programa de psicología de una institución universitaria del área metropolitana del valle de Aburrá.	Descriptivo/correlaciona I Transversal BAI-1 (Cuestionario ansiedad Beck-1) I-SISCO Muestra: 110 estudiantes de psicología de octavo semestre.	46,4%, medio 2,7%, medio alto 12,7% y finalmente medio bajo 15,5% y en los resultados de ansiedad los estudiantes se situaron así: Muy baja 74,5%, seguido de moderada 19,1% y finalmente del nivel severa 6,4%. La correlación entre las variables ansiedad y estrés académico encontrada en nuestra investigación fue de 0.633. Este valor indica que existe una asociación estadísticamente significativa de grado fuerte y positiva entre las variables. Estos resultados coinciden con los expuestos por (Guerra, 2017) quien encontró una correlación positiva y significativa de .7,54 lo cual significa que ambas variables aumentan de igual manera. Esto quiere decir que cuando la ansiedad aumenta también lo hace el estrés académico y de la misma forma cuando el estrés académico aumenta también lo hace la ansiedad, quiere decir que en los estudiantes de psicología que se encuentran realizando su trabajo de grado y práctica profesional los niveles de ansiedad y estrés académico se relacionan significativamente influyendo en la realización de ambas actividades.	Estrés académico
N°6	Angulo, M., Alonso, L., y Ramírez, E. (2021). Niveles de ansiedad y estrés generados por las prácticas profesionales de manera remota en estudiantes de 9 y 10 semestre del programa de psicología de la Fundación	Determinar los niveles de ansiedad y estrés generados por las prácticas profesionales de manera remota en estudiantes.	Cuantitativa Correlacional I-DARE I-SISCO Muestra: 82 psicólogos en formación pertenecientes a los semestres de noveno y décimo 2020-3, con un rango de edades entre los 20 y 30 años.	En relación de lo teórico y lo práctico, se puede ver que los niveles de ansiedad y estrés si se ven alterados por las prácticas profesionales, incluyendo que la forma en que se somatiza todo lo que es referente a lo psicológico o sobre estos indicadores es real en el organismo o pensamiento del estudiante, presentando altos niveles de somatización que impide un buen desempeño del estudiante, así mismo llevando unas pocas horas a la semana de clases con los distintos profesores. En cuanto a las respuestas fisiológicas y conductuales, se evidencian en los estudiantes elevados niveles de tensión, intranquilidad o dificultad para mantener la calma, además de sentirse sofocado u oprimidos, durante sus prácticas	Ansiedad Estrés académico

	Universitaria del Área Andina.			profesionales. Los factores externos que activan los síntomas de ansiedad y estrés en los estudiantes, están asociados a sobrecargas académicas, el tiempo limitado en la entrega de trabajo y el carácter de los docentes.	
Nº7	Duran, A. (2023). Relación de los niveles de ansiedad entre los diferentes cursos de los estudiantes de psicología de la universidad cooperativa de Colombia (Doctoral dissertation, Universidad Cooperativa de Colombia).	Describir los niveles de ansiedad que se presentan a lo largo de la carrera de psicología en estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia.	Cuantitativo Descriptivo diseño transversal En el estudio participaron un total de 51 estudiantes universitarios de la Universidad Cooperativa de Colombia sede Medellín, de primer, quinto y último semestre de la carrera de psicología. La muestra estuvo conformada por 39 mujeres (76,4%) y 12 hombres (23,5%). La edad media de los participantes estuvo entre los 23,5 años, con un rango de edad entre los 17 a los 37 años.	Los resultados mostraron que no se encontró relación estadísticamente significativa entre los semestres académicos y los niveles de ansiedad estado y ansiedad rasgo evaluadas a través del STAI. De igual manera se encontró relación de los niveles de ansiedad estado y ansiedad rasgo según el género, se halló que la ansiedad estado es superior en mujeres con una media de 24,24.	Ansiedad

Antecedentes Regionales					
Referencia APA	Objetivo	Metodología	Resultado	Categoría (variable)	
Nº1	Dorado, A., y Zúñiga, E. (2010). Construcción de una prueba psicológica para medir estrés académico en estudiantes de pre-grado de la Universidad de Nariño sede Torobajo. Trabajo de grado. Pasto: Universidad de Nariño.	Construir y validar una prueba que mida estrés académico en estudiantes de pregrado de la Universidad de Nariño.	Cuantitativa Instrumental/transversal Muestra: 405 estudiantes de algunos programas de pregrado de la Universidad de Nariño.	La investigación arrojó que el instrumento obtuvo un índice de confiabilidad de 0,89 de alfa de Cronbach y unos índices de consistencia interna por encima de 0,7 según rho de Spearman, obteniendo de su aplicación con seguridad, resultados capaces de ser analizados contrastados a la luz de la teoría y la práctica que posiblemente puedan considerarse para lograr un diagnóstico complejo.	Estrés académico
Nº2	Alvarado, E., y Pascuaza, M. (2017). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de primer semestre del Programa de Psicología de la IU CESMAG. Trabajo de	Determinar la relación entre el nivel de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de primer semestre del Programa de Psicología de la Institución	Positivista Cuantitativo Correlacional PREA (Prueba de respuestas de estrés académico) EEC-M (Escala de estrategias de Coping modificada) Muestra: 110 estudiantes de primer	Teniendo en cuenta los resultados del presente estudio y las evidencias investigativas se afirma que los estudiantes de primer semestre del Programa de Psicología de la I.U CESMAG, escasamente valoran como estresantes aspectos relacionados al excesivo número de trabajos obligatorios (percentil 30, nivel medio bajo), falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas (percentil 15, nivel bajo) y la presentación de exámenes (percentil 50,nivel medio), por lo que el nivel de respuesta de los estudiantes a nivel Fisiológico (percentil 50,nivel medio), Cognoscitivo-Emocional (percentil 35, nivel	Estrés académico Estrategias de afrontamiento

	Grado. Universidad CESMAG.	Universitaria CESMAG.	semestre de psicología periodo B de 2016	medio bajo) y Comportamental(percentil 15, bajo) se presentaron en niveles medio, medio bajo y bajo, por lo tanto se observó que el primer semestre en el contexto universitario escasamente es valorado en los estudiantes objeto de estudio como estresante.	
Nº3	Bravo, D., y Roser, A. (2015) Relación entre estilos de vida y estrés académico en estudiantes de psicología de la Universidad de Nariño. Informe final de Trabajo de Grado. Universidad de Nariño, Pasto.	Establecer la relación entre estilos de vida saludable y estrés académico en estudiantes del programa de psicología de la Universidad de Nariño.	Cuantitativo Correlacional transversal CEVJU-R2 (cuestionario de estilos de vida saludable en jóvenes universitarios) PREA Muestra: 136 estudiantes	Se encontró que no existe correlación en la mayoría de dimensiones de estilos de vida saludable con estrés académico. En el estudio se muestra que existen factores de riesgo para la salud en la población relacionada con la alimentación, la dependencia al alcohol, la impulsividad y alteraciones de sueño y un porcentaje menos presenta ansiedad, depresión y riesgo suicidad.	Estrés académico
Nº4	Saldaña Burgos, Diana Carolina y Taylor Bucheli, Stephanie Valentina (2008) Influencia de factores individuales, académicos y socioeconómicos en la deserción de los estudiantes de psicología de la universidad de Nariño desde el semestre b de 2000 hasta el semestre a de 2007. Informe	Identificar la influencia de factores individuales, académicos y socioeconómicos en la deserción de los estudiantes de psicología de la universidad de Nariño desde el semestre b de 2000 hasta el semestre a de 2007.	Explicativo Correlacional/cohortes SPADIES Muestra: Estudiantes de psicología de la universidad de Nariño desde el semestre b de 2000 hasta el semestre a de 2007.	Se encontró que en la relación a la variable género se puede afirmar que en programa de psicología en las cohortes 2000-2 a 2007-1, un 61.1% de las mujeres desertaron lo cual significa que unas 55 mujeres se retiraron del programa. En cuanto a los hombres se observa que un 38,8%, es decir 35 estudiantes abandonaron sus estudios. La deserción se encuentra durante el transcurso de la carrera, siendo el primer semestre el mayor índice de deserción en comparación a los otros semestres.	Factores individuales, académicos y sociodemográfico. Deserción estudiantil.

	final de Trabajo de Grado. Universidad de Nariño - SIREN, Pasto, Colombia.				
N°5	Gonzales, M y Suarez, A. (2022). Relación de estrés académico y el rendimiento académico en una universidad privada de Pasto. Trabajo de grado. Universidad Mariana, Pasto, Nariño.	Analizar la relación de estrés académico y el rendimiento académico en universitarios.	Cuantitativo Correlacional/transversal, no experimental I-SISCO Las notas académicas (SIRCOA) Reporte académico Muestra: 193 estudiantes de los programas de psicología y trabajo social durante el primer corte del semestre académico De tercer a sexto semestre por la complejidad teórica	Se concluye que existe una relación positiva entre el estrés académico, lo cual da cuenta que los estudiantes cuentan con recursos personales para afrontar las actividades académicas. Se puede considerar que existe un alto riesgo de que los altos niveles de estrés académico equivalente al 70% pueden llegar a desbordar la capacidad del sujeto y ello llevó consigo problemas físicos, emocionales y psicológicos que afectan en gran medida su bienestar. Demostrando a nivel de resultados que la sobrecarga de tareas o la presión entorno a la evolución puede desencadenar en fatiga lo cual provoca migrañas u otra respuesta fisiológica.	Estrés académico Rendimiento académico
N°6	Benavides, J., Chamorro, M y Yacual, J. (2023). Relación entre el estrés académico y autocontrol en estudiantes de la facultad de humanidades y ciencias sociales de la universidad Mariana de Pasto. Trabajo de grado. Universidad	Identificar la relación entre las variables de estrés académico y autocontrol en estudiantes universitarios de la facultad de humanidades y ciencias sociales de la Universidad Mariana de Pasto.	Cuantitativo Empírico analítico Correlacional/transversal no experimental PREA CACIA (autocontrol interno) Muestra: rango de edad de 17 a 19 años cursando entre primero y cuarto semestre de la facultad de humanidades y ciencias sociales.	Se puede determinar la existencia de la relación entre las variables con un grado de significancia menor a 0.05, indicando que existe una conexión entre las dimensiones. En la dimensión fisiológica, los resultados indicaron que los niveles de respuesta son altos, puesto que el 76.1% de la población evaluada presenta niveles elevados de respuestas relacionadas con el ámbito fisiológico ante situaciones estresantes presentados en contextos académicos asociados a la sobrecarga académica, exámenes evaluativos y demás actividades académicas	Estrés académico Autocontrol

	Mariana. Pasto, Nariño.				
N°7	Betancourt, E., Betancourt Pérez, y Rivas, A. (2018). Influencia de la realización del trabajo de grado en el estrés académico de estudiantes que transitan de sexto a octavo semestre del programa de psicología en la institución universitaria CESMAG. Trabajo de grado, Institución Universitaria CESMAG. Pasto, Nariño.	Determinar la influencia de la realización del trabajo de grado y estrés académico de los estudiantes que transitan de sexto a octavo semestre en el programa de psicología de la I.U. CESMAG.	Positivista Cuantitativo Empírico analítico Explicativo Longitudinal no experimental I-SISCO Muestra: 49 estudiantes de sexto a octavo semestre.	<p>Se logró evidenciar la presencia de estrés académico en los estudiantes de sexto semestre, se manifiesta la presencia de estrés académico, que según los baremos propuestos por Barraza (2007) en el Inventario SISCO arrojó que un porcentaje de 25% lo que significa una leve presencia de estrés académico durante ese momento. Es importante mencionar que en esta fase los estudiantes no se encontraban en la realización del trabajo de grado, por lo que aún no conocían las implicaciones y carga académica que requiere el proceso. Este resultado a situaciones que favorecen de manera significativa el estrés académico. Los estudiantes al verse sometidos a una nueva carga académica o nuevo estresor, en el caso de trabajo de grado, se incrementará o provocará la aparición de estrés académico. Se logró encontrar a través de las pruebas de chi-cuadrado de Pearson que, si existe influencia de una variable sobre otra, es decir, que la realización de trabajo de grado si influye en la presencia y niveles de estrés académico, ya que, a medida de la realización del trabajo de grado, incremento significativamente la presencia y los niveles de estrés académico en los otros semestres.</p> <p>Mediante la variable de sintomatología fisiológica del I_SISCO, el estrés académico se manifiesta a través de síntomas y reacciones, ya que en sexto semestre donde aún no iniciaban con el trabajo de grado se encontró que 3 estudiantes manifestaban sintomatología fisiológica de estrés académico, en séptimo semestre el número de estudiantes aumento a 39 estudiantes, momento en el que ya se encontraban en la realización del trabajo de grado donde se obtuvo un nivel de estrés profundo. Se evidenció que el síntoma que más presentaron los estudiantes fue de</p>	Estrés académico

				ansiedad, angustia, o desesperación considerada como un factor de riesgo.	
N°8	Álava, D., y Galvis, D. (2004). Ansiedad en psicólogos practicantes de la Universidad de Nariño, promoción 2003-2004 al ejercer su rol terapéutico en la intervención clínica individual. Trabajo de grado. Universidad de Nariño.	Identificar las respuestas de ansiedad que manifiestan los practicantes de la Universidad de Nariño, promoción 2003-2004 al ejercer su rol terapéutico en la intervención clínica individual.	Cuantitativo Exploratorio-descriptivo Transversal no experimental ERAPSI (Escala de reporte de Ansiedad para psicólogos practicantes) el Cuestionario de Variables e la Práctica Profesional. Muestra: 36 estudiantes que realizan las prácticas profesionales.	Los resultados indican que el sistema que más aporta al nivel de ansiedad total es el cognitivo (58,9%), seguido por el psicofisiológico (47,7%). Es lógico esperar que el sistema cognitivo correlacione relativamente alto con el psicofisiológico. Por otro lado, el sistema conductual muestra poca relación con los otros dos sistemas. El sistema cognitivo parece ser, por tanto, el mejor predictor de ansiedad en esta población. Teniendo en cuenta las características evaluadas en el sistema cognitivo, se puede plantear que existe una mayor tendencia en las respuestas de ansiedad de los psicólogos practicantes hacia la inferencia arbitraria, dentro de las distorsiones cognitivas formuladas por Beck (1984), es decir, hay una mayor tendencia a la anticipación de una conclusión sin la evidencia necesaria; esto coincide con la presentación de ítems (con un promedio alto dentro del total de respuestas de los sujetos), correspondientes al sistema cognitivo.	Ansiedad

Nota. Los antecedentes que tiene el número de color rojo son los que se encuentran en el marco de referencial, los demás no están en el texto del marco por los siguientes motivos principalmente; la pertinencia y el aporte al tema abordado en la presente investigación.

Cuestionario sociodemográfico**Anexo 2***Formato de cuestionario socio demográfico*

Cuestionario sociodemográfico	
<p>El siguiente cuestionario sociodemográfico, permite recolectar información general sobre un grupo de personas de la investigación, los datos sociodemográficos se utilizarán con el objetivo de obtener una visión más profunda en la relación entre ansiedad y estrés académico en estudiantes universitarios.</p>	
1. ¿Cuál es tu edad?	<input type="text"/> años.
2. ¿Con cuál género te identificas?	Hombre <input type="checkbox"/> Mujer <input type="checkbox"/> Otro, ¿cuál? _____
3. ¿A qué semestre perteneces?	Noveno <input type="checkbox"/> Décimo <input type="checkbox"/>

Fuente. Autoría propia

Consentimiento informado**Anexo 3**

Universidad CESMAG

Facultad de ciencias humanas

Programa de Psicología



Consentimiento informado para la participación en investigación

Fecha: Día _____ Mes _____ Año _____

Título de investigación: Relación entre ansiedad y estrés académico en los estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG de San Juan de Pasto.

Estudiantes investigadores: Antonio Gabriel Cuatin Vallejo con identificación C.C. 1.010.089.094 de Pasto, Nariño.

Nombre del asesor: Mg. Christian Zambrano

Nombre del participante: _____

Mediante este documento se le está invitando a participar de la investigación. Antes de decidir su participación, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados. Usted es libre de preguntar sobre los aspectos, dudas o propósito de este proceso de investigación. Una vez comprendida la investigación se le pedirá que firme este consentimiento, en caso de que su decisión sea participar de la misma.

Objetivo de la Investigación: Analizar la relación entre ansiedad y estrés académico en los estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG de San Juan de Pasto.

Beneficios de la investigación: Ampliar el conocimiento investigativo del constructo seleccionado. Establecer un precedente para determinar estrategias de promoción de la salud y prevención frente al fenómeno estudiado.

Riesgos asociados a la investigación: El proyecto de investigación cuenta con las normas éticas de investigación en Colombia.

Aclaraciones.

1. Su decisión de participar en el estudio es voluntaria.
2. En caso de decidir no participar en esta investigación, no habrá ninguna consecuencia desfavorable para usted, su familia o su institución.
3. Si decide participar en la investigación usted puede retirarse en el momento que así lo disponga, únicamente se le solicitará que informe las razones de su decisión, las cuales serán respetadas totalmente.
4. En el transcurso de la investigación podrá solicitar información actualizada de la misma al (los) investigador (es), quienes está en el deber de proporcionársela oportunamente. Esto solo con fines informativos que sólo se brindará a los participantes de la investigación, en ningún caso se entregarán informes técnicos (valoraciones, peritazgos, evaluaciones, conceptos, etc.) a terceros, que impliquen una responsabilidad más allá de los acuerdos de investigación aquí estipulados.

5. Los instrumentos de registro serán utilizados únicamente con fines académicos e investigativos; una vez finalice la investigación, serán archivados para dar soporte a los resultados.
6. La información obtenida en este estudio, utilizada para la identificación de caso, mantendrá estricta confidencialidad acerca de los participantes, sus familias o las instituciones involucradas. Esta será compartida con los directores, Asesores y equipos de investigación en los espacios académicos y tutorías desarrollados con el fin de avanzar en la obra de conocimiento y el proceso de formación de investigadores.
7. Los resultados de este estudio serán utilizados con fines académicos y podrán ser publicados a través de medios de divulgación de interés científico, guardando la confidencialidad de sus participantes.
8. Por la participación en esta investigación usted no recibirá ninguna remuneración de tipo económico.

Una vez considere que sus dudas han sido aclaradas y que no tiene ninguna pregunta sobre su participación en la investigación, usted puede, si así lo decide, firmar la siguiente carta de Consentimiento Informado.

Carta de consentimiento informado de mayor de edad

Yo _____ he leído y comprendo la información anterior y mis preguntas han sido respondidas de manera satisfactoria. He sido enterado(a) de los procedimientos de esta investigación y entiendo que la información obtenida puede ser publicada o difundida con fines científicos, respetando mi anonimato.

Convengo en participar en esta investigación. Recibiré una copia firmada y fechada de este consentimiento informado.

Firma del participante

No. de identificación

[Espacio para diligenciamiento por parte de (los) investigador(es)]

Hemos explicado al (la) señor(a) _____ la naturaleza y propósitos de la investigación; le hemos explicado acerca de los riesgos y beneficios que implica su participación. Hemos contestado a las preguntas en la medida de lo posible y hemos preguntado si tiene alguna duda. Aceptamos que hemos leído y conocemos la normatividad correspondiente para realizar investigación con seres humanos y nos apegamos ella.

Firma del investigador: _____

Nombre del investigador: _____

Documento de identificación: _____

Dado a los ____ días del mes de _____ del año _____

Protocolo de recolección de datos

Anexo 3

Protocolo de recolección de datos

Fase 1. Elaboración del protocolo e instrumentos de recolección de datos. Un protocolo de investigación se define como el documento mediante el cual se exponen los antecedentes y motivos por los cuales se realiza una investigación o estudio. Este protocolo especifica los objetivos, diseño, metodología y procedimiento que se emplearán para la observación, interpretación y análisis de la información. Dentro de la metodología (Numeral 43) se especifica el procedimiento mediante el cual se elabora el instrumento de recolección de datos. El marco teórico (Numeral 30), es un preliminar y exploratorio general, basado en unidades temáticas correspondientes a las variables de estudio. Estas variables de estudio son: La primera se refiere a ansiedad estado- rasgo: La ansiedad Estado, evalúa un estado emocional transitorio, caracterizado por sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de atención y aprensión y por hiperactividad del sistema nervioso autónomo y la Ansiedad Rasgo, señala una propensión ansiosa, relativamente estable, que caracteriza a los individuos con tendencia a percibir las situaciones como amenazadoras (Spielberger, *et al*, 1982).

La segunda variable se refiere al estrés académico según Barraza (2007) es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores; cuando estos estresores provocan un desequilibrio sistemático (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio); y cuando este desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico. (p.33)

Fase 2. Recolección de datos. Para la recolección de datos se utilizará dos instrumentos y se elaboró un cuestionario de datos sociodemográfico que permitirá recolectar información general sobre la población, este contine lo siguiente: género, edad y semestre. La presente investigación busca medir de manera objetiva la ansiedad y estrés académico a través de la aplicación de los instrumentos: Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) e Inventario Sistémico Cognoscitivo del estrés académico (I-SISCO). En una población compuesta por 177 estudiantes matriculados actualmente, en dónde se trabajará con un total de 122 estudiantes, pertenecientes a noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG, distribuidos de la siguiente manera:

Tabla 1

Estudiantes por curso y semestre

Curso A 2024	Total de estudiantes	Muestreo por curso
Noveno	104	72

Décimo	73	50
Total	177	122

Nota. Los estudiantes serán elegidos por medio de la lista y que cumplan con los criterios. Fuente: Autoría propia.

El orden de la aplicación de los instrumentos será de seguido; primero el cuestionario sociodemográfico, segundo el Inventario de Ansiedad-Estado-Rasgo (I-DARE) y tercero el Inventario Cognoscitivo Sistémico de Estrés Académico (I-SISCO). Cabe resaltar que las pruebas se aplicarán en el aula de clases para los estudiantes de noveno y sitio de práctica para los estudiantes de décimo, ya que es el espacio académico donde regularmente se encuentran los estudiantes. Por consiguiente, al aplicar pruebas psicométricas en entornos familiares para los estudiantes, como el aula de clases o sitios de prácticas, proporcionando una comprensión más profunda de cómo interactúan con su entorno de manera más auténtica y relevante. Esto ayuda a obtener una evaluación más precisa de las variables a investigar.

Nombre de la Prueba: Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (I-DARE).

Autores: Spielberger, Gorsuch y Lushene.

Adaptación: TEA.

Aplicación: Individual o colectiva.

Edad de aplicación: Adolescentes y adultos con un nivel cultural mínimo que les permita comprender las instrucciones y enunciados del instrumento.

Duración de la prueba: No tiene tiempo limitado para su aplicación y habitualmente las personas emplean alrededor 15 minutos para su completa realización.

Objetivo: La finalidad con la que se construyó el I-DARE fue disponer de una única escala que permitiera medidas objetivas de autoevaluación de la ansiedad tanto de estado como de rasgo.

La subescala A/E puede ser utilizada para determinar los niveles actuales de intensidad de la ansiedad inducida por procedimientos experimentales cargados de tensión o de estrés.

La subescala A/R puede ser empleada en la investigación para seleccionar individuos con diferente predisposición a responder a situaciones de estrés psicológico con distintos niveles de intensidad de la A/E, tanto en sujetos normales como en población clínica.

Descripción: El I-DARE comprende dos escalas separadas de autoevaluación que miden dos conceptos independientes de ansiedad:

La ansiedad como estado (A/E) (condición emocional transitoria que puede variar con el tiempo y fluctuar en intensidad) y la ansiedad como rasgo (A/R) (propensión ansiosa relativamente estable, que permanece latente hasta que es activada por algún estímulo situacional).

La escala A/E consta de 20 frases que solicitan al individuo que describa cómo se siente ahora mismo, en

este momento, con cuatro alternativas de respuesta que oscila entre 0 y 3, estableciendo los criterios operativos según la intensidad (0, nada; 1, algo; 2, bastante; 3, mucho).

La escala A/R consta igualmente de 20 expresiones que exigen que la persona se describa acerca de cómo se siente en general, en la mayoría de las ocasiones, eligiendo una entre las cuatro alternativas de respuesta, también entre 0 y 3, pero en este caso se basa en

la frecuencia de presentación (0, casi nunca; 1, a veces; 2, a menudo; 3, casi siempre).

Cada subescala está impresa en una de las caras del ejemplar del STAI de manera que facilite la aplicación y la comprensión de las instrucciones, las cuales aparecen en la parte superior y pueden ser leídas y entendidas por cualquier individuo con un nivel cultural mínimo.

Administración: [Cómo proceder en el momento de la prueba]

Los aspectos que hay que tener en cuenta a la hora de aplicar el instrumento son los siguientes:

- Puede ser administrado individual o colectivamente de forma auto aplicada.
- Aun cuando algunos de los ítems tienen validez aparente como medida de la «ansiedad», el examinador no debe emplear este término a la hora de administrarlo. Es preferible que aluda a él como «Cuestionario de autoevaluación» tal y como figura en la cabecera del ejemplar.
- Es conveniente hacer referencia expresa a la distinción entre las instrucciones referidas al estado, que deben reflejar las impresiones sobre lo que siente en el momento actual, y las que evalúan el rasgo, en las que hay que anotar lo que siente en general.
- Si durante la cumplimentación surge alguna duda, el examinador debe aclararla, pero sin influir en el resto de la prueba (ni en los demás examinados si los hubiera).
- Se debe subrayar la necesidad de que contesten a todas las cuestiones planteadas.
- El orden de aplicación del I-DARE es primero la subescala A/E y después la A.

Nombre de la Prueba: Inventario SISCO para el estrés académico (I-SISCO).

Autores: Arturo Barraza Macías.

Aplicación: Individual o colectiva.

Adaptación: Jaimes, 2008; Malo et al. 2010; Malo et al. 2011

Edad de aplicación: Estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado.

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

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

Descripción: El Inventario SISCO de estrés académico se compone de 31 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- Un ítem de filtro, en términos dicotómicos que permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario.
- Un ítem que, en un escalamiento tipo Likert de cinco valores numéricos (de 1 al 5 donde uno es poco y cinco mucho) permite identificar el nivel de intensidad de estrés académico.
- Ocho ítems que, en un escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores.
- 15 ítems que, en un escalamiento tipo Likert se cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.
- 6 ítems que, en un escalamiento tipo Likert se cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento.

Administración: [Cómo proceder en el momento de la prueba]

Los aspectos que hay que tener en cuenta a la hora de aplicar el instrumento son los siguientes:

- En el caso de los estudiantes de pregrado se les informará verbalmente sobre el carácter anónimo, confidencial y voluntario de su participación.
- Las indicaciones sobre el carácter voluntario, anónimo y confidencial de la respuesta de este cuestionario, están adscritas en el mismo.
- En el cuestionario no se les solicitará el nombre.
- En el background solamente se solicitarán los datos referentes a las variables sociodemográficas que serán de interés para la caracterización de la muestra, evitando aquellas preguntas que condujeran a otro tipo de información que pudiera comprometer su anonimato.

Aplicación de instrumentos	
Ciudad:	San Jua de Pasto
Fecha:	Viernes 1 de marzo de 2024
Lugar:	Universidad CESMAG
Responsable:	Antonio Cuatin

Procedimiento			
Paso	Hora	Actividad	Contenido
1	7:00 - 7:05	Saludo e introducción del encuentro	“Saludo y se presentación formal”

			“Introducción breve y contextualización del propósito del encuentro”
2	7:05 – 7:10	Entrega y recolección de los consentimientos informados	“Se distribuye y lee en voz alta el contenido de los consentimientos informados”
3	7:10 – 7:15	Aplicación y recolección del cuestionario sociodemográfico	“Se distribuye la cantidad de cuestionarios” “Se recopila todos los cuestionarios”
4	7:15 – 7:30	Aplicación del I-DARE	“Se explica el objetivo del instrumento” “Se distribuye la cantidad de inventarios” “Se está pendiente de inquietudes por parte de los estudiantes”
5	7:30 – 7:32	Recolección del I-DARE	“Se recopila todos los inventarios aplicados”
6	7:32 – 7:47	Aplicación del I-SISCO	“Se explica el objetivo del instrumento” “Se distribuye la cantidad de inventarios” “Se está pendiente de inquietudes por parte de los estudiantes”
7	7:47 – 7:49	Recolección del I-SISCO	“Se recopila todos los inventarios aplicados”
8	7:49 – 7:50	Agradecimiento y despedida	“Se agradece al docente y a los estudiantes por la participación” “Se despide formalmente”

Fase 3. Tabulación y análisis de la información. Los datos se analizarán mediante distribuciones de frecuencia y porcentajes para los datos cuantitativos.

Para la recolección y el análisis de los datos se pretende realizar un análisis univariado, el cual permitirá resumir el fenómeno investigado en un conjunto de datos, tablas, gráficos. Para la extracción y organización de los resultados obtenidos en las pruebas, se empleará Excel y posteriormente para el análisis de la información el paquete SPSS Statistics versión 29. En ese orden de ideas, se pretende analizar el nivel del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado e Inventario Sistemático Cognoscitivo del estrés

académico de cada uno de los participantes que ejecuten la prueba.

Posteriormente, se realizará un análisis bivariado, en donde se establecerá la distribución normal de los datos según la cantidad de muestra obtenida, Shapiro Wilk (más de 50 datos). De acuerdo a los resultados obtenidos respecto a la distribución de los datos, se correlacionarán las variables con el estadístico Spearman (distribución no normal) o Pearson (distribución normal). Finalmente, el programa SPSS Statistics versión 29 permitirá organizar la información correspondiente a los aspectos globales del fenómeno estudiado, como también los datos relacionados con cada uno de los factores que evalúan las pruebas, con su debida correlación.

Fase 4. Final. Se realizará la entrega de un documento final con el análisis de los resultados y entrega del documento de avance.

Elementos éticos y bioéticos

Consentimiento informado

UNIVERSIDAD CESMAG
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA



CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA PARTICIPACIÓN EN INVESTIGACIÓN

Fecha: Día _____ Mes _____ Año _____

Título de investigación: Relación entre ansiedad y estrés académico en los estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG de San Juan de Pasto.

Estudiantes investigadores: Antonio Gabriel Cuatin Vallejo con identificación C.C. 1.010.089.094 de Pasto, Nariño.

Nombre del asesor: Mg. Christian Zambrano

Nombre del participante: _____

Mediante este documento se le está invitando a participar de la investigación. Antes de decidir su participación, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados. Usted es libre de preguntar sobre los aspectos, dudas o propósito de este proceso de investigación. Una vez comprendida la investigación se le pedirá que firme este consentimiento, en caso de que su decisión sea participar de la misma.

Objetivo de la Investigación: Analizar la relación entre ansiedad y estrés académico en los estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG de San Juan de Pasto.

Beneficios de la investigación: Ampliar el conocimiento investigativo del constructo seleccionado. Establecer un precedente para determinar estrategias de promoción de la salud y prevención frente al

fenómeno estudiado.

Riesgos asociados a la investigación: El proyecto de investigación cuenta con las normas éticas de investigación en Colombia.

Aclaraciones.

9. Su decisión de participar en el estudio es voluntaria.
10. En caso de decidir no participar en esta investigación, no habrá ninguna consecuencia desfavorable para usted, su familia o su institución.
11. Si decide participar en la investigación usted puede retirarse en el momento que así lo disponga, únicamente se le solicitará que informe las razones de su decisión, las cuales serán respetadas totalmente.
12. En el transcurso de la investigación podrá solicitar información actualizada de la misma al (los) investigador (es), quienes están en el deber de proporcionársela oportunamente. Esto solo con fines informativos que sólo se brindará a los participantes de la investigación, en ningún caso se entregarán informes técnicos (valoraciones, peritajes, evaluaciones, conceptos, etc.) a terceros, que impliquen una responsabilidad más allá de los acuerdos de investigación aquí estipulados.
13. Los instrumentos de registro serán utilizados únicamente con fines académicos e investigativos; una vez finalice la investigación, serán archivados para dar soporte a los resultados.
14. La información obtenida en este estudio, utilizada para la identificación de caso, mantendrá estricta confidencialidad acerca de los participantes, sus familias o las instituciones involucradas. Esta será compartida con los directores, Asesores y equipos de investigación en los espacios académicos y tutorías desarrollados con el fin de avanzar en la obra de conocimiento y el proceso de formación de investigadores.
15. Los resultados de este estudio serán utilizados con fines académicos y podrán ser publicados a través de medios de divulgación de interés científico, guardando la confidencialidad de sus participantes.
16. Por la participación en esta investigación usted no recibirá ninguna remuneración de tipo económico. Una vez considere que sus dudas han sido aclaradas y que no tiene ninguna pregunta sobre su participación en la investigación, usted puede, si así lo decide, firmar la siguiente carta de Consentimiento Informado.

CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO DE MAYOR DE EDAD

Yo _____ he leído y comprendo la información anterior y mis preguntas han sido respondidas de manera satisfactoria. He sido enterado(a) de los procedimientos de esta investigación y entiendo que la información obtenida puede ser publicada o difundida con fines científicos, respetando mi anonimato.

Convengo en participar en esta investigación. Recibiré una copia firmada y fechada de este

consentimiento informado.

Firma del participante

No. de identificación

[Espacio para diligenciamiento por parte de (los) investigador(es)]

Hemos explicado al (la) señor(a) _____ la naturaleza y propósitos de la investigación; le hemos explicado acerca de los riesgos y beneficios que implica su participación. Hemos contestado a las preguntas en la medida de lo posible y hemos preguntado si tiene alguna duda. Aceptamos que hemos leído y conocemos la normatividad correspondiente para realizar investigación con seres humanos y nos apegamos ella.

Firma del investigador: _____

Nombre del investigador: _____

Documento de identificación: _____

Dado a los ____ días del mes de _____ del año _____

Instrumentos de recolección de información

Para el desarrollo de la presente investigación, se utilizarán los instrumentos: Inventario de Spielberger Estado-Rasgo (I-DARE), Inventario Sistemico Cognoscitivo del estrés académico (I-SISCO) y cuestionario sociodemográfico. Teniendo en cuenta la idoneidad y pertinencia a la hora de cuantificar y medir la información recolectada del fenómeno seleccionado.

A continuación, se especifican los instrumentos empleados en el manual para la evaluación de las variables de estudio:

Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (I-DARE)

El Instrumento comprende escalas separadas de autoevaluación que miden dos conceptos independientes de la ansiedad, mediante 20 reactivos para cada una, con una escala de respuesta tipo Likert de 4 alternativas. En el caso de la ansiedad estado, la escala va de 0 (nada) a 3 (mucho), mientras que en la ansiedad rasgo comprende de 0 (casi nunca) a 3 (casi siempre) (Guillen y Buele, 2015). Los materiales que contempla la prueba son los siguientes:

Manual. El uso e interpretación de este inventario requiere la formación de carácter profesional en psicología y psicometría, el conocimiento del manual, tanto de sus aspectos técnicos como de la normatividad general para la administración, corrección e interpretación de la prueba de aplicación y calificación.

La prueba contempla los siguientes factores de medición:

Ansiedad como estado (A/E). (veinte reactivos) Evalúa un estado emocional transitorio, caracterizado

por sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de atención y aprensión y por hiperactividad del sistema nervioso autónomo estrés académico

Ansiedad como rasgo (A/R). (Veinte reactivos) Señala una propensión ansiosa, relativamente estable, que caracteriza a los individuos con tendencia a percibir las situaciones como amenazadoras (Spielberger, *et al*, 1982)

La confiabilidad del instrumento

Dada la naturaleza transitoria de los estados de ansiedad, las medidas de consistencia interna, tales como el coeficiente Alfa, proveen un índice más adecuado de la confiabilidad de las escalas A-Estado que las correlaciones test-retest. Los coeficientes Alfa para las escalas del IDARE fueron calculados a partir de la fórmula K-R 20 con la modificación introducida por Cronbach (1951) utilizando las muestras normativas. Estos coeficientes de confiabilidad que vararon de .83 a .92 para A-Estado. Así pues, la consistencia interna de las dos escalas del IDARE es bastante buena. Una evidencia adicional acerca de la consistencia interna de las escalas del IDARE se ha obtenido a través de correlaciones de reactividad contra escala calculadas para las muestras de estudiantes universitarios y de bachillerato. (Spielberger, *et al*, 1982).

La validez del instrumento

El instrumento provee medidas operacionales de ansiedad-estado y ansiedad-rasgo tal cual estas locuciones empíricas fueron definidas con anterioridad. En la construcción del IDARE se requirió que los reactivos individuales llenaran los criterios de validez prescritos para la ansiedad-estado y para la ansiedad-rasgo, en cada una de las etapas del proceso de construcción del inventario a fin de poder ser conservados para la evaluación y validación. (Spielberger, *et al*, 1982). La evidencia acerca de la validez concurrente de la escala A-Rasgo del IDARE. En él se observan las correlaciones con la Escala de Arriedad IPAT (Catell & Scheior.1963), la Escala de Ansiedad Manifiesta (TMAS), de Taylor (1963), y la Lista de Adjetivos Afectivos de Zuckerman (1960) (AAFL) con su Forma General. Es de notarse que las correlaciones entre el IDARF, cIPAT y el TMAS, son moderadamente altas tanto para los estudiantes universitarios como para los pacientes. Dado que las Inter correlaciones entre estas escalas se acercan a las confiabilidades de las escalas (Spielberger, *et al*, 1982).

Inventario Sistemico Cognoscitivo del Estrés Académico (I-SISCO)

Inventario SISCO para el estrés académico es un instrumento de autoinforme que evalúa las reacciones, psicológicas y comportamentales relacionadas con el estrés académico, elaborado por Barraza (2007). El Instrumento está comprendido por 3 dimensiones que mide el estrés académico, mediante 31 reactivos, comprendidos así: Un ítem dicotómico (si-no), un ítem de tipo Lickert de cinco valores numéricos (del 1 al 5, donde uno es poco y cinco mucho) y treinta y nueve ítems de tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre).

Manual. El uso e interpretación de este inventario requiere la formación de carácter profesional en

psicología y psicometría, el conocimiento del manual, tanto de sus aspectos técnicos como de la normatividad general para la administración, corrección e interpretación de la prueba de aplicación y calificación.

La prueba contempla los siguientes factores de medición:

Estímulos estresores (input). (nueve reactivos) permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores.

Síntomas (indicadores del desequilibrio sistémico). (21 reactivos) permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.

Estrategias de afrontamiento (output). (nueve reactivos) permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamientos.

La confiabilidad del instrumento

Con base en la Teoría Clásica de los Test, se utilizaron en la evaluación de la confiabilidad de las puntuaciones del Inventario *SISCO* del Estrés Académico, las estrategias de confiabilidad por mitades y el Alfa de Cronbach. La evaluación se realizó en dos momentos: en un primer momento, se tomó como base al total de los ítems que constituyen el inventario (41), se obtuvo la confiabilidad preliminar. En un segundo momento, una vez eliminados aquellos ítems que reportaban problemas en las evidencias de validez (10). Se volvió a obtener la confiabilidad que esta vez fue considerada definitiva (Barraza, 2008).

Confiabilidad por mitades. En el caso de la confiabilidad por mitades, todos los participantes responden una sola vez a la prueba. Sin embargo, se le asignan dos puntuaciones a cada participante. Para lograr esto, la prueba se divide en dos mitades. Las dos puntuaciones se pueden calcular dividiendo la prueba a la mitad dependiendo del número de ítems. También se puede dividir tomando los ítems pares e impares. Se obtiene la correlación entre las dos puntuaciones resultantes y se utiliza la fórmula de Spearman-Brown para estimar la confiabilidad del instrumento completo dando una puntuación de 0.89

Confiabilidad en Alfa de Cronbach. La confiabilidad en Alfa de Cronbach es una generalización de las fórmulas KR para ítems de alternativas múltiples. El Alfa de Cronbach, cuyo vararon de .83 a .92 emplea en todas las correlaciones existentes entre los ítems del instrumento que tributan al concepto latente que se pretende medir.

La validez del instrumento

En el caso del Inventario *SISCO* del Estrés Académico se recolectó evidencia en relación con la estructura interna. La evidencia basada en la estructura interna alude al análisis de la relación de los ítems entre sí y de estos con el constructo evaluado para interpretar las puntuaciones ofrecidas por el instrumento. Entre las diferentes estrategias utilizadas se encuentran el análisis factorial y el análisis de consistencia (Kramp, 2006).

Análisis factorial. El análisis factorial del Estrés Académico, se consideraron algunos criterios para

valorar la viabilidad del mismo: la prueba de esfericidad de Bartlett fue significativa en .000, y el test KMO de adecuación de la muestra alcanzó un valor .762. Estos valores indicaron que era pertinente realizar un análisis factorial de la matriz de correlaciones. En el análisis factorial se empleó el método de Componentes Principales con rotación Varimax.

Análisis de consistencia interna. El análisis de consistencia interna es denominado validez de consistencia interna por Salkind y procedimiento o método de consistencia interna por Anastasi y Urbina. A los resultados obtenidos se les aplicó el estadístico r de Pearson para correlacionar el puntaje global, y el de cada una de las dimensiones, proporcionado por el instrumento con el puntaje específico obtenido en cada ítem (Barraza, 2008).

Análisis de grupos contrastados. Para examinar el poder discriminativo de los ítems como parte del procedimiento de grupos contrastantes, se utilizó el estadístico T de students, que se basa en la diferencia de medias; en ese sentido se pretende conocer si los sujetos con mayor presencia del estrés académico (25 % superior: cuarto cuartil) mostraban diferencias significativas en el modo de responder a cada uno de los ítems en comparación con aquellos que tenían una menor presencia del estrés académico (25 % inferior: primer cuartil) (Barraza, 2008).

Cuestionario socio demográfico

Se diseñó y aplicará una encuesta sociodemográfica, en la cual se abarcan preguntas como el género, la edad y semestre. Además, esta información nos permitirá describir a la muestra de estudio.

Plan de análisis de datos

Para la recolección y el análisis de los datos se pretende realizar un análisis univariado, el cual permitirá resumir el fenómeno investigado en un conjunto de datos, tablas, gráficos y algunos estadísticos. Para este fin se empleará el uso de los instrumentos: Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (I-DARE), Inventario Sistemático Cognoscitivo del Estrés Académico (I-SISCO), y cuestionario sociodemográfico, los cuales se categorizan y recolectará la información a través del perfil resultante. Para la extracción y organización de los resultados obtenidos en las pruebas, se empleará el programa SPSS Statistics versión 29 y las diferentes herramientas con las que esta cuenta para determinado fin. En ese orden de ideas, se pretende analizar el nivel del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado e Inventario Sistemático Cognoscitivo del estrés académico de cada uno de los participantes que ejecuten la prueba.

Posteriormente, se realizará un análisis bivariado, en donde se establecerá la distribución normal de los datos según la cantidad de muestra obtenida Shapiro Wilk (más de 50 datos). De acuerdo a los resultados obtenidos respecto a la distribución de los datos, se correlacionarán las variables con el estadístico Spearman (distribución no normal) o Pearson (distribución normal). Finalmente, el programa SPSS permitirá organizar la información correspondiente a los aspectos globales del fenómeno estudiado, como también los datos relacionados con cada uno de los factores que evalúan las pruebas, con su debida

correlación.

Cuestionario sociodemográfico

El siguiente cuestionario sociodemográfico, permite recolectar información general sobre un grupo de personas de la investigación, los datos sociodemográficos se utilizarán con el objetivo de obtener una visión más profunda en la relación entre ansiedad y estrés académico en estudiantes universitarios.

1. ¿Cuál es tu edad? _____ años.
2. ¿Con cuál género te identificas? Hombre Mujer Otro, ¿cuál? _____
3. ¿A qué semestre perteneces? Noveno Décimo

 <p>UNIVERSIDAD CESMAG NIT: 800.109.387-7 VIGILADA MINEDUCACIÓN</p>	CARTA DE ENTREGA TRABAJO DE GRADO O TRABAJO DE APLICACIÓN – ASESOR(A)	CÓDIGO: AAC-BL-FR-032
		VERSIÓN: 1
		FECHA: 09/JUN/2022

San Juan de Pasto, 13 de junio de 2024

Biblioteca
REMIGIO FIORE FORTEZZA OFM. CAP.
Universidad CESMAG
Pasto

Saludo de paz y bien.

Por medio de la presente se hace entrega del Trabajo de Grado / Trabajo de Aplicación denominado Relación entre ansiedad y estrés académico en los estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG de San Juan de Pasto, presentado por el autor Antonio Gabriel Cuatin Vallejo del Programa Académico Psicología al correo electrónico trabajosdegrado@unicesmag.edu.co. Manifiesto como asesor, que su contenido, resumen, anexos y formato PDF cumple con las especificaciones de calidad, guía de presentación de Trabajos de Grado o de Aplicación, establecidos por la Universidad CESMAG, por lo tanto, se solicita el paz y salvo respectivo.

Atentamente,



CHRISTIAN ZAMBRANO GUERRERO

1085285135

Programa de Psicología

3173268085

cazambrano@unicesmag.edu.co

 UNIVERSIDAD CESMAG <small>NIT: 800.109.387-7 VIGILADA Mineducación</small>	AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE GRADO O TRABAJOS DE APLICACIÓN EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL	CÓDIGO: AAC-BL-FR-031
		VERSIÓN: 1
		FECHA: 09/JUN/2022

INFORMACIÓN DEL (LOS) AUTOR(ES)	
Nombres y apellidos del autor: Antonio Gabriel Cuatin Vallejo	Documento de identidad: 1.010.089.094
Correo electrónico: agcuatin.9094@unicesmag.edu.co	Número de contacto: 310 355 6556
Título del trabajo de grado: Relación entre ansiedad y estrés académico en los estudiantes de noveno y décimo semestre del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG de San Juan de Pasto.	
Facultad y Programa Académico: Facultad de Ciencias Sociales y Humanas, Programa de Psicología.	

En mi calidad de autor y/o titular del derecho de autor del Trabajo de Grado o de Aplicación señalado en el encabezado, confiero a la Universidad CESMAG una licencia no exclusiva, limitada y gratuita, para la inclusión del trabajo de grado en el repositorio institucional. Por consiguiente, el alcance de la licencia que se otorga a través del presente documento, abarca las siguientes características:

- a) La autorización se otorga desde la fecha de suscripción del presente documento y durante todo el termino en el que el firmante del presente documento conserve a titularidad de los derechos patrimoniales de autor. En el evento en el que deje de tener la titularidad de los derechos patrimoniales sobre el Trabajo de Grado o de Aplicación, me comprometo a informar de manera inmediata sobre dicha situación a la Universidad CESMAG. Por consiguiente, hasta que no exista comunicación escrita de mi(nuestra) parte informando sobre dicha situación, la Universidad CESMAG se encontrará debidamente habilitada para continuar con la publicación del Trabajo de Grado o de Aplicación dentro del repositorio institucional. Conozco que esta autorización podrá revocarse en cualquier momento, siempre y cuando se eleve la solicitud por escrito para dicho fin ante la Universidad CESMAG. En estos eventos, la Universidad CESMAG cuenta con el plazo de un mes después de recibida la petición, para desmarcar la visualización del Trabajo de Grado o de Aplicación del repositorio institucional.
- b) Se autoriza a la Universidad CESMAG para publicar el Trabajo de Grado o de Aplicación en formato digital y teniendo en cuenta que uno de los medios de publicación del repositorio institucional es el internet, acepto que el Trabajo de Grado o de Aplicación circulará con un alcance mundial.
- c) Acepto que la autorización que se otorga a través del presente documento se realiza a título gratuito, por lo tanto, renuncio recibir emolumento alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y/o cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente autorización y de la licencia o programa a través del cual sea publicado el Trabajo de grado o de Aplicación.
- d) Manifiesto el Trabajo de Grado o de Aplicación es original realizado sin violar o usurpar derechos de autor de terceros y que ostento(amos) los derechos patrimoniales de autor sobre la misma. Por consiguiente, asumo toda la responsabilidad sobre su contenido ante la Universidad CESMAG y frente a terceros, manteniéndola indemne de cualquier reclamación que surja en virtud de la misma. En todo caso, la Universidad CESMAG se compromete a indicar siempre la autoría del escrito incluyendo nombre de(los) autor(es) y la fecha de publicación.
- e) Autorizo a la Universidad CESMAG para incluir el Trabajo de Grado o de Aplicación en los índices y buscadores que se estimen necesarios para promover su difusión. Así mismo autorizo (autorizamos) a la Universidad CESMAG para que pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.

NOTA: En los eventos en los que el trabajo de grado o de aplicación haya sido trabajado con el apoyo o patrocinio de una agencia, organización o cualquier otra entidad diferente a la Universidad CESMAG. Como autor(es) garantizo(amos) que he(hemos) cumplido con los derechos y obligaciones asumidos

 <p>UNIVERSIDAD CESMAG NIT: 800.109.387-7 VIGILADA Mineducación</p>	<p>AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE GRADO O TRABAJOS DE APLICACIÓN EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL</p>	<p>CÓDIGO: AAC-BL-FR-031</p>
		<p>VERSIÓN: 1</p>
		<p>FECHA: 09/JUN/2022</p>

con dicha entidad y como consecuencia de ello dejo(dejamos) constancia que la autorización que se concede a través del presente escrito no interfiere ni transgrede derechos de terceros.

Como consecuencia de lo anterior, autorizo(authorizamos) la publicación, difusión, consulta y uso del Trabajo de Grado o de Aplicación por parte de la Universidad CESMAG y sus usuarios así:

- Permiso(permitimos) que mi(nuestro) Trabajo de Grado o de Aplicación haga parte del catálogo de colección del repositorio digital de la Universidad CESMAG por lo tanto, su contenido será de acceso abierto donde podrá ser consultado, descargado y compartido con otras personas, siempre que se reconozca su autoría o reconocimiento con fines no comerciales.

En señal de conformidad, se suscribe este documento en San Juan de Pasto a los 13 días del mes de junio del año 2024.

<p><i>Antonio Gabriel Cuatin Vallejo</i></p>
<p>Nombre del autor: Antonio Gabriel Cuatin Vallejo</p>
<p style="text-align: center;">  Nombre del asesor: Christian Zambrano </p>