



FACULTAD DE MARKETING Y COMUNICACIÓN

Título del trabajo:

Influencia de la ansiedad sobre el rendimiento académico en estudiantes universitarios de una universidad del cantón Samborondón, año 2023

Línea de investigación: Psicología, Bienestar y Sociedad

Modalidad de titulación: Examen complejo

Psicología

Título por obtener:

Licenciatura en Psicología

Autora:

Afife Elena Juez Andrade

Tutor:

Mgtr. Daniel Alfonso Oleas Rodríguez

Guayaquil-2023

Dedicatoria

A mis abuelos, madre, hermana, tíos, novio y demás familiares:

En el umbral de este logro académico, quiero dedicar estas palabras de gratitud y reconocimiento a ustedes, quienes fueron mi fuente inagotable de inspiración y apoyo incondicional a lo largo de este arduo proceso de investigación. Su constante aliento y confianza en mis habilidades han sido el motor que me ha impulsado a superar obstáculos y a perseverar en los momentos más desafiantes. Sus palabras de ánimo y cariño siempre han sido un bálsamo reconfortante en los momentos de incertidumbre y cansancio.

Cada paso que di en esta tesis de investigación ha estado marcado por sus presencias y guía, han sido mis mentores, confidentes y consejeros, brindándome sabios consejos y perspectivas que enriquecieron cada aspecto de este trabajo. Cada hora dedicada a esta tesis ha sido también un tributo a su amor, sacrificio y dedicación hacia mí, la cual lleva impregnada la esencia de cada uno de ustedes, y mi éxito es también el reflejo del amor, comprensión y apoyo que he recibido de cada persona especial en mi vida.

En síntesis, esta tesis de investigación es un tributo a cada uno de ustedes, mis seres queridos, quienes han dejado una huella imborrable en mi corazón y en esta obra académica. Gracias por ser mi inspiración y mi razón de ser.

Afife Elena Juez Andrade

Agradecimiento

Quiero expresar mi profunda gratitud a todas aquellas personas que, de una u otra manera, han contribuido en la realización de esta tesis de investigación, fueron sus valiosas aportaciones y apoyo incondicional, fundamental para alcanzar este importante objetivo académico. A continuación, me gustaría reconocer a cada una de ellas:

En primer lugar, quiero expresar mi reconocimiento a la Universidad Ecotec, por proporcionarme los recursos y facilidades necesarias para llevar a cabo esta investigación de manera exitosa, así mismo a mis profesores, tutores académicos y miembros del comité evaluador cuyos conocimientos y enseñanzas han sido una fuente constante de inspiración y motivación para seguir adelante en este camino académico. Mi gratitud también se extiende a mi tutor de tesis, Mgtr. Daniel Oleas Rodríguez, por su dedicación, paciencia y sabias orientaciones a lo largo de todo el proceso de investigación, fueron sus valiosos comentarios y sugerencias fundamentales para mejorar la calidad y el enfoque de este trabajo.

No puedo dejar de agradecer a mis abuelos, madre, hermana, tío, novio y demás familiares, quienes me brindaron su inquebrantable apoyo emocional y económico durante todo este proceso, fueron sus palabras de aliento y amor incondicional los que me impulsaron a superar los desafíos y obstáculos que encontré en el camino.

Por último, pero no menos importante, quiero agradecer a todas las personas que participaron en el estudio y cuyas contribuciones fueron esenciales para la obtención de los datos utilizados en esta tesis.

Afife Elena Juez Andrade



Certificado revisión final

ANEXO N° 7.1

UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TUTOR METODOLÓGICO Y CIENTÍFICO PARA LA PRESENTACIÓN DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Samborondón, 7 de agosto del 2023

Mgtr.

Verónica Baquerizo Álava


Decana de la Facultad de Marketing y Comunicación

Universidad Tecnológica ECOTEC


De mis consideraciones:

Por medio de la presente comunico a usted que el trabajo de integración curricular TITULADO: Influencia de la ansiedad sobre el rendimiento académico en estudiantes universitarios de una universidad del cantón Samborondón, año 2023, según su modalidad de EXAMEN COMPLEXIVO; fue revisado, siendo su contenido original en su totalidad, así como el cumplimiento de los requerimientos establecidos en la guía para su elaboración, Por lo que se autoriza al estudiante: **JUEZ ANDRADE AFIFE ELENA**, para que proceda con la presentación oral del mismo.

ATENTAMENTE,



Mgtr. Daniel Oleas R.
Tutor metodológico



Mgtr. Daniel Oleas R.
Tutor) de la ciencia

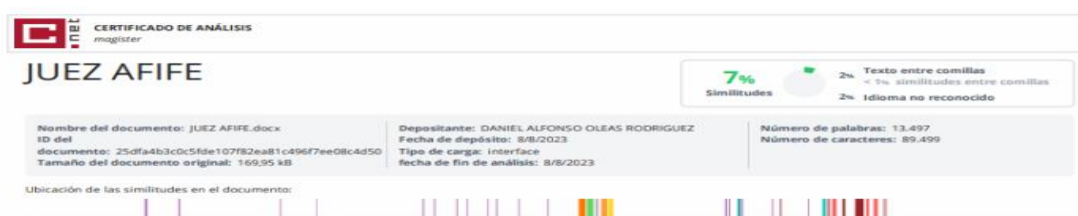


Certificado de coincidencia de plagio

ANEXO N°7.2

UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR CERTIFICADO DEL PORCENTAJE DE COINCIDENCIAS DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Habiendo sido revisado el trabajo de integración curricular TITULADO: INFLUENCIA DE LA ANSIEDAD SOBRE EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE UNA UNIVERSIDAD DEL CANTÓN SAMBORONDÓN, AÑO 2023; según su modalidad: EXAMEN COMPLEXIVO, elaborado por JUEZ ANDRADE AFIFE ELENA, fue remitido al sistema de coincidencias en todo su contenido el mismo que presentó un porcentaje de coincidencias del 7% mismo que cumple con el valor aceptado para su presentación que es inferior o igual al 10% sobre el total de hojas del Trabajo de integración curricular. Se puede verificar el informe en el siguiente link: <https://app.compilatio.net/v5/report/e006f6552c9b0105aa0b58ecc2d6c44c89e52a8d/sources>. Adicional se adjunta print de pantalla de dicho resultado.



ATENTAMENTE,

Mgtr. Daniel Oleas R.
Tutor metodológico

Mgtr. Daniel Oleas R.
Tutor) de la ciencia

Resumen

Los universitarios durante el tiempo que dura todo el proceso de formación académica atraviesan por situaciones, cambios, emociones tanto positivas como negativas, problemas personales, laborales y demás que los conllevan a mantener una vulnerabilidad a padecer de la ansiedad que científicamente es un trastorno de salud mental. La ansiedad juega un papel crucial en la vida estudiantil, tanto así que puede permitirse afectar en el rendimiento académico de los universitarios siendo espectadores del éxito cuando la ansiedad no afecta o al fracaso de la carrera que se encuentran cruzando cuando si afecta. Por ello en la presente investigación el objetivo fue determinar la influencia que la ansiedad ejerce sobre el rendimiento de los estudiantes universitarios del cantón Samborondón, perteneciente a la provincia del Guayas, Ecuador. La metodología aplicada cuantitativa transversal el enfoque y diseño explicativo la población y muestra fueron los estudiantes universitarios encuestados lo cual permitió medir la relación entre las variables mediante el uso de los instrumentos psicométricos como son el IAE-R (Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo) y RAU (Escala de Rendimiento Académico Universitario). Los resultados fueron tabulados, representados gráficamente y en tablas los mismos que mostraron una relación significativa entre las variables de la ansiedad y el rendimiento académico. Concluyendo con la obtención del coeficiente de correlación entre $-.020$ falta de organización en las actividades académicas (RAU-FO) y $.7$ ausencia de ansiedad rasgo (IAR AA), estos hallazgos permiten concluir que aquellos estudiantes que no experimentan ansiedad tienen mayores probabilidades de tener un mejor desempeño en sus estudios, en contraste con aquellos que padecen algún tipo de ansiedad.

Palabras claves:

Ansiedad, Estudiantes universitarios, Rendimiento Académico, influencia.

Abstract

During the time that the entire academic training process lasts, university students go through situations, changes, both positive and negative emotions, personal and work problems, and others that lead them to maintain a vulnerability to suffering from anxiety, which is scientifically a health disorder. Anxiety plays a crucial role in student life, so much so that it can affect the academic performance of university students by being spectators of success when anxiety does not affect or failure of the career they are going through when it does. For this reason, in the present investigation, the objective was to determine the influence that anxiety exerts on the performance of university students from the Samborondón canton, belonging to the province of Guayas, Ecuador. The cross-sectional quantitative methodology applied, the approach and explanatory design, the population and sample were the university students surveyed, which allowed measuring the relationship between the variables using psychometric instruments such as the IAE-R (State-Trait Anxiety Inventory) and RAU (University Academic Performance Scale). The results were tabulated, represented graphically and in tables, which showed a meaningful relationship between the anxiety variables and academic performance. Concluding with obtaining the correlation coefficient between $-.020$ lack of organization in academic activities (RAU-FO) and $.7$ absence of trait anxiety (IAR AA), these findings allow us to conclude that those students who do not experience anxiety are more likely to have a better performance in their studies, in contrast to those who suffer from some type of anxiety.

Keywords:

Anxiety, University students, Academic performance, influence.

Índice de contenido

Dedicatoria.....	II
Agradecimiento.....	III
Certificado revisión final.....	IV
Certificado de coincidencia de plagio.....	V
Resumen.....	VI
Abstract.....	VII
Indice de contenido.....	VIII
Introducción.....	1
Planteamiento del problema.....	3
Preguntas científicas.....	7
Objetivos.....	7
Objetivo general.....	7
Objetivos específicos.....	7
Justificación.....	8
Desarrollo de la investigación.....	9
Primera parte: Revisión de la Literatura.....	9
Salud mental.....	10
Enfermedades mentales.....	12
Ansiedad.....	13
Rasgos y síntomas de la ansiedad.....	15
Factores que influyen en la ansiedad.....	16
La ansiedad desde diferentes aspectos de vista.....	18
Como incide la ansiedad en la vida de una persona.....	19
La ansiedad estado y la ansiedad rasgo.....	20
Niveles de ansiedad.....	21
Criterios diagnósticos de todos los tipos de ansiedad.....	22
Ansiedad académica y Rendimiento académico.....	23
Enfoque cognitivo conductual de AARON BECK.....	26

Teoría socio-cognitiva de Zimmerman	27
Segunda parte: Método de investigación	30
Metodología de la investigación	31
Enfoque de la investigación	31
Alcance del estudio	31
Tipo de la investigación	31
Periodo y lugar donde se desarrolla la investigación	32
Universo y muestra de la investigación	33
Población	33
Muestra	33
Criterios de inclusión	33
Criterio de exclusión	34
Criterios éticos	34
Métodos empleados empíricos y estadísticos	35
Tipo de muestreo	35
Técnicas e Instrumentos	35
Ficha Ad Hoc sociodemográfica	35
Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI)	35
Escala de Rendimiento Académico Universitario (RAU)	38
Operativización de las variables	40
Tercera parte: Análisis de los resultados	42
Análisis de los resultados	43
Discusión de los resultados	47
Conclusiones	50
Recomendaciones	51
Referencias	52

Índice de Tablas

Tabla 1 Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo	37
Tabla 2 Escala de Rendimiento Académico Universitario	38
Tabla 3 Operalización de la variable ansiedad	40
Tabla 4 Operalización de la variable Rendimiento Académico	41
Tabla 5 Consistencia Interna de los Instrumentos	43
Tabla 6 Análisis descriptivo	44
Tabla 7 Correlaciones de Pearson entre las variables analizadas	45
Tabla 8 Regresión Lineal	46

Introducción

La ansiedad es considerada como un problema de salud mental, el cual si no es tratado a tiempo puede dar lugar a otros trastornos. Las personas que padecen de ansiedad, no se encuentran en un estado de bienestar acorde a su salud mental, por el contrario, son sujetos vulnerables a sufrir diversos niveles de ansiedad llegando incluso a auto sabotearse en su vida diaria, realizando acciones negativas e inimaginables para sí mismos. Las mismas que no serían capaces de efectuarlas de no estar atravesando este proceso.

Muchas han sido las condiciones que han acercado a la ansiedad a convivir con la población en la actualidad desde hace dos años atrás el de estar bajo confinamiento debido a la pandemia han dejado secuelas en el público en general y más en los estudiantes, donde se precisa que el primer año de aislamiento la prevalencia universal de la ansiedad aumentó un 25%, según un informe científico divulgado por la Organización Mundial de la Salud (2022). Durante este tiempo muchas de las actividades que se desarrollaban de forma presencial cambiaron a la modalidad virtual. Ahora bien, esto pudo haber influido en la población estudiantil, ya que de alguna manera proporcionó un componente significativo de precaución y alerta bajo situaciones especialmente peligrosas en el sentido emocional.

Así mismo, en conjunto con dos organizaciones de la salud (2021), se estipuló que la ansiedad es el segundo trastorno mental inhabilitante en su gran mayoría de países del continente americano. Además, según datos de la OPS y OMS (2017), la ansiedad es más común en presentarse en las mujeres, siendo un porcentaje del 7.7% a diferencia de los hombres, siendo un 3,6%.

En la actualidad, los países con ingresos bajos a moderados experimentan alrededor del 23% de los años de vida perdidos debido a trastornos mentales, lo

que está asociado con una menor esperanza de vida, una calidad de vida más baja y tasas de mortalidad más altas (Delgado et al., 2021).

Según el autor Hernández (2020), debido a las diversas situaciones que se vivieron con el COVID-19 como el confinamiento, el temor a la infección con el virus de la pandemia, el cambio de las actividades normales llevó a la población en general y más aún los grupos vulnerables, a presentar problemas de ansiedad, afectando su propia vida, siendo preciso mencionar que es el desencadenante de problemas de salud mucho más complicados si no se lo trata a tiempo. La OMS (2020), informó que la cantidad de personas que sufren de trastornos de ansiedad supera los 260 millones, Estados Unidos en un 40% y China con un 35%.

Otra de las situaciones que se viven en el país es la creciente delincuencia organizada, con varios atentados terroristas, principalmente hacia los centros de las fuerzas policiales y las revueltas en las penitenciarías, lo que llevó al presidente a tomar las medidas pertinentes con el fin de apaciguar la crisis de alguna forma, decretando en las ciudades con los más altos picos de violencia como Guayaquil, Santo Domingo de los Tsáchilas y Esmeraldas a diferentes toques de queda, un estado de excepción como lo expresa, Diario El comercio (2022), lo que sería un factor agregado en los estudiantes universitarios sobre su bienestar y la posible manifestación de síntomas ansiosos en su rutina educativa.

En los últimos años, la ansiedad ha convivido en los hogares de muchas personas, así mismo en los estudiantes debido a la pandemia recién teme, el índice de delincuencia, ese cambio y juego de emociones han contribuido en bajos rendimientos tanto laboral como educativo. La ansiedad juega un papel importante en la vida de cada ser humano, en los estudiantes universitarios es fácil sentirla, ya sea por emociones o simplemente las preocupaciones que muchos de estos estudiantes tienen sus obligaciones económicas sustentadas solo por ellos sin apoyo familiar pueden caer en ansiedad con tan solo pensar.

Durante estos últimos tiempos podríamos referir que en un promedio de 100 habitantes el 20% ha sufrido de ansiedad en algún momento de sus vidas. Ahora, como la ansiedad influye en el rendimiento académico de estudiantes universitarios es que a muchos los encamina a puntaje académicos bajos, ausencias estudiantiles y hasta abandono de la carrera que eligieron seguir.

Planteamiento del problema

Se conoce como ansiedad a aquel trastorno psicológico que se presenta con mayor frecuencia en la población por situaciones que se enfrentan o demandan cambios en el estado emocional del ser humano. En lo que refiere Díaz & Castro (2020), “se evidencian en dicho trastorno reacciones como nerviosismo, inseguridad, angustia, inquietud, temor o miedo, las cuales son inherentes a cada sujeto en los diferentes contextos en que este se encuentre” (p. 20).

Lo que se vuelven una necesidad de estudio la ansiedad también afecta el entorno académico, esta es consecuencia o resultado de reacciones biológicas o emocionales que reducen el nivel de concentración de los estudiantes durante el aprendizaje. En estos aspectos, la ansiedad tiene un efecto significativo en el desempeño de los estudiantes, especialmente en aquellos que están en educación superior.

Los trastornos de salud mental, como la ansiedad, afectan considerablemente el rendimiento académico de los universitarios. Siendo el primer componente de aquella, la emotividad, que se caracteriza por síntomas que incluyen angustia, susto (pánico), palpitaciones altas, náuseas, palmas húmedas, susceptibilidad (irritabilidad) y tensión, entre otros. En la mayoría de los casos, estos son sentimientos que emanan de la incapacidad para realizar las tareas esperadas.

Específicamente, tales sentimientos son el resultado de una preparación inadecuada o incapacidad para comprender los conceptos de aprendizaje. En

consecuencia, es probable Los estudiantes que muestren estos síntomas experimentarán una disminución en sus niveles de concentración durante las actividades académicas. Es evidente que las emociones pueden tener un impacto negativo en el rendimiento académico de los estudiantes (Al Majali, 2020).

La American Psychological Association (2018), señala que es necesaria una atención oportuna, debido a que cada vez es mayor la cantidad de estudiantes que necesitan un tratamiento para trastornos, como la ansiedad, lo que da como resultado una necesidad sustancial, insatisfecha de tratamiento de salud mental entre los estudiantes universitarios. Y en el estudio realizado por Auerbach et al., (2018), expresaron que el 23% de los estudiantes universitarios reportaron la ansiedad como un factor que afectó su funcionamiento en el último año. La preocupación excesiva dificulta la capacidad de hacer las cosas de manera eficiente y en el momento oportuno. El tiempo y la energía que se gasta preocupándose, dejaría menos tiempo para estudiar o hacer las tareas requeridas y afectaría negativamente a una persona en muchas otras áreas.

De hecho, "el rendimiento académico de los estudiantes universitarios en todo el mundo es motivo de preocupación. Por ejemplo, según lo expresado por Bruffaerts y otros en su artículo sobre los problemas de salud mental en estudiantes universitarios de primer año en 2018, aproximadamente uno de cada tres estudiantes informa enfrentar problemas relacionados con la salud mental." (Bruffaerts et al., 2018). Además, que, mediante una Encuesta Mundial sobre los trastornos mentales, efectuada en 19 universidades de ocho países (Australia, Bélgica, Alemania, México, Irlanda del Norte, Sudáfrica, España, Estados Unidos), señalaron que se presentan con mayor frecuencia trastornos de ansiedad, afectando al 70% de los alumnos universitarios (p. 128).

Mohammed et al., (2017) exploraron los efectos de la ansiedad ante los análisis en la ocupación académico alumnos universitarios en la Universidad del Noroeste, Kano, Nigeria. Establecieron que los estudiantes con niveles elevados de ansiedad obtuvieron calificaciones más bajas en comparación con sus

contrapartes que obtuvieron calificaciones más altas con niveles moderados de ansiedad. Por lo tanto, se comprobó que la ansiedad académica quebranta en el rendimiento académico de los universitarios.

Por otra parte, en América Latina, antes de la pandemia, varios estudios habían informado que la población universitaria es uno de los grupos de desarrollo más propensos a problemas de salud mental, lo cual es común durante la etapa media y tardía de la adolescencia. Principalmente, manifestaciones de estrés, ansiedad, depresión, conducta suicida y otros trastornos psicológicos han sido reportados frecuentemente en esta población. El impacto de la pandemia en la experiencia de estudio de la educación superior ha sido grave, ya que estos cambios obligaron a los estudiantes universitarios a enfrentar desafíos, como tener que adaptarse a la educación en línea y autorregular su aprendizaje (Carranza Esteban et al., 2022).

En Ecuador, se dispone de información sobre la aparición de síntomas de ansiedad en la población que estuvo bajo el cerco epidemiológico debido al COVID-19 durante los meses de marzo y abril de 2020 (Paz et al., 2020, pp. 554-555). Los resultados de esta investigación señalaron que aproximadamente el 20% de los participantes evaluados mostraron síntomas de ansiedad con una intensidad cercana al 23%. No se tienen registros actuales sobre el estado de la salud mental de la población ecuatoriana en general durante la situación de pandemia por COVID-19 (Hermosa-Bosano et al., 2021).

En un estudio realizado por Santos Pazos et al., (2021) en la Universidad Central del Ecuador con estudiantes de la carrera de Odontología, se encontró que la población estudiada presentaba predominantemente un nivel medio de ansiedad, seguido de un nivel alto. Sin embargo, se observó que la proporción de ansiedad en el nivel alto fue mayor entre las mujeres que participaron en el estudio. Además, en otra investigación llevada a cabo en la Universidad Católica de Cuenca por los autores Astudillo et al., (2018) sugieren que las estrategias de aprendizajes que brinda la institución están conectadas con las necesidades y

preferencias de aprendizaje de los estudiantes lo que influye en su rendimiento académico por lo que se deben contextualizar en función de ella para lograr un mayor rendimiento académico.

Además, según un estudio realizado por los autores Cabeza et al., (2019), en la Universidad de las Fuerzas Armadas del Ecuador, en la carrera de Ciencias de la Actividad Física destacó que los niveles de ansiedad se originan en diferentes niveles adaptativos, siendo estos entre los primeros evidenciando niveles severos y extremos de ansiedad en los últimos semestres de la carrera siendo moderados debido a la aparición de mayores retos como la obtención de su titulación.

Otro de los puntos, es que existen falencias en el sistema de salud, ya que la ansiedad se estima como un trastorno mental que se debe considerar y amerita de un tratamiento, por lo que todavía falta otorgarle la importancia necesaria para llegar a ser una situación óptima, pero por ahora se tratará de establecer si la influencia de la ansiedad sobre el rendimiento académico es lo que más afecta a la población escogida y así tener como referencia este estudio para futuras investigaciones que puedan ayudar a las instituciones superiores (Vivas, 2020).

Por lo cual, problema se suscita en Samborondón, en los estudiantes universitarios, siendo así que la ansiedad que presentan podría llegar a influir en su rendimiento académico, considerando que esta condición de salud mental puede deteriorar la salud en general del individuo a largo plazo, ya que esta permite a cualquier ser humano permanecer en alerta a las posibles causales más comprometedoras afectando inicialmente el estado emocional de la persona transformándolo en un problema significativo si no es tratado a tiempo debido a que en menos de tres años se enfrentaron a muchos cambios en su vida cotidiana, como una pandemia global que obligó a la población a mantenerse alejados, aislados para evitar más contagios y muertes. Por ello, existe la necesidad en describir la influencia que tiene la ansiedad en los estudiantes universitarios sobre su rendimiento académico. El presente estudio busca

establecer las determinantes principales de ansiedad, para que de esta manera no se encuentre comprometido su rendimiento académico.

Preguntas científicas

- 1) ¿Cómo la ansiedad influye en los estudiantes y a su vez como afecta el rendimiento académico de los estudiantes universitarios del Cantón Samborondón, 2023?
- 2) ¿Cómo se presenta la ansiedad en los estudiantes universitarios del cantón Samborondón, 2023?
- 3) ¿Cuáles son los niveles de ansiedad que influyen en el rendimiento académico de los estudiantes del cantón Samborondón, 2023?

Objetivos

Objetivo general

Establecer la influencia de la ansiedad sobre el rendimiento académico en estudiantes universitarios del cantón Samborondón de la ciudad de Guayaquil, Ecuador en el año 2023.

Objetivos específicos

- Describir la ansiedad y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios del cantón Samborondón, para determinar los factores que influyen en las variables mencionadas.
- Identificar los niveles de ansiedad de los estudiantes universitarios del cantón Samborondón para establecer en qué grado se encuentran y de qué manera los puede llegar a repercutir en las diversas esferas en que se desarrollan.
- Explicar la relación existente entre la ansiedad y el rendimiento académico de estudiantes universitarios del cantón Samborondón

mediante el análisis y comparación de los datos obtenidos en el presente estudio.

Justificación

La presente investigación es relevante para la sociedad ecuatoriana, debido a la evidencia de los datos estadísticos sobre el incremento de la ansiedad en estudiantes universitarios, el proceso de aprendizaje está estrechamente relacionado con los aspectos emocionales y psicológicos, y no se limita únicamente a una serie de actos cognitivos. Además, el país enfrenta un alto nivel de necesidad de servicios de salud mental, lo que representa un gran desafío para las instituciones de educación superior.

La ansiedad se presenta como un factor que obstaculiza el desarrollo óptimo y adecuado de las personas que la experimentan, especialmente entre los estudiantes, quienes se ven afectados en mayor medida. Esto puede dar lugar a diversas disfuncionalidades que, a largo plazo, pueden volverse más crónicas o interferir directamente con el futuro profesional de los estudiantes universitarios e incluso con su vida cotidiana, donde tareas aparentemente sencillas pueden volverse extremadamente exigentes.

Por lo tanto, es crucial investigar este fenómeno que afecta a la población mencionada, con el objetivo de obtener una comprensión más amplia sobre el tema y así poder generar soluciones, acciones o futuras investigaciones de manera más efectiva. Estas medidas podrían contribuir a disminuir la problemática presentada y ser aplicadas mediante diversos modelos de aprendizaje y enseñanza impartidos por las instituciones educativas superiores para aminorar los problemas vinculados con el rendimiento académico.

Desarrollo de la investigación

Primera parte: Revisión de la Literatura

Salud mental

Desempeña un papel crucial en la calidad de vida individual y en el bienestar de las comunidades en su conjunto. Debido a que esta influye en el bienestar global de los individuos en general, por ello el mantenerse saludables en todo sentido y más en el mental, les permitiría disfrutar de una buena calidad de vida y experimentar un sentido de bienestar emocional saludable, contribuyendo a tener relaciones inter e intra personales satisfactorias, a sentirse satisfecho con uno mismo, a manejar la ansiedad y el estrés de la cotidianidad y a enfrentar los desafíos de la vida de manera efectiva (Chau & Vilela, 2019).

Según, la Organización Mundial de la Salud (2021): La salud mental se refiere a un estado de bienestar en el cual la persona es capaz de afrontar las exigencias habituales de la vida y mantener un nivel de productividad en el trabajo, fructífera, contribuir con la comunidad, implicando la capacidad de adaptarse a los cambios, adversidades, mantener relaciones saludables con los demás y tener un equilibrio emocional. (pp. 1-22).

En otro contexto Martínez et al., (2019) definen a la salud mental como el bienestar emocional, psicológico y social de una persona, es decir un componente fundamental de la salud en general. El cual no se limita únicamente a la ausencia de trastornos mentales, sino que incluye aspectos como la capacidad de manejar el estrés, las emociones y los desafíos de la vida diaria.

Otros autores como Barrera y col (2019), definieron que el mal manejo de la salud mental puede ser la causante común de padecer algún trastorno mental en el mundo, si no es tratada adecuadamente pudiendo afectar a cualquier persona, independientemente de su edad, género, situación socioeconómica o cultural.

Además del impacto social y económico que pueden traer consigo, porque a veces debido al estigma negativo que se tiene en la sociedad, sobre padecer un trastorno mental representa una carga significativa para las personas, las familias y las comunidades en términos de sufrimiento humano y costos económicos. Es por ello por lo que, promover la salud mental sobre todo el brindar acceso a servicios de atención y tratamiento adecuado puede ayudar a reducir la carga de las insurrecciones mentales, la contribución con estas personas ayudando a mejorar su bienestar en su salud mental (Moreta-Herrera et al., 2021).

Los universitarios que en el día a día de su vida pueden encontrarse expuestos a múltiples facetas, muchas de las cuales los exponen a situaciones, emociones, y problemas que pueden perturbar esta calma, las consecuencias no solo afectan el estado mental, sino conllevan a bajos rendimientos académicos, ausencias, por las sintomatologías y trastornos en el cuerpo humano (Alarcón, 2019).

Así mismo, ayudaría a propiciar un funcionamiento óptimo en diferentes áreas de la vida, como el trabajo, los estudios, las relaciones personales y el desempeño diario, permitiéndoles a las personas alcanzar su máximo potencial, ser productivas y lograr sus metas (Barrera-Herrera & Martín, 2021). Por ello, propiciar el concepto de salud mental de una forma positiva es clave para prevenir los trastornos mentales, desarrollando hábitos y estilos de vida saludables, cuidar el equilibrio emocional y tener estrategias de afrontamiento efectivos pueden reducir el riesgo de desarrollar la importancia de la promoción y protección de la salud mental a largo plazo ha sido destacada (Sanchis-Soler et al., 2022).

Estos aspectos son fundamentales para el desarrollo humano y el funcionamiento de las sociedades en su conjunto. Por lo tanto, las instituciones y organizaciones de salud pública trabajan en generar conciencia sobre la relevancia de la salud mental, con el propósito de reducir el estigma

asociado a los trastornos mentales y mejorar la calidad de vida de las personas que los padecen (Carpio, 2017).

Enfermedades mentales

Las enfermedades mentales son trastornos que derivan de la salud y el bienestar de las personas de manera significativa, teniendo en cuenta que pueden tener un impacto significativo en sus vidas. Algunos de los más comunes incluyen “la ansiedad, depresión, esquizofrenia, trastornos bipolares, alimentarios, obsesivo-compulsivo (TOC) y por estrés postraumático (TEPT)” (Kaled, 2018)

Otro punto por destacar siendo actualmente muy comunes, una de cada cuatro personas en todo el mundo sufrirá algún tipo de trastorno mental en algún momento de su vida. Lo que la población, allegados o conocidos se verán afectados por una enfermedad mental, aumentando él incide de prevalencia para padecer un trastorno mental a nivel global (Vega-Dienstmaier, 2019). Así mismo, pueden traer graves consecuencias a los individuos, llegando afectar el rendimiento escolar, la productividad laboral, la capacidad para mantener relaciones interpersonales, y pueden llevar al abuso de drogas y alcohol, así como al suicidio (Atencio-Paulino et al., 2019).

También cabe enfatizar que estas son tratables, aunque las enfermedades mentales pueden ser debilitantes, muchas son atendidas con el tratamiento adecuado. La terapia, los medicamentos y otros enfoques pueden ayudar a aliviar los síntomas y mejorar la calidad de vida. Sin embargo, estas se pueden prevenir, mediante la adopción de hábitos saludables, como dormir lo suficiente, hacer ejercicio, comer bien, manejar el estrés y evitar el abuso de sustancias (Cuenca & Robladillo, 2020). Por lo consiguiente en la salud integral de las personas, debido a que las enfermedades mentales son tan importantes como las enfermedades físicas.

La salud mental es un factor esencial para el bienestar de un individuo, ya que su desconocimiento puede llevar a un deterioro general en la vida cotidiana, dando lugar a diversas dificultades en las relaciones con otras personas, en el ámbito laboral y, en última instancia, afectando negativamente la salud física (Inchauspe, 2019).

Es fundamental tener en cuenta que se enfoca en la prevención del suicidio debido a que las enfermedades mentales, como la depresión y los trastornos de ansiedad, representan factores de riesgo significativos para este problema. Al prestar atención a estas manifestaciones, se puede identificar, tratar los problemas a tiempo, lo que puede prevenir situaciones de crisis y salvar vidas (Yoma, 2019). En términos como los Derechos humanos, las personas que sufren de enfermedades mentales merecen recibir el mismo respeto, compasión y atención que cualquier otra persona con una enfermedad física (Godoy et al., 2020).

Promover su importancia ayuda a reducir el estigma y la discriminación asociados con estas afecciones, lo que permite que las personas busquen ayuda sin temor y accedan a los recursos necesarios para su recuperación (Perales et al., 2019). Un punto principal es la importancia que se le debe dar a las enfermedades mentales, siendo crucial para la prevención para de esta manera tratarlas a tiempo con el fin de abordarlas oportunamente y reducir sus consecuencias, siempre protegiendo el bienestar general de las personas (Flores & Mora, 2022).

Ansiedad

Es una reacción emocional normal ante situaciones de estrés, peligro o incertidumbre, aunque en algunos casos puede ser inapropiada. Sin embargo, cuando esta respuesta emocional se manifiesta en forma de síntomas físicos y psicológico que, si se vuelve excesiva, persistente y no tiene una causa

realista, puede ser considerada un trastorno de ansiedad (Castillo et al., 2021).

Cada uno de los trastornos de ansiedad que existen presentan síntomas específicos, que interfieren significativamente en la vida diaria de la persona y su capacidad para funcionar en diferentes ámbitos, como el laboral, social, familiar, aunque todos ellos comparten la presencia de ansiedad intensa y duradera (Macías et al., 2019).

Las largas horas que los estudiantes universitarios dedican para la parte académica, las emociones y problemas por los cuales se encuentran atravesando en su vida personal demanda de un conjunto de situaciones, emociones y responsabilidades lo cual terminan muchas en problemas asociados a la salud mental a corto plazo (Chacón et al., 2019).

Los síntomas comunes del trastorno de ansiedad incluyen tensión muscular, sudoración, temblores, palpitaciones, falta de aire, molestias estomacales, sensación de ahogo, miedo a perder el control, a morir o a volverse loco, entre otros. Estos síntomas pueden interferir en la vida cotidiana de las personas que los padecen, limitando sus actividades y generando un gran malestar emocional (Barrera-Herrera A. et al., 2019).

El tratamiento de la ansiedad puede involucrar terapia psicológica, medicación, cambios en el estilo de vida y técnicas de relajación. La terapia psicológica puede ser de distintos tipos, como la terapia cognitivo-conductual, la terapia psicodinámica o la terapia interpersonal. La medicación más comúnmente utilizada para el tratamiento de la ansiedad son los ansiolíticos y los antidepresivos (Díaz, 2019).

La ansiedad puede ser tratada mediante diversos enfoques, como la terapia psicológica, el uso de medicamentos, cambios en el estilo de vida y técnicas de relajación. En cuanto a la terapia psicológica, existen diferentes

tipos, como la terapia cognitivo-conductual, psicodinámica e interpersonal. Por su parte, los ansiolíticos y antidepresivos son los fármacos más comúnmente utilizados en el tratamiento (Langarita-Llorente & Gracia-García, 2019).

Rasgos y síntomas de la ansiedad

Los autores Barrera-Herrera, Neira-Cofré y Raipán- Gómez (2019), los síntomas y rasgos de la ansiedad pueden variar según la persona, pero aquí hay algunos de los más comunes:

- **Preocupación excesiva:** Las personas con ansiedad a menudo tienen pensamientos repetitivos y preocupaciones excesivas sobre cosas que podrían salir mal (Castaño et al., 2022).
- **Miedo intenso:** Las personas con ansiedad pueden experimentar un miedo intenso y paralizante a situaciones específicas, como hablar en público o volar en avión (Flórez et al., 2019).
- **Sensación de nerviosismo:** Las personas con ansiedad pueden sentirse inquietas, tensas o nerviosas todo el tiempo (Bojorquez & Moroyoquil, 2020).
- **Síntomas físicos:** La ansiedad también puede manifestarse en síntomas físicos como palpitaciones, sudoración excesiva, temblores, mareos y dificultad para respirar (Alarcón, 2019).
- **Evitación de situaciones:** Las personas con ansiedad a menudo evitan situaciones que les causan miedo o ansiedad, lo que puede limitar su capacidad para llevar una vida normal (Ordosgoitia-Parra et al., 2020).
- **Problemas de sueño:** La ansiedad también puede causar problemas de sueño, como dificultad para conciliar el sueño o despertarse varias veces durante la noche (Medina et al., 2019).

- **Irritabilidad:** Las personas con ansiedad también pueden sentirse irritables o tener cambios de humor frecuentes (Moreta-Herrera et al., 2019).

Factores que influyen en la ansiedad

Existen varios factores de riesgo que pueden aumentar la probabilidad de desarrollar trastornos de ansiedad, que incluyen:

- **Genética:** puede tener una base, lo que significa que puede ser heredada de los padres, tener antecedentes familiares o trastornos relacionados aumentara el riesgo (American Psychological Association, 2018).
- **Historia familiar de trastornos de ansiedad:** familiares cercanos que hayan padecido trastornos de ansiedad aumenta el riesgo de desarrollarlos (Barrera-Herrera & Martín, 2021).
- **Experiencias de vida:** Las experiencias traumáticas o estresantes en la vida, como la pérdida de un ser querido, un divorcio, problemas financieros o problemas de salud, pueden aumentar el riesgo de desarrollar ansiedad (Flores & Mora, 2022).
- **Factores ambientales:** Factores externos como la exposición a situaciones estresantes, la violencia, el abuso físico o emocional, el acoso laboral, entre otros, pueden influir en la ansiedad, el ambiente en el que se crece y se vive también puede influir en el desarrollo de la ansiedad. Por ejemplo, la exposición a altos niveles de estrés, una educación restrictiva o el clima social pueden aumentar el riesgo (Atkinson & Flint, 2001).
- **Personalidad:** Tiene un papel en la ansiedad, ciertos rasgos de personalidad, como la timidez, la introversión, la baja autoestima, el perfeccionismo, entre otros, pueden aumentar el riesgo de desarrollar trastornos de ansiedad. Por ejemplo, las personas de personalidad

perfeccionistas o ansiosos pueden ser más propensas a desarrollar ansiedad (Tobal & Escalona, 2000).

- **Consumo de sustancias:** El consumo del alcohol, cafeína, nicotina o las drogas ilegales puede aumentar el riesgo de ansiedad (Vega-Dienstmaier, 2019).
- **Problemas médicos:** Las condiciones médicas como enfermedades crónicas, cardíacas, asma, tiroideas, pulmonar obstructiva crónica (EPOC) o trastornos neurológicos aumentara el riesgo de ansiedad (Barrera-Herrera & Martín, 2021).
- **Factores psicológicos:** La depresión, el trastorno obsesivo-compulsivo (TOC), el trastorno de estrés postraumático (TEPT) y otros trastornos de ansiedad, pueden influir (Garcia, 2019).
- **Medicamentos:** Los antidepresivos, estimulantes, anticonvulsivantes, entre otros, aumentan el riesgo de desarrollar ansiedad (Organización Mundial de la Salud, 2022).

Hay que tener en cuenta que estos factores no son necesariamente causa directa de la ansiedad, pero pueden aumentar el riesgo de desarrollarla. Además, no todas las personas que experimentan estos factores desarrollarán ansiedad. Por ello, la ansiedad es una experiencia común y normal en ciertas situaciones, como antes de un examen o una presentación importante. Solo se considera un problema de salud mental cuando interfiere significativamente en la vida diaria de una persona. Así mismo, cada persona es única y puede tener una combinación diferente de factores de riesgo y protectores. Por ello, es de suma importancia buscar ayuda profesional si se experimentan síntomas de ansiedad persistente o interferente en la vida cotidiana.

La ansiedad desde diferentes aspectos de vista

La ansiedad es un fenómeno complejo que puede ser entendido y estudiado desde diferentes perspectivas (Barrera & Reyes, 2020). A continuación, se presentan algunos aspectos desde los cuales se puede abordar la ansiedad:

- **Aspecto fisiológico:** la ansiedad se relaciona con cambios en el sistema nervioso autónomo y en la liberación de hormonas, que pueden producir síntomas físicos como sudoración, temblores, taquicardia, hiperventilación, entre otros (Barreto & Salazar, 2021).
- **Aspecto cognitivo:** la ansiedad se asocia con la percepción de peligro y la anticipación de consecuencias negativas, lo que puede generar pensamientos intrusivos y recurrentes, preocupación constante, miedo y una tendencia a la sobrevaloración de la amenaza (García, 2019).
- **Aspecto emocional:** la ansiedad se relaciona con la experiencia de emociones negativas como la angustia, el miedo, la inquietud y la irritabilidad, así como con una sensación de falta de control sobre las propias emociones (Sebastián, 2020).
- **Aspecto conductual:** la ansiedad puede generar comportamientos de evitación, huida o bloqueo, así como conductas de seguridad que buscan reducir la incertidumbre y el miedo, como la repetición de rituales o la búsqueda de la validación de los demás (Caballo et al., 2019).
- **Aspecto social:** la ansiedad puede afectar las relaciones interpersonales, ya que puede generar una tendencia a la reclusión, la dificultad para establecer vínculos afectivos y la limitación de actividades sociales (Salazar et al., 2019).

Se enfatiza que estos aspectos no son independientes entre sí, sino que se influyen y se retroalimentan mutuamente, generando un ciclo de ansiedad que puede ser difícil de romper sin la ayuda adecuada (Arpasi, 2019).

Como incide la ansiedad en la vida de una persona

La ansiedad puede tener un impacto significativo en la vida de una persona en diversos aspectos, incluyendo la salud mental, emocional y física, las relaciones interpersonales, el desempeño laboral o académico, y la calidad de vida en general, convirtiéndose en un problema cuando interfiere significativamente en esas áreas, debilitando, afectando su capacidad para realizar actividades cotidianas como trabajar, estudiar, cuidarse de sí mismo y relacionarse con los demás. La ansiedad crónica también puede aumentar el riesgo de desarrollar problemas de salud mental más graves, como trastornos depresivos o trastornos de pánico (Clark & Beck, 2016).

La ansiedad es un problema de salud mental importante que puede manifestarse en diversas formas, desde preocupaciones y miedos excesivos hasta ataques de pánico y trastornos obsesivo-compulsivos, ya que los trastornos de ansiedad son uno de los trastornos mentales más comunes y afectan a millones de personas en todo el mundo. Pueden ser causados por una combinación de factores, como la genética, el entorno y los eventos de la vida. Los síntomas pueden ser leves o graves, y pueden empeorar con el tiempo si no se tratan (Malonda & Franco, 2018).

A nivel mental y emocional, la ansiedad puede generar preocupaciones excesivas, miedo constante y dificultad para concentrarse o relajarse, lo que puede llevar a la persona a sentirse emocionalmente agotada y vulnerable. Además, la ansiedad puede desencadenar síntomas físicos que pueden afectar el bienestar del individuo (Atencio-Paulino et al., 2019).

En términos de relaciones interpersonales, la ansiedad puede interferir en la capacidad de la persona para relacionarse con los demás de manera efectiva, lo que puede afectar la vida social y profesional. La ansiedad también puede llevar a la persona a evitar situaciones sociales, aislándose y perdiendo oportunidades de desarrollo personal y profesional (American Psychological Association, 2018).

La ansiedad también puede afectar la salud física de una persona, ya que la activación prolongada del sistema nervioso simpático, que ocurre en situaciones de ansiedad, puede aumentar la presión arterial, el ritmo cardíaco y la frecuencia respiratoria, lo que puede tener efectos negativos en el cuerpo a largo plazo (Moreta-Herrera et al., 2019).

En el ámbito laboral o académico, la ansiedad puede reducir el rendimiento, la motivación, la capacidad para tomar decisiones y resolver problemas de manera efectiva. Esto puede llevar a la persona a sentirse insegura y desmotivada, lo que puede afectar el desempeño, la satisfacción en el trabajo o en los estudios. Puede tener un impacto significativo en la vida de una persona, afectando su salud mental, emocional, física, las relaciones interpersonales en su entorno, el desempeño laboral o académico y la calidad de vida en general (World Health Organization, 2017).

Cabe destacar la importancia sobre buscar ayuda profesional si se experimenta ansiedad significativa o persistente. Los tratamientos para la ansiedad pueden incluir terapia cognitivo-conductual, medicación y técnicas de relajación y manejo del estrés. El tratamiento temprano puede ayudar a prevenir la aparición de trastornos de ansiedad más graves y mejorar la calidad de vida en general.

La ansiedad estado y la ansiedad rasgo

Partiendo de la información anterior, los autores Spielberger, Gorsuch y Lushene (1997) diferencian entre ansiedad estado (AE) y ansiedad rasgo (AR):

La primera (ansiedad estado, AE) se describe como un estado emocional temporal y personal, que puede cambiar con el tiempo y variar en intensidad. Se caracteriza por la presencia de sentimientos subjetivos conscientemente percibidos de tensión y aprensión, acompañados de una activación excesiva del sistema nervioso autónomo. (p. 66)

En referencia el artículo del autor Martínez-Otero Pérez (2014):

La segunda (ansiedad rasgo, AR) señala una propensión ansiosa relativamente estable en el individuo, lo que significa que tiende a percibir situaciones como amenazadoras y, por ende, a aumentar su ansiedad emocional (AE). En general, aquellos con una alta AR experimentan una mayor ansiedad emocional, ya que perciben una mayor cantidad de situaciones como amenazantes. Por lo tanto, las personas con una AR elevada suelen reaccionar con un aumento en la ansiedad emocional en situaciones interpersonales que puedan afectar su autoestima. Las diferencias en la AR entre individuos también se reflejan en diferencias correspondientes en la ansiedad emocional, dependiendo del grado en que una situación específica se perciba como amenazadora o peligrosa, lo cual está influenciado por experiencias previas (pp. 63-78).

Niveles de ansiedad

Existen diferentes escalas y criterios para medir los niveles de ansiedad, pero en general se puede hablar de tres niveles de ansiedad:

- 1. Ansiedad leve:** se caracteriza por síntomas leves de ansiedad, como preocupaciones, tensión muscular y dificultades para conciliar el sueño (Morrison, 2015)
- 2. Ansiedad moderada:** se experimentan síntomas más intensos, como palpitaciones, sudoración excesiva, temblores y miedo intenso (Márquez, 2014)
- 3. Ansiedad grave:** en este nivel, los síntomas de ansiedad son extremos y pueden interferir significativamente con la vida diaria de la persona, como ataques de pánico, evitación de situaciones temidas y pensamientos obsesivos (Feliu, 2014)

Cabe recalcar que estos niveles de ansiedad no son diagnósticos en sí mismos y que solo un profesional de la salud mental capacitado puede determinar si alguien cumple con los criterios para un trastorno de ansiedad específico.

Criterios diagnósticos de todos los tipos de ansiedad

A continuación, se presentan los criterios de diagnóstico de algunos de los trastornos de ansiedad más comunes, según el DSM-5:

1. Trastorno de ansiedad generalizada (TAG):

- Preocupación excesiva e incontrolable sobre una amplia gama de eventos o actividades, asociada con síntomas físicos como fatiga, tensión muscular, inquietud o dificultad para concentrarse, causando angustia significativa y afectan el funcionamiento diario (Pagés, 2007)

2. Trastorno obsesivo-compulsivo (TOC):

- Presencia de obsesiones recurrentes, pensamientos, impulsos o imágenes no deseadas que causan ansiedad o malestar, realización de compulsiones repetitivas, actos mentales o comportamientos que se realizan en respuesta a las obsesiones o según reglas que deben seguirse estrictamente, son extremas y consumen mucho tiempo, causan angustia significativa y afectan el funcionamiento diario (Pons, 2014).

3. Trastorno de pánico:

- Presencia de ataques de pánico recurrente e inesperado, que incluyen síntomas como palpitaciones, sudoración, temblores, sensación de ahogo, dolor en el pecho, mareo o miedo a perder el control o morir, son seguidos por al menos un mes de preocupación constante acerca de tener otro ataque de pánico, y cambios en el comportamiento en un intento por evitar los ataques de pánico (Osma et al., 2014)

4. Trastorno de estrés postraumático (TEPT):

- Exposición a un evento traumático, como una amenaza a la vida, una violación o un desastre natural, presencia de síntomas intrusivos como recuerdos angustiantes, pesadillas, flashbacks o reacciones físicas intensas al recordar el evento traumático, evitación de recordatorios del evento traumático, incluyendo personas, lugares o actividades que lo recuerden, síntomas de activación como dificultad para dormir, irritabilidad, hipervigilancia o sobresaltos exagerados (Campos, 2016)
- 5. Fobia específica:** se caracteriza por un miedo intenso e irracional a un objeto o situación específicos, como por ejemplo a volar, a las arañas, a los espacios cerrados, entre otros. La persona puede evitar estas situaciones o enfrentarlas con gran ansiedad (Cairos Grillo, 2019)
- 6. Fobia social:** se caracteriza por un miedo intenso a ser juzgado o evaluado negativamente por otros en situaciones sociales o de actuación en público. Puede manifestarse como miedo a hablar en público, a comer en público, a usar baños públicos, entre otros (Bados, 2001).

Ansiedad académica y Rendimiento académico

Destacando lo que expuso el autor Navarro (2003):

En la actualidad existen diversas investigaciones que se dirigen a encontrar explicaciones del bajo rendimiento académico, las cuales van desde estudios exploratorios, descriptivos y correlacionales hasta estudios explicativos; si bien es cierto que resulta una tarea ardua localizar investigaciones específicas que describan o expliquen la naturaleza de las variables asociadas al éxito o fracaso académico, también es verdad que el acervo teórico y bibliográfico para sustentar una investigación de ésta naturaleza resulta enriquecedor; por lo cual se describen a continuación algunas de ellas (p. 0).

Con respecto a el concepto de ansiedad académica según el Centro de Apoyo del Desempeño Académico (2018):

Se entiende como una respuesta a una amenaza física o emocional que uno ha experimentado durante el proceso de estudio o al enfrentarse a una evaluación, siendo una reacción normal de nuestro organismo, sin embargo, lo que más la intensifica es el temor, a no cumplir con las expectativas personales o familiares, a perder algún beneficio, a retrasarse en la carrera, entre otros y la inseguridad, así también se acrecienta cuando realizamos procesos de estudio superficiales o cuando nos quedan contenidos no estudiados previo a una evaluación.

En el estudio de Estrada y Mamani (2020) realizado en Perú, titulado “Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios de Madre de Dios, Perú”, los resultados que se obtuvieron permitieron demostrar la existencia de una relación directa y significativa entre la procrastinación académica y la ansiedad en los estudiantes de la carrera profesional de Educación. Por tal motivo, cuánto más procrastinen los estudiantes y pospongan sus actividades académicas, los niveles de ansiedad que se generen serán mayores.

Todo en lo que refiere al concepto de rendimiento académico el autor Imig (2020) expone: El rendimiento académico es un término multidimensional, a partir del cual se puede dar cuenta tanto de la cuantía como de la condición de los resultados que se han obtenido en los procesos de enseñanza-aprendizaje, al mismo tiempo, se lo entiende como un indicador para medir la productividad de un sistema, que involucra a su vez alumnos y profesores y dispara procesos de evaluación destinados a alcanzar una educación de calidad. En algunas ocasiones también se utiliza para medir la eficacia del currículum y de los procesos de evaluación curricular (pp. 89-104).

Otro estudio Trunce et al., (2020) a prevalencia de estos trastornos cuando se muestra de forma agrupada, para el total de los 186 estudiantes consultados; el 29,00% presenta algún trastorno, el 53,20% a ansiedad y el 47,80%. Se observó asociación estadísticamente significativa entre las variables ansiedad y rendimiento académico. Conclusiones existe una asociación entre el rendimiento académico de los estudiantes con la variable ansiedad, pero no así con los trastornos estrés y depresión.

En una publicación perpetrada Vintimilla-Pesántez y col (2021), la ansiedad tiene varias connotaciones que pueden generar una influencia significativa, entre ellos se encuentran aquellos de índole familiar, escolar y aquellos relacionados a la autopercepción; por lo que, existen cuestionarios como el Test de Spencer, que mediante la aplicación de su cuestionario se puede evaluar la presencia del trastorno de ansiedad generalizada, trastorno obsesivo compulsivo, trastorno de fobia, entre otros. Igualmente, estos aspectos que se presentan en el estudiante intervienen de manera considerable al producir una transformación completa al momento de exponerse a un examen, por tanto, los educadores tienen la oportunidad de entrever vías para su reducción, mejorando así el procesamiento de la información, la adquisición del aprendizaje y la autoconfianza de los estudiantes, propugnando la optimización de su rendimiento académico.

Mientras Tobal y Escalona (2000), investigación que se centró en cuanta ansiedad les producía a los estudiantes las semanas de exámenes finales y como este se unía a los problemas, emociones, y arbitrariedades que atravesaban durante este tiempo. Como resultados se obtuvo que la ansiedad más los problemas desde casa o trabajos eran los coadyuvantes en el fracaso de calificaciones, es decir un bajo rendimiento académico, ausencias a las presentaciones de las obligaciones de las materias que son los exámenes finales y el abandono de las carreras universitarias.

A lo expuesto por los investigadores se demostró que la ansiedad académica, es el detonante para que los estudiantes universitarios como es el caso de la presente investigación sea el contribuyente principal en la afectación y comprometer el rendimiento académico. Para esto es fundamental que se contribuya en la promoción de salud mental y que ayude a la población que se ha visto afectada por la ansiedad académica que es un problema que todo estudiante puede superar con un buen manejo y apoyo de un profesional que muestre los puntos y la salida encaminados a un corto tratamiento para mejorar su bienestar que se encuentra comprometido como es la salud mental.

Enfoque cognitivo conductual de AARON BECK

La perspectiva teórica cognitivo-conductual (TCC) se enfoca en cómo los pensamientos, emociones y comportamientos interactúan entre sí y pueden influir en la ansiedad. Según esta perspectiva, la ansiedad es el resultado de patrones de pensamiento negativo y distorsionado que llevan a emociones intensas y comportamientos que se pueden evitar. Por ello, Beck mencionaba, que las personas con trastornos de ansiedad tienden a tener pensamientos automáticos negativos y preocupantes que aumentan la intensidad de la ansiedad y la hacen más difícil de controlar (Suarez et al., 2021).

El enfoque de Beck se centra en ayudar a las personas a identificar y cambiar sus patrones de pensamiento negativos, lo que a su vez puede reducir la ansiedad. Esto se logra a través de técnicas como la reestructuración cognitiva, donde se desafían y se cambian los pensamientos negativos a través de la lógica y la evidencia, la resolución de problemas (identificar soluciones prácticas para enfrentar situaciones estresantes), la exposición gradual (enfrentarse gradualmente a las situaciones que generan ansiedad), y la relajación (aprender técnicas para reducir la tensión muscular). Estas técnicas pueden ser aplicadas por un terapeuta especializado en TCC y también pueden ser aprendidas por la

persona para usarlas por su cuenta en situaciones de ansiedad (Garnica & González, 2021).

Además, la TCC considera que los comportamientos evitables pueden reforzar la ansiedad, ya que impiden que las personas se enfrenten a sus miedos y los superen. Por ejemplo, una persona con fobia social puede evitar situaciones sociales para evitar sentir ansiedad, lo cual solo refuerza el miedo y la evitación a largo plazo. La TCC identifica diferentes tipos de pensamiento negativo que pueden contribuir a la ansiedad, tales como la catastrofización (anticipar lo peor), la sobre generalización (extrapolar una experiencia negativa a todas las situaciones similares) y la personalización (sentir que todo lo que sucede a nuestro alrededor está relacionado con uno mismo) (Beck, 2013).

De esta manera, el enfoque cognitivo-conductual de Beck se encamina en la identificación de patrones de comportamiento que contribuyen a la ansiedad, y trabaja en la modificación de estos comportamientos a través de técnicas de modificación de conducta (Solano & Polo, 2022).

Teoría socio-cognitiva de Zimmerman

Desarrollada por Barry Zimmerman, es un enfoque teórico que se centra en el papel de los procesos cognitivos y sociales en la autorregulación del aprendizaje.

Según los autores Burbano-Larrea, et al., (2021):

Esta teoría se basa en la premisa de que los estudiantes son autorreguladores de su propio aprendizaje, y que su motivación, creencias y estrategias de aprendizaje influyen en su rendimiento académico y eso implica la capacidad de establecer metas, planificar y monitorear el proceso de aprendizaje, regular el esfuerzo y utilizar estrategias cognitivas y metacognitivas para alcanzar esas metas (pp. 74-92).

Uno de los puntos es la motivación si los universitarios se mantienen en tensión, con emociones negativas y demás son muy propensos a padecer estos tipos de conductas mientras que la teoría refiere que los cambios y las situaciones positivas contribuyen en un bienestar bueno para la salud mental.

La teoría enfatiza la importancia de la motivación y las creencias del estudiante, así como de los factores sociales y contextuales que pueden influir en el proceso de autorregulación. Y según el libro de Valbuena (2016) en esta teoría, Zimmerman propone tres componentes principales de la autorregulación del aprendizaje:

Componentes cognitivos: Se precisan en los procesos cognitivos involucrados en la autorregulación del aprendizaje, como el establecimiento de metas, la planificación, el monitoreo del progreso y la evaluación del aprendizaje. Los estudiantes deben ser capaces de establecer metas claras y realistas, elaborar planes de acción efectivos, monitorear su propio progreso y evaluar si están logrando sus metas de aprendizaje (Torrano Montalvo & & González Torres, 2004).

Componentes metacognitivos: Refieren a la capacidad de los estudiantes para regular y controlar sus propios procesos cognitivos. Implica la conciencia y el control de las propias habilidades y conocimientos, así como la capacidad de seleccionar y utilizar estrategias de aprendizaje adecuadas. Los estudiantes deben ser capaces de reflexionar sobre su propio aprendizaje, evaluar su nivel de comprensión y utilizar estrategias de aprendizaje efectivas (Naranjo Pereira, 2009)

Componentes motivacionales: Principalmente la motivación y las creencias del estudiante sobre el aprendizaje. La teoría sostiene que los estudiantes deben estar motivados intrínsecamente, es decir, motivados por el interés y la satisfacción personal en el aprendizaje. Además, las creencias del estudiante sobre su propia eficacia y la utilidad del esfuerzo también influyen en su motivación para autorregular su aprendizaje (Aguilar, 2013)

Por lo que, en esta teoría, el aprendizaje autorregulado es un proceso interactivo y dinámico en el que los estudiantes utilizan estrategias cognitivas y metacognitivas para autorregular su propio aprendizaje. Los factores sociales y contextuales, como el apoyo de los maestros, la interacción con otros estudiantes y el entorno de aprendizaje, también pueden influir en la autorregulación del aprendizaje. Destacando la importancia de los procesos cognitivos, metacognitivos y motivacionales en la autorregulación del aprendizaje, proporcionando un marco teórico para comprender cómo los estudiantes pueden controlar y regular su propio aprendizaje, lo que tiene implicaciones significativas para la práctica educativa y el diseño de entornos de aprendizaje efectivos (Julca & del Jesús, 2020),

Segunda parte: Método de investigación

Metodología de la investigación

En el presente trabajo de investigación, se consideró adoptar la metodología cuantitativa con el propósito de descubrir leyes o principios generales y para ello, se recurrió a la aplicación de instrumento en la población elegida como muestra para el presente estudio (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2020).

La elección se fundamenta en el análisis de resultados mediante técnicas aplicadas en los instrumentos que permitieron la identificación de relaciones causales y la posibilidad de realizar generalizaciones al universo del estudio.

Enfoque de la investigación

Alcance del estudio

El enfoque de la investigación refiere a la perspectiva o método particular que se emplea para abordar un problema o tema de estudio en un trabajo de investigación. Es la dirección y enfoque específico que guía la recopilación y análisis de datos, así como la interpretación de los resultados para alcanzar los objetivos planteados (Franco & Vera, 2020).

El presente estudio adoptó un enfoque explicativo, centrándose en describir las posibles causas que influyeron en la manifestación de ansiedad en estudiantes con rendimiento académico deficiente o aquellos que aspiran a mantener un buen rendimiento. El alcance de la investigación se concentró en analizar los factores subyacentes que podrían estar relacionados con la ansiedad en ambos grupos estudiantiles.

Tipo de la investigación

Según Arias (2012): "La investigación explicativa se encarga de buscar el porqué de los hechos mediante el establecimiento de relaciones causa-efecto" (p. 26).

El diseño de la investigación para el presente estudio, no experimental de corte transversal, ex post facto como lo señala Fernández (2016), “la investigación transversal es un método no experimental para recoger y analizar datos en un momento determinado, es decir, limita la investigación a un periodo” (p. 1). En lo que respecta a presente investigación realizada durante 7 meses, para recabar información sobre cómo la ansiedad influye en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios del cantón Samborondón de la ciudad de Guayaquil, Ecuador.

La investigación no experimental, según (Cote S. , 2017) se basa en “no manipular deliberadamente las variables que busca interpretar, sino que se contenta con observar los fenómenos de su interés en su ambiente natural, para luego describirlos y analizarlos sin necesidad de emularlos en un entorno controlado” (Cote S. , 2017, pp. 87-92)

El término “ex-post-facto” significa “después de hecho”, “haciendo alusión a que primero se produce el hecho y después se analizan las posibles causas y consecuencias, por lo que se trata de un tipo de investigación en donde no se modifica el fenómeno o situación objeto de análisis” (Bernardo & Caldero, 2000), ya que se limitará a observar los sucesos o en este caso la influencia de la ansiedad en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios sin intervenir en los mismo.

Periodo y lugar donde se desarrolla la investigación

La investigación tuvo lugar en el primer semestre académico del año 2023, en la cual los estudiantes asisten de forma presencial a los salones de clases; el lugar será en las inmediaciones de la Universidad Ecotec, principalmente enfocado en el área de desenvolvimiento educativo de la carrera de psicología.

Universo y muestra de la investigación

Población

La población constituida por estudiantes universitarios del cantón Samborondón con un criterio de inclusión que será un rango etario de 18 a 30 años, los cuales manifestaron y aceptaron su consentimiento de formar parte en el estudio, mismos que se encuentren cursando alguna carrera profesional, con horarios divididos en dos turnos: diurno/nocturno y que no se encuentren bajo ningún tratamiento psicológico.

Muestra

La muestra se obtuvo (n) de 306 estudiantes universitarios del cantón Samborondón de la ciudad de Guayaquil, Ecuador, registrando una media de edad de $M=21,824$ años ($s.d= 2,961$), la cantidad de participantes correspondiente a su sexo fue de: 75 (24.510%) hombres y 231 (75.490%) mujeres en total. En cuanto a su estado civil: 283 (92.484%) se reportaron solteros, 11 (3.595%) casados, 9 (0.908%) con unión libre o de hecho y 3 (2.941%) divorciados.

El 98.366% ($n=301$) de los encuestados fueron estudiantes de la Universidad Ecotec, por otro lado, el 0.980% ($n=3$) atienden al Tecnológico Universitario Argos y el 0.654% ($n=2$) pertenecen a la Universidad Espíritu Santo. Así mismo el 35.294% ($n=108$) de los participantes se encuentran laborando mientras que el 64.706% ($n=198$) restante están desempleados y el 91.503% ($n=280$) no tienen hijos mientras que el 8.497% ($n=26$) si tienen hijos.

Criterios de inclusión

Estudiantes universitarios del cantón de Samborondón, con un rango etario entre 18 a 30 años.

Criterio de exclusión

Estudiantes universitarios que no pertenezcan al cantón Samborondón, que no estuvieron dentro del rango etario de 18 a 30 años, que no desearon participar del estudio y que no se encontraban bajo ningún tratamiento psicológico.

Criterios éticos

El consentimiento informado describió la participación en esta investigación especificando que fue voluntaria, lo que significó que, si participante no deseaba ser partícipe de este proyecto, podía abandonarlo sin temor a repercusiones, en cuanto a su objetivo fue establecer una base de datos sobre la Influencia de la ansiedad sobre el rendimiento académico en estudiantes universitarios de una universidad del cantón Samborondón, año 2023, y se pidió seleccionar el nombre de la institución a la cuál pertenecían.

El estudio no produjo ningún tipo de daño a la integridad de las personas, ya que se garantizó total discreción y confidencialidad sobre la información obtenida y el estudiante investigador no tenía ningún conflicto de interés con este proyecto, lo que significa que su único objetivo fue la recolección de los datos con fines investigativos para la realización de un artículo científico.

No se ofreció ningún incentivo monetario o académico a los estudiantes por su participación en el estudio. Los materiales empleados fueron los instrumentos psicológicos que se aplicaron, la autorización del autor sobre el uso de los respectivos instrumentos psicológicos empleado y la ficha demográfica de los encuestados.

El trabajo de investigación en su ejecución no afecta a las personas, ni al medio en el que le rodea, del mismo modo se procura ser lo más objetivo posible en la recolección y análisis de datos. Luego de ello, se solicitó la evaluación de los estudiantes de las universidades pertenecientes al cantón Samborondón mediante

un documento formal dirigido a la institución, y así obtener el permiso necesario para la aplicación de los instrumentos, asimismo, se especifica los objetivos de la investigación y los beneficios que aporta a la población, recalcando que la participación es voluntaria, informando al mismo tiempo que los instrumentos aplicados será de forma anónima.

Métodos empleados empíricos y estadísticos

Tipo de muestreo

El paradigma del muestreo se utilizó bola de nieve según los autores Atkinson & Flint (2001), expresan que es “una técnica para encontrar al objeto de investigación. En la misma, un sujeto le da al investigador el nombre de otro, que a su vez proporciona el nombre de un tercero, y así sucesivamente” (p. 1).

Técnicas e Instrumentos

Las técnicas o instrumentos por usar fueron escalas psicológicas y una ficha Ad Hoc sociodemográfica.

Ficha Ad Hoc sociodemográfica

En el cuestionario estructurado se recopiló la información general de los participantes de la investigación, estos datos se basaban en: Datos personales como edad, sexo y estado civil, también se indago sobre el estado civil y trabajo.

Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI)

Es una prueba que mide la ansiedad como un estado temporal o como una característica estable del individuo, en 1980 se realizó la versión española en Cuba (Gorsuch et al., 2002). Su objetivo es evaluar y medir tanto la ansiedad estado (ansiedad transitoria o situacional) como la ansiedad rasgo (una predisposición estable a la ansiedad) en adultos, su tiempo de aplicación varía,

pero suele tomar entre 10 y 20 minutos completarla. La STAI consta de dos subescalas: la de ansiedad estado y de ansiedad rasgo, cada una contiene 20 ítems que el individuo debe responder en función de sus sentimientos y experiencias personales, cada ítem que califican en una escala de 4 puntos, que va desde "nada" hasta "mucho", lo cual se puede observar en la tabla 1 y 3.

Con respecto a la validez y confiabilidad del instrumento, tal como indica la literatura, en el estudio de García-Batista, et al., (2017), la consistencia interna resultó aceptable y óptima para las escalas de ansiedad rasgo. Concretamente, se observa un $\alpha=.83$ para la ansiedad presente y un $\alpha=.77$ para el bienestar; un $\Omega=.82$ para ansiedad presente y un $\Omega=.78$ para el bienestar. Si bien se lo ha utilizado en diversos estudios para su validez y confiabilidad han otorgado una respuesta de aceptación en los profesionales de salud mental, sin embargo, el STAI constituye un instrumento adecuado para la medición de la ansiedad y el bienestar en cualquier tipo de población, todos los autores en el cual han utilizado este instrumento,

“Contar con un instrumento adaptado a este contexto posibilitará la evaluación de programas de intervención para trastornos de ansiedad, la identificación y evaluación con fines diagnósticos, y el desarrollo de nuevas investigaciones que promuevan el desarrollo de las prácticas basadas en la evidencia en salud mental” (pp. 53-58).

Arias-Galicia (1990), realizó un estudio de validación de la prueba en Argentina, Ecuador, México y Perú. Para la interpretación de los resultados, la autora ofrece una tabla de conversión de puntuaciones derivada de una muestra mexicana, presentando baremos utilizando una escala de centil ordinal, 5 a 95.

Tabla 1 Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo

Subescala	Siglas	Definiciones
Inventario de Ansiedad Estado	IAE	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.
Presencia de ansiedad	IAE PA	Inventario de Ansiedad Estado presencia de ansiedad
Ausencia de ansiedad	IAE AA	Inventario de Ansiedad Estado ausencia de ansiedad
Inventario de Ansiedad Rasgo	IAR	Hace referencia a las diferencias individuales de ansiedad relativamente estables, siendo éstas una disposición, tendencia o rasgo. Contrariamente a la ansiedad estado, la ansiedad-rasgo no se manifiesta directamente en la conducta y debe ser inferida por la frecuencia con la que un individuo experimenta aumentos en su estado de ansiedad.
Presencia de ansiedad	IAR PA	Inventario de Ansiedad Rasgo presencia de ansiedad
Ausencia de ansiedad	IAR AA	Inventario de Ansiedad Rasgo ausencia de ansiedad

Fuente: (Gorsuch et al., 2002)

Escala de Rendimiento Académico Universitario (RAU)

El objetivo del instrumento es el determinar el Rendimiento Académico Universitario en los estudiantes, el ámbito de aplicación de la escala es educativo, el tiempo de respuesta fue de 10 a 30 minutos (Vázquez-Juárez et al., 2021). En la tabla 2 y 4 se puede observar que consiste en una serie de enunciados fundamentados en la teoría socio-cognitiva de Zimmerman (2013), consta de 20 proposiciones referidas a la autopercepción del rendimiento académico y se califica en una escala de siete puntos tipo Likert que va desde el 0, nunca a 6, siempre, evaluando tres factores diferentes.

En cuanto a la validez y confiabilidad del estudio, los autores Vázquez y col (2021) creadores del instrumento mantuvieron su concepto de aceptación y validez de los resultados siendo estos los pioneros, por lo que en es su estudio, en cuanto a los datos socio-demográficos registrados que permitieron describir las características de los participantes, al compararlas, no se encontraron diferencias estadísticas ($p > .05$). Y su desviación estándar fue de 8.210 en aportación a las actividades académicas, 5.030 en dedicación al estudio y 4.726 en falta de organización de los recursos didácticos teniendo un universo de 556 participantes.

Tabla 2 Escala de Rendimiento Académico Universitario

Subescala	Siglas	Definiciones
Aportación a las actividades académicas	RAU-AP	Implica concentración en clases, gusto por exponer ante los compañeros los temas tratados, habilidades en la redacción de ensayos u otros textos, completar los estudios con cursos extraescolares, trabajar en equipo o con los compañeros entre otros elementos.

<i>Subescala</i>	<i>Siglas</i>	<i>Definiciones</i>
Dedicación al estudio	RAU-DA	Involucra la organización y el tiempo que se dedica a las actividades de estudio, planeación con anticipación la preparación de exámenes y la utilización adecuada de diversos recursos didácticos.
Falta de organización de los recursos didácticos	RAU-FO	Contiene informes de las horas para dormir, carencia de recursos materiales para el estudio, olvido de contenidos temáticos, omisión en la entrega de deberes e inasistencias injustificadas

Fuente: (Vázquez-Juárez et al., 2021).

Operativización de las variables

Tabla 3 Operativización de la variable ansiedad

Variable	Definición	Definición operativa	Dimensiones	Indicador	Técnica
Ansiedad	<p>Ansiedad Estado: según Spielberger (1972), 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.</p> <p>Ansiedad Rasgo: hace referencia a las diferencias individuales de ansiedad relativamente estables, siendo éstas una disposición, tendencia o rasgo. Contrariamente a la ansiedad estado, la ansiedad-rasgo no se manifiesta directamente en la conducta y debe ser inferida por la frecuencia con la que un individuo experimenta aumentos en su estado de ansiedad.</p>	<p>Ansiedad está en función al promedio de los puntajes obtenidos en el Inventario de Ansiedad y está conformado por 40 ítems separados en dos escalas de autoevaluación para medir la ansiedad-rasgo y la ansiedad-estado.</p>	<p>Ansiedad Estado</p> <p>Ansiedad Rasgo</p>	<p>Presencia de ansiedad: 22,23,24,25,28,29,31 ,32,34,35,37,38,40</p> <p>Ausencia de ansiedad: 21,26,27,30,33,36,39</p> <p>Presencia de ansiedad: 3,4,6,7,9,12,13,14,17 ,18</p> <p>Ausencia de ansiedad: 1,2,5,8,10,11,15, 16,19,20</p>	<p>Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI)</p>

Tabla 4 Operativización de la variable Rendimiento Académico

Variable	Definición	Indicador	Técnica
Rendimiento académico	Permite evaluar la eficacia y calidad de los procesos educativos de los estudiantes, mismos que son el resultado de los esfuerzos de las instituciones educativas, y específicamente de los docentes	Consta de 20 proposiciones referidas a la autopercepción del rendimiento académico los cuales evalúan tres factores: Dedicación al estudio, Aportación a las actividades académicas y la Falta de organización de los recursos didácticos y se califica en una escala de siete puntos tipo Likert que va desde el 0, nunca a 6, siempre.	Escala de Rendimiento Académico Universitario (RAU)

Tercera parte: Análisis de los resultados

Análisis de los resultados

La consistencia interna de los Inventarios de Ansiedad Estado-Rasgo y la Escala de Rendimiento Académico Universitario se adquirieron mediante el uso del α de Cronbach y ω de McDonald. Como se observa en la Tabla 3 los valores obtenidos en su mayoría se consideran aceptables puesto que son mayores o iguales a 0.70 (Campo-Arias & Oviedo, 2008). El valor más bajo se encuentran en el factor falta de organización de los recursos didácticos ($\omega = .608$) de la Escala de Rendimiento Académico.

Interpretación: Los porcentajes otorgados mismos que se han indicado se ha considerado que se encuentran dentro de los valores aceptables aun así vale mencionar que uno de los valores más bajos son por la falta de organización de los recursos didácticos según el instrumento aplicado.

Tabla 5 Consistencia Interna de los Instrumentos

<i>Instrumento</i>	<i>McDonald's ω</i>	<i>Cronbach's α</i>
IAE AA	.912	.910
IAE PA	.910	.910
IAR AA	.852	.846
IAR PA	.895	.890
RAU- AP	.866	.865
RAU- DA	.848	.841
RAU- FO	.608	.595

Nota: IA= Inventario de Ansiedad; RAU: Escala de Rendimiento Académico Universitario.

En la Tabla 4 se exponen los resultados descriptivos del estudio realizado, utilizando el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI), y la Escala de Rendimiento Académico Universitario (RAU). En los indicadores de ansiedad estado presentan valores de $M = 16.160$ ($ds = 6.156$) en ausencia de ansiedad, $M = 10.007$ ($ds = 6.292$) en presencia de ansiedad, por otro lado en los indicadores

de ansiedad rasgo se presentan valores de $M=9.752$ ($ds=4.366$) en ausencia de ansiedad, $M=18.190$ ($ds=8.020$) en presencia de ansiedad. Mientras que en los factores de rendimiento académico se evidencian los siguientes valores para aportación en las actividades académicas $M=29.725$ ($ds=10.877$), $M=17.428$ ($ds=6.537$) en dedicación al estudio y $M=10.160$ ($ds=5.003$) en falta de organización en los recursos didácticos. Al estar en un rango menor a ± 1.5 , al observar que a través de la asimetría y kurtosis que se ha cumplido con el criterio de multinormalidad de los datos (Cuadras, 2016).

Interpretación: en los valores que se han interpretado en las diferentes escalas y rangos los porcentajes se han mantenido dentro de los rangos de normalidad en el inventario de Ansiedad mientras que el del rendimiento académico también se cumplen con los valores de multinormalidad según la asimetría del instrumento.

Tabla 6 Análisis descriptivo

Variable	Media	Ds	Asimetría	Kurtosis	Mínimo	Máximo
IAE AA	16.160	6.156	-0.504	-0.025	0.000	30.000
IAE PA	10.007	6.292	0.503	0.016	0.000	30.000
IAR AA	9.752	4.366	-0.063	-0.272	0.000	21.000
IAR PA	18.190	8.020	0.150	-0.464	0.000	37.000
RAU AP	29.725	10.877	0.270	-0.303	0.000	58.000
RAU DA	17.428	6.537	-0.074	-0.717	0.000	30.000
RAU FO	10.160	5.003	0.852	1.182	0.000	30.000

Nota: ds=desviación estándar

En la Tabla 5 la cual presenta la correlación de las variables estudiadas por medio del coeficiente de Pearson. Con respecto al factor de rendimiento académico universitario (RAU), sobre las aportación en las actividades académicas (RAU-AP), presentan una relación con todas las variables, pero mantienen una correlación significativa más alta con las variables: 2 IAR AA R (0.469) y 4 IAE AA R (0.555), lo que indica que hay mayor aportación en las actividades académicas, si la ansiedad tanto estado como rasgo es baja, si hay

ausencia de ansiedad, por otro lado Dedicación al estudio (RAU-DA), tiene una correlación significativa en las variables: 2 IAR AA R (0.418) y 4 IAE AA R (0.503), lo que nos indica que la ausencia de ansiedad en rasgo y estado habra mayor dedicacion al estudio, mientras que en Falta de organización de los recursos didácticos (RAU-FO) la presencia de ansiedad como rasgo y estado aumentan significativamente sus niveles en las variables 3 IAE PA (0.422) y 5 IAR PA(0.486).

Interpretación: En lo que respecta a asiendad se mantiene una correlacion con las variables 2 y 4 manteniendose en unos niveles bajos mientras que el rendimiento academico la falta de organización academica e intrumentos didacticos aumenta la presencia de ansiedad.

Tabla 7 Correlaciones de Pearson entre las variables analizadas

Variable	1	2	3	4	5	6	7
1 Edad	—						
2 IAE AA	0.134	—					
3 IAE PA	-0.023	0.467	—				
4 IAR AA	0.154	0.782	0.441	—			
5 IAR PA	-0.183	0.486	0.644	0.466	—		
6 RAU AP	0.137	0.469	-0.137	0.555	-0.219	—	
7 RAU DA	-0.020	0.418	-0.139	0.503	-0.134	0.661	—
8 RAU FO	0.053	-0.221	0.422	-0.233	0.486	-0.081	-0.117

Nota: Los datos resaltados representan una significación de $p < .05$

En la tabla 6 se practicó la revisión de los tres modelos de predicción paso a paso para de esta manera poder pronosticar el rendimiento académico a través de la ansiedad como rasgo y estado. El modelo resultante que explica Aportación a las actividades académicas (RAU- AP), explica el 30% de la varianza total ($f=135.032$; $p < .001$), mientras que Dedicación al estudio (RAU- DA) explica el 25% de la varianza total ($f=102.874$; $p < .001$), y por otro lado Falta de organización de los recursos didácticos (RAU-FO) explica el 25% de la varianza total ($f=93.865$; $p < .001$).

Interpretación: En los resultados que se han obtenido de la aplicación del instrumento existen una varianza total del mayor porcentaje que fue 30% de la

ansiedad por falta de la organización de recursos didácticos y demás actividades de los universitarios.

Tabla 8 Regresión Lineal

Modelo y Predictores	B	D.S	β	t	p
<u>RAU</u>					
<u>Aportación a</u>					
<u>a las</u>					
<u>actividades</u>					
<u>académicas</u>					
(Intercepto)	43.198	1.270		34.015	< .001
IAR AA	-1.382	0.119	-0.555	-11.620	< .001
<u>RAU</u>					
<u>Dedidación</u>					
<u>al estudio</u>					
(Intercepto)	24.769	0.793		31.243	< .001
IAR AA	-0.753	0.074	-0.503	-10.143	< .001
<u>RAU Falta</u>					
<u>de</u>					
<u>organización</u>					
<u>de los</u>					
<u>recursos</u>					
<u>didácticos</u>					
(Intercepto)	4.649	0.622		7.479	< .001
IAR PA	0.303	0.031	0.486	9.688	< .001

Nota: Regresión paso a paso; B= Coeficiente no estadarizado; β Coeficiente Estandarizado

Discusión de los resultados

En el presente estudio a través de los resultados obtenidos de los instrumentos aplicados en la población, mostraron una fuerte correlación existente con las variables de ansiedad y rendimiento académico universitario. La consistencia interna de los instrumentos fue aceptable. Mientras exista ausencia de ansiedad tanto en rasgo como estado se evidenció que será mayor su dedicación al estudio y aportación a las actividades académicas, y por otro lado en la falta de organización de los recursos didácticos al haber presencia de ansiedad este será bajo, siendo estos factores los que evalúa la RAU. Así mismo tomando de referencia estos datos se muestra la influencia existente entre la ansiedad sobre el rendimiento académico en los estudiantes universitarios.

El estudio sobre la relación de las variables reveló una sorprendente coherencia de los resultados. El primer objetivo de la investigación fue completado en el marco teórico realizado, debido a que es crucial abordar los desafíos emocionales que los estudiantes enfrentan en su trayectoria académica. Al comprender esta relación y los factores implicados, se pueden tomar medidas efectivas para promover el bienestar estudiantil y facilitar un entorno educativo propicio para el éxito académico.

El segundo objetivo fue llevado a cabo en la ejecución del instrumento escogido para realizar la recolección de datos y con el cual se logró identificar el estado y rasgo de ansiedad de los estudiantes, evidenciando una correlación significativa presentando niveles entre .0469, .0555 y .418, .503 en el factor de aportación en las actividades académicas (RAU-AP) y dedicación al estudio (RAU-DA), correspondiente a la ausencia de ansiedad rasgo-estado, mientras que los niveles de presencia de ansiedad estado-rasgo se elevaron .422, .486 en el factor de falta de organización de los recursos didácticos (RAU-FO).

Por lo que se puede inferir que al tener mayor ausencia ansiedad rasgo, se tendrá una mejor aportación a las actividades académicas y dedicación al

estudio, por otro lado al haber presencia de ansiedad menor será el desempeño en la falta de organización de recursos didácticos, es decir, mientras menos ansiedad tenga la persona más capaz será en los estudios, ya que ciertas dosis de rasgos de ansiedad, los cuales son partes de la personalidad de cada individuo, no son útiles para trabajar a nivel académico.

Mostrando la relación que existe con el actual estudio del autor Osco (2022), donde la relación de la ansiedad con el rendimiento académico de los universitarios afectó durante el sexto nivel de carrera, significativamente aplicando los instrumentos se generaron puntuaciones correspondientes de niveles altos generando así la ausencia en los estudiantes y pérdidas de la materia también tuvieron un alcance sobre los factores del rendimiento la dedicación y sobre todo la falta de organización de recursos.

Además de la relación existente con el actual estudio de Gómez-Medina (2019) realizó una descripción detallada de los niveles de ansiedad y el rendimiento académico de los universitarios. En este análisis, se identificaron posibles factores que podrían estar influyendo en la ansiedad y el rendimiento académico, como el ambiente académico, la carga de trabajo, el apoyo social y otros elementos relevantes. La jerarquía de este estudio es significativo para la actualidad, ya que efectivamente los factores que han influido en los estudiantes universitarios han sido los causales para que sean correlacionados con problemas de rendimiento académico citando principalmente a la aportación en las actividades académicas y la falta de organización de los recursos didácticos.

El tercer objetivo se resolvió con el análisis estadístico de los datos obtenidos, así poder explicar y confirmar la premisa del estudio realizado el cual mostró niveles altos tanto en presencia como ausencia de ansiedad en las variables del rendimiento académico universitario. En lo que respecta a la explicación los niveles de ansiedad contribuyen en el rendimiento académico según los instrumentos aplicados así para la investigación realizada por Astudillo y otros (2018), la ansiedad con el rendimiento académico están correlacionadas

siempre. Los resultados obtenidos sugieren que los estudiantes que experimentan porcentajes en las variables rasgo y estado bajo según el instrumento aplicado para la ansiedad tienden a presentar un rendimiento académico inferior en comparación con aquellos que tienen niveles más bajos de ansiedad. Esta asociación puede deberse a diversas razones, como la dificultad para concentrarse y prestar atención en clase, problemas para gestionar el tiempo y las tareas académicas, así como un aumento en el estrés y la presión relacionada con el entorno universitario.

Es importante considerar las posibles limitaciones del estudio, en primer lugar, al escoger un tipo de muestra específico podría limitar la generalización de los resultados a otras poblaciones universitarias. Además, la posible presencia del sesgo de deseabilidad social y de esta manera no reflejar completamente su estado emocional real.

Otro aspecto por considerar son los diversos factores que no se tomaron en cuenta en el estudio, como también el contexto cultural y socioeconómico del cantón Samborondón, que puede influir en las experiencias de ansiedad y el rendimiento académico de los estudiantes. Al reconocer estas limitaciones, se puede tener una visión más completa de los resultados y orientar futuras investigaciones para abordar estas posibles limitaciones y obtener conclusiones más sólidas.

Los datos que se obtuvieron son una contribución al campo de la psicología educativa enfocada al ámbito superior, siendo una valiosa aportación, ya que proporciona un sustento empírico sólido para la implementación de un ambiente saludable de aprendizaje donde se tome en cuenta el estado emocional del estudiante el cual promueva la salud mental y no solo física.

Conclusiones

Con respecto al primer objetivo, se estableció un marco teórico referencial en base a la literatura revisada para sustentar las bases del estudio, lo cual se llevó a cabo mediante el uso de Google Scholar, Scopus, OSF, entre otros y de esta manera respetando la autonomía de los autores. Además, que, gracias al análisis efectuado para la investigación, se plasmó información relevante con referencias verídicas que ha otorgado el valor fundamental de los fundamentos teóricos que benefician a la presente investigación.

El segundo objetivo fue identificar los niveles de ansiedad de los estudiantes universitarios del cantón Samborondón para establecer en qué grado se encuentran y de qué manera los puede llegar a repercutir en las diversas esferas en que se desarrollan, esto se realizó mediante el uso del programa de análisis estadístico JASP, el cual arrojó los resultados requeridos.

Para finalizar en cuanto al cumplimiento del tercer objetivo específico se explicó la relación existente entre la ansiedad y el rendimiento académico de estudiantes universitarios del cantón Samborondón, por medio de los instrumentos RAU Escala de Rendimiento Académico y el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo se logró confirmar que la ansiedad y el rendimiento académico están interrelacionados, abordando esta relación de manera proactiva y comprensiva es esencial para promover un ambiente académico más saludable y propicio para el éxito estudiantil. Además, esta conclusión respalda la importancia de brindar apoyo integral a los estudiantes para que puedan enfrentar los desafíos académicos con mayor confianza y bienestar emocional.

Gracias al análisis estadístico realizado, se ha podido corroborar la existencia de una correlación indudable entre las variables y que se cumplió con los objetivos específicos propuestos.

Recomendaciones

En el contexto de la investigación ha evidenciado que existe una relación significativa entre la ansiedad y el rendimiento académico. Por lo tanto, promover e incentivar el desarrollo continuo de una cultura de apoyo que comprenda y aborde las necesidades emocionales de los estudiantes puede marcar la diferencia en su experiencia universitaria. Implementar programas de apoyo psicológico, como talleres de manejo del estrés, manejo adecuado del tiempo y estrategias de afrontamiento, puede ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades para lidiar con la ansiedad y enfrentar los desafíos académicos con mayor confianza.

Las limitaciones del estudio pueden evidenciarse en que al escoger un cantón específico no se podría generalizar completamente a otras poblaciones universitarias o contextos culturales diferentes, ya que cada uno puede tener sus particularidades, otro punto podrían ser los factores externos o variables que no se encuentran dentro del estudio, así mismo los sesgos como el de deseabilidad social, en el cual el participante puede ajustar su respuesta para dar una imagen favorable de sí mismo.

Es fundamental el fomentar la investigación continua sobre este tema, ya que es un campo de estudio en constante evolución y es través de investigaciones adicionales, que se puede profundizar en los factores específicos que contribuyen a esta relación compleja y cómo varían en diferentes contextos educativos y poblaciones estudiantiles. Además, esto permitirá identificar nuevas y personalizadas estrategias de intervención y programas de apoyo que puedan tener un impacto positivo en el bienestar emocional de los estudiantes y, a su vez, mejorar su rendimiento académico, lo que proporcionará un conocimiento más amplio sobre cómo abordar eficazmente este tema en el ámbito educativo.

Referencias

- Aguilar, V. &. (2013). Estrategias y orientaciones para un aprendizaje autorregulado. En M. y. Álvarez, *Manual de Orientación y Tutoría, Cuadernos de Pedagogía* (pp. 1698-7357). Wolters Kluwer/Educación.
- Al Majali, S. (2020). Positive anxiety and its role in motivation and achievements among university students. *International Journal of Instruction*, 13(4), 975-986. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.29333/iji.2020.13459a>
- Alarcón, R. (2019). La Salud Mental de los estudiantes universitarios. *Revista Medica Herediana*, 30(4), 69.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20453/rmh.v30i4.3655>
- American Psychological Association. (2018). One in Three College Freshmen Worldwide Reports Mental Health Disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 127(7), 623-638.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1037/abn0000362>
- Arias, F. G. (2012). *El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica* (6 ed.). Caracas: Episteme. <https://abacoenred.com/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-de-investigaci%C3%B3n-F.G.-Arias-2012-pdf-1.pdf>
- Arias-Galicia, L. F. (1990). Investigaciones sobre el IDARE en cuatro países latinoamericanos: Argentina, Ecuador, México y Perú. *Rev Intercont Psicol Educ*, 3(1-2), 49-85.
- Arpasi, H. V. (2019). Inteligencia Emocional Y Ansiedad En Estudiantes Adolescentes. *Scielo*, 1(2), 89.

- Astudillo, H. J., Maldonado, H. P., & Torres, M. L. (2018). Estrategias, estilos de aprendizaje y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios de Psicología Educativa. *Revista Killkana Sociales*, 2(2), 9-16.
https://doi.org/https://doi.org/10.26871/killkana_social.v2i2.292
- Atencio-Paulino, J., Alcalá, J., Castañeda, E., & Gala, M. (2019). Desarrollo de la colaboración en revistas de psiquiatría y salud mental en el mundo. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 82(4), 49.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20453/rnp.v82i4.3653>
- Atkinson, R., & Flint, J. (2001). Accessing hidden and hard-to-reach populations. *Social Research Update*, 33(1), 1-5.
<http://citizenresearchnetwork.pbworks.com/f/accessing+hard+to+reach+populations+for+research.doc>
- Auerbach, R., Mortier, P., Bruffaerts, R., Alonso, J., Benjet, C., Cuijpers, P., . . . Collaborators, W. W.-I. (2018). WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and distribution of mental disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 127(7), 623–638.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1037/abn0000362>
- Bados, A. (2001). *Fobia social*. Universidad de Barcelona.
- Baronet Jordana, G. (2010). Trastornos por ansiedad. *El Farmacéutico Hospitales*, 195(5), 12-16.
- Barrera, N., & Reyes, J. (2020). Revisión literaria del trastorno de ansiedad un abordaje desde los enfoques de la psicología. *Universidad Cooperativa de*

Colombia, 2(1), 101.

<https://doi.org/http://hdl.handle.net/20.500.12494/16713>

Barrera-Herrera, A., & Martín, Y. S. (2021). Prevalencia de Sintomatología de Salud Mental y Hábitos de Salud en una Muestra de Universitarios Chilenos. *Psykhe (Santiago)*, 30(1), 72.

<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.7764/psykhe.2019.21813>

Barrera-Herrera, A., Neira-Cofré, M., & Raipán-Gómez, P. (2019). Apoyo social percibido y factores sociodemográficos en relación con los síntomas de ansiedad, depresión y estrés en universitarios chilenos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 24(1), 105-115.

Barrera-Herrera, A., Neira-Cofré, M., Raipán-Gómez, P., Riquelme-Lobos, P., & Escobar, B. (2019). Apoyo social percibido y factores sociodemográficos en relación con los síntomas de ansiedad, depresión y estrés en universitarios chilenos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 24(2), 105-115.

<https://doi.org/www.10.5944/rppc.23676>

Barreto, D., & Salazar, H. (2021). Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios del área de la salud. *Scielo*, 2(1), 120.

Beck, A. T. (2013). *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad*. Desclee de brouwer.

Bernardo, J., & Caldero, J. (2000). *Aprendo a Investigar en Educación*. Madrid: RIALP, S.A.

<http://creson.edu.mx/Bibliografia/Licenciatura%20en%20Educacion%20Pre>

escolar/Repositorio%20Investigacion%20educativa/Aprendiendo%20a%20Investigar%20en%20Educacion.PDF

Bojorquez, C., & Moroyoquil, S. (2020). Relación entre inteligencia emocional percibida y ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Espacios*, 13(1), 41.

Bruffaerts, R., Mortier, P., Kiekens, G., Auerbach, R. P., Cuijpers, P., Demyttenaere, K., . . . Kessler, C. R. (2018). *Mental health problems in college freshmen: Prevalence and academic functioning* (Vol. 225). Journal of Affective Disorders.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.07.044>

Burbano-Larrea, P., Basantes-Vásquez, M., & Ruiz-Lapuerta, I. (2021). Autorregulación del aprendizaje en estudiantes universitarios: un estudio descriptivo. *Revista Cátedra*, 74-92.

Caballo, V., Salazar, I., & Hofmann, S. (2019). Una nueva intervención multidimensional para la ansiedad social: El problema IMAS. *Psicología Conductual*, 27(1), 149-172.
https://doi.org/https://www.researchgate.net/profile/Vicente-Caballo/publication/333161878_Una_nueva_Intervencion_multidimensional_para_la_ansiedad_social_el_programa_IMAS/links/5cde5910a6fdccc

Cabeza., A., Llumiquinga., J., Lavandero, G. C., & García, M. V. (2019). Niveles de ansiedad entre estudiantes que inician y culminan la carrera en actividad física. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 37(2), 1-9.
<http://www.revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/55/54>

- Cairos Grillo, A. (2019). *Fobia Especifica: Diagnóstico, Evaluación y Tratamiento*. Universidad de la Laguna.
- Campo-Arias, A., & Oviedo, H. C. (2008). Propiedades Psicométricas de una Escala: la Consistencia Interna. *Revista de Salud Pública*, 10(5), 831-839. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=42210515>
- Campos, M. R. (2016). Trastorno de estrés postraumático. *Revista Médica de Costa Rica y Centroamérica*, 73(619), 233-240.
- Carpio, P. (2017). Promoción de salud mental. *Dianel*.
- Carranza Esteban, R. F., Mamani Benito, O. O., Caycho-Rodríguez, T. T., Lingán-Huamán, S. S., & Ruiz, P. P. (2022). Psychological Distress, Anxiety, Academic Self-Efficacy, and Study Satisfaction among Peruvian University Students during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 13, 1-9. <https://doi.org/https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.809230>
- Castaño, C. O., Ortiz, E., Avendaño-Prieto, B., & Hernández-Pozo, M. (2022). Sentido de vida y su asociación con la ansiedad y la depresión en jóvenes. *Interdisciplinaria*, 39(2), 355-368.
- Castillo, V., Cabezas, N., Vera, C., & Toledo, C. (2021). Ansiedad al aprendizaje en línea: relación con actitud, género, entorno y salud mental en universitarios. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 15(1), 101-102. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.19083/ridu.2021.1284>
- Centro de Apoyo al Desempeño Académico. (2018). *MANEJO DE LA ANSIEDAD ACADÉMICA*. Universidad del Desarrollo.

Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades. (2021). *Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades*.

www.espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html

Chacón, E., Xatruch, D., Fernández, M., & Murillo, R. (2019). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1), 25-36.

<https://doi.org/www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>

Chau, C., & Vilela, P. (2019). Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios de Lima y Huánuco . *Revista de Psicología*, 35(2), 78.

<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.18800/psico.201702.001>

Clark, D., & Beck, A. (2016). *Manual práctico para la ansiedad y las preocupaciones*. . Desclée De Brouwer.

Cote. (Junio de 2017). Investigación metodos informantes claves. *Scielo*, 8(1).

Retrieved 11 de 11 de 2022, from www.scielo.com

Cote, & Sampieri. (2016). Revisión sistemática de literatura. *Metodología de investigación*.

Cote, A. (2019). Metodología de la investigación. *Unir*, 2(5), 567.

Cote, S. (2017). *Metodología de la investigación* (UNICAM ed.). (UNICAM, Ed.) Mexico: UCAM.

Cote, Velez, & Sampieri. (2017). *Estudios cualitativo de la investigación* (Unisan ed.). (Unisan, Ed.) Mexico: Unisan.

www.metodologiadelainvestigacionsampieri.com

- Cuadras, C. M. (2016). *Problemas de probabilidades y estadística*. (Vol. 2). Edicions Universitat Barcelona.
- [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=xnq0DgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA10&dq=Cuadras,+C.+M.+\(2016\).+Problemas+de+probabilidades++y++estad%C3%ADstica.+\(Vol.+2.+Inferencia+estad%C3%ADstica\).+Barcelona:+Edicions+Universitat.&ots=GspEn9QdtJ&sig=oWtl17wdc5](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=xnq0DgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA10&dq=Cuadras,+C.+M.+(2016).+Problemas+de+probabilidades++y++estad%C3%ADstica.+(Vol.+2.+Inferencia+estad%C3%ADstica).+Barcelona:+Edicions+Universitat.&ots=GspEn9QdtJ&sig=oWtl17wdc5)
- Cuenca, N., & Robladillo, L. (2020). Salud mental en adolescentes universitarios latinoamericanos: Revisión sistemática. *Científica*, 21(4), 89.
- <https://doi.org/biblat.unam.mx>
- Delgado, E., De la Cera, D. X., Lara, M. F., & Arias, R. M. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1), 23-36.
- <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>
- Díaz, L. (2019). Ansiedad: Revisión y delimitación conceptual. *Summa Psicológica UST*, 2(1), 132-141.
- Díaz, L., & Castro, J. (2020). *Influencia de la ansiedad en el rendimiento académico de estudiantes universitarios*. Santiago de Cali: Universidad Cooperativa de Colombia.
- https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/18306/3/2020_ansiedad_rendimiento_academico.pdf
- Díaz-Huamaní, B. (2022). Abordaje cognitivo conductual en trastorno de ansiedad generalizada. *Repositorio.ucsm.edu.pe*, 4(1), 110-120.
- <https://doi.org/https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/12107>

- El Comercio. (02 de noviembre de 2022). *¿Qué es el estado de excepción en Guayaquil y Esmeraldas?* El Comercio:
<https://www.elcomercio.com/actualidad/politica/que-es-estado-excepcion-guayaquil-esmeraldas.html>
- Equipo editorial, Etecé. (25 de agosto de 2021). *Investigación no experimental*. Editorial Etecé: <https://concepto.de/investigacion-no-experimental/>
- Estrada, E., & Mamani, H. (2020). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios de Madre de Dios, Perú. *Apuntes Universitarios*, 10(4), 322–337. <https://doi.org/https://doi.org/10.17162/au.v10i4.517>
- Feliu, M. R. (2014). Los Trastornos de Ansiedad en el DSM-5. *Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de enlace*(110), 62-69.
- Fernández, D. (26 de 6 de 2016). *Tesis descriptiva*. lpgsystem.es:
<https://lpgsystem.es.tl/TESIS-DESCRIPTIVA.htm>.
- Figuroa, G. (2019). DSM-5. ¿La incorporación definitiva de la psiquiatría en la medicina? . *Revista médica de Chile*, 147(4), 90-104.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872019000400475>
- Figuroa, G. (2021). Desafíos bioéticos del DSM-5: ¿ruptura, recalibración o más de lo mismo? *Acta bioethica*, 27(1), 99.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4067/S1726-569X2021000100009>
- Flores, J., & Mora, M. (2022). Ética del cuidado y atención pública en salud mental: un estudio de caso en Barcelona. *Scielo*, 12(3), 78.
- Flórez, J., C Corrales, R. G., Mira, E., Paniagua, J., & Giraldo, M. (2019). Autopercepción del estado de ánimo y presencia de ansiedad y depresión

- en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología:(Universidad de Antioquía)*, 11(1), 61-92.
- Franco, M. d., & Vera, J. (2020). Paradigmas, enfoques y métodos de investigación: análisis teórico . *Revista Científica Mundo Recursivo*, 3(1), 45-52.
<https://doi.org/https://atlantic.edu.ec/ojs/index.php/mundor/article/view/38>
- Galeano, M. (2020). *Diseño de proyectos en la investigación cualitativa*. Medellín: Universidad Eafit. <https://doi.org/958-8173-78-7>
- García, A. (2019). Neurociencia de las emociones: la sociedad vista desde el individuo. Una aproximación a la vinculación sociología-neurociencia. *Sociológica (México)*, 1(2), 78.
- García-Batista, Z., Guerra-Peña, K., Cano-Vinde, A., & Herrera-Martínez, S. (2017). Propiedades psicométricas del Inventario de ansiedad estado-rasgo en población general y hospitalaria de República Dominicana. *Elseiver*, 23(2-3), 53-58. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2017.09.004>
- Garnica, K., & González, B. (2021). Programa para reducir los niveles de ansiedad y fortalecer las estrategias de afrontamiento basado en la terapia cognitivo conductual dirigido al personal de bodega de la Dirección de Salud 03D01, Azogues, Biblián, Déleg. Periodo septiembre 2022 – febrero. *UPS*, 1(1), 98.
<https://doi.org/http://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/24603>
- Godoy, D., Eberhard, A., Abarca, F., Acuña, B., & Muñoz, R. (2020).
Psicoeducación en salud mental: una herramienta para pacientes y

familiares. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 31(2), 169-173.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2020.01.005>

Gómez-Medina, R. (2019). Ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes universitarios de primer año de una universidad privada de Arequipa durante el periodo 2019. *UTP*, 3(1), 106-110.

<https://doi.org/https://hdl.handle.net/20.500.12867/2438>

Gorsuch, R., Lushene, R., & Spielberger, C. (2002). *STAI, Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo. Nombre original: "State-Trait Anxiety Inventory (Self Evaluation Questionnaire)"*. TEA Ediciones, S.A.

Hermosa-Bosano, C., Paz, C., Hidalgo-Andrade, P., García-Manglano, J., Sádaba, C. L.-M., & Serrano, C. (2021). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en la población general ecuatoriana durante la pandemia por COVID-19.

Revista Ecuatoriana de Neurología, 30(2), 40-47. <https://doi.org/doi:10.46997/revecuatneurol30200040>

Hernández, Cote, Sampieri, Collado, Fernandez, Baptista, & Lucio. (2019). *Metodología de investigación*. Mexico: Planeta.

Hernández, J. (2020). Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. *Medicentro Electrónica*, 2(1), 578-594.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432020000300578&lng=es&tlng=es.

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2020). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mcgraw-hill.

<https://www.academia.edu/download/64591365/Metodolog%C3%ADa%20d>

e%20la%20investigaci%C3%B3n.%20Rutas%20cuantitativa,%20cualitativa
%20y%20mixta.pdf

- Hu, L., & Bentler, P. (1999). *Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*.
- Imig, P. G. (2020). Rendimiento académico: un recorrido conceptual que aproxima a una definición unificada para el ámbito superior/Academic performance: a conceptual journey that approximates a unified definition for the higher level. *Revista de Educación*(20), 89-104.
http://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/r_educ/article/view/4165
- Inchauspe, J. (2019). Actualidad en coerción y asistencia en salud mental: de la pugna declarativa al impulso a alternativas . *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 39(136), 90.
<https://doi.org/https://dx.doi.org/10.4321/s0211-57352019000200001>
- Julca, A., & del Jesús, Y. (2020). *Participación de los padres de familia y procesos de enseñanza aprendizaje de los estudiantes de una institución educativa*. Piura: Universidad César Vallejo.
- Kaled, J. (2018). Trastornos de la ansiedad. *Scielo*, 8(1), 99.
- Langarita-Llorente, R., & Gracia-García, P. (2019). Neuropsicología del trastorno de ansiedad generalizada: revisión sistemática. *Neuropsicología* , 2(1), 167-180.
- Macías, M., Pérez, C., López, L., Beltrán, L., & Morgado, C. (2019). Trastornos de ansiedad: revisión bibliográfica de la perspectiva actual . *Universidad*

Veracruzana, 10(24), 1-19. <https://doi.org/>

<https://doi.org/10.25009/eb.v10i24.2544>

Malonda, M., & Franco, M. (2018). RESILIENCIA, ANSIEDAD Y SENTIDO DE LA VIDA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. *Revista Anual de Ciencias Eclesiásticas*, 13(2), 120-139.

Márquez, M. (2014). Trastornos de ansiedad en el DSM-5. *Vertex Rev. Arg. De Psiquiat*, 25, 58-62.

Martinez, D., Turbay, P., Rodriguez, M., & Palma, P. (2019). Diseño del trabajo, bienestar y salud mental: Revisión de literatura. *Scielo*, 56.

Martínez-Otero Pérez, V. (2014). Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la Facultad de Educación. *Ensayos: revista de la Escuela Universitaria de Formación del Profesorado de Albacete*, 63-78.

Medina, M. d., Martínez-González, M., Navarro, S., Sánchez-Más, M., & Granado, J. (2019). Tratamiento con acupuntura de la ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios. *Revista Internacional de Acupuntura*, 13(1), 2-11.

Mohammed, S., Halilu, S., & Ali Muhammad, M. (2017). Effects of examination anxiety on university students/ academic performance in Northwet University, Kano, Nigeria. *European Journal of Education Studies*, 3(5), 796-807.

<https://doi.org/https://zenodo.org/badge/DOI/10.5281/zenodo.580671.svg>

- Moreta-Herrera, R., Sánchez-Vélez, H., Naranjo-Vaca, S., & Zambrano-Estrella, J. (2019). Salud mental en universitarios del Ecuador: síntomas relevantes, diferencias por género y prevalencia de casos. *Pensamiento psicológico*, 19(1), 78-90.
- Moreta-Herrera, R., Zambrano-Estrella, J., Sánchez-Vélez, H., & Naranjo-Vaca, S. (2021). Salud mental en universitarios del Ecuador: síntomas relevantes, diferencias por género y prevalencia de casos. *Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe*, 19(1), 90. <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI19.smue>
- Morrison, J. (2015). *DSM-5: Guía para el diagnóstico clínico*. El Manual Moderno.
- Naranjo Pereira, M. L. (2009). MOTIVACIÓN: PERSPECTIVAS TEÓRICAS Y ALGUNAS CONSIDERACIONES DE SU IMPORTANCIA EN EL ÁMBITO EDUCATIVO. *Revista Educación*, 153-170.
- Navarro, R. E. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 1(2), 0. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55110208>
- OMS. (11 de marzo de 2020). *Alocución de apertura del director general de la OMS en la rueda de prensa sobre la COVID-19 celebrada el 11 de marzo de 2020*. World Health Organization: www.who.int/es/director-general/speeches/detail/who-director-gen
- Ordosgoitia-Parra, E., Monterrosa-Castro, A., & Beltrán-Barrios, T. (2020). Ansiedad y depresión identificadas con la Escala de Golberg en estudiantes universitarios del área de la salud. *MedUNAB*, 23(3), 372-388.

- Organización Mundial de la Salud. (2021). Definición de la salud mental. *OMS*, 1(1), 22. <https://doi.org/www.oms.com>
- Organización Mundial de la Salud. (10 de Septiembre de 2022). *Actitud*. Clínica Universidad de Navarra: <https://www.cun.es/diccionario-medico/terminos/actitud>
- Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2021). La OPS destaca la crisis de salud mental poco reconocida a causa de la COVID-19 en las Américas. *Organización Panamericana de la Salud (OPS)*, 2(1), 3. <https://doi.org/https://www.paho.org/es/noticias/24-11-2021-ops-destaca-crisis-salud-mental-poco-reconocida-causa-covid-19-americas>
- Osco, R. C. (2022). Ansiedad en el rendimiento académico en estudiantes de la Carrera de Ingeniería Eléctrica de la Universidad Mayor de San Andrés en la Gestión 2019. *UMSA*, 3(1), 90-101. <https://doi.org/http://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/24585>
- Osma, J., García-Palacios, A., & Botella, C. (2014). Personalidad y trastorno de pánico: un estudio de revisión. *anales de psicología. Scielo*, 30(2), 381-394. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.6018/analesps.30.2.150741>
- Pagés, S. (2007). Trastorno de ansiedad generalizada. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 16(1), 89-94.
- Pan American Health Organization. (2018). *The Burden of Mental Disorders in the Region of the Americas*. Washington, D. C.: PAHO. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/49578>

- Paz, C., Mascialino, G., Adana-Díaz, L., Rodríguez-Lorenzana, A., Simbaña-Rivera, K., Gómez-Barreno, L., . . . Ortiz-Prado, E. (2020). Behavioral and sociodemographic predictors of anxiety and depression in patients under epidemiological surveillance for COVID-19 in Ecuador. *PLoS ONE*, *15*(9), 1-14. <https://doi.org/https://doi.org/10.1371%2Fjournal.pone.0240008>
- Pelissolo, A. (2019). Trastornos de ansiedad y fóbicos. *EMC-Tratado de medicina*, *23*(2), 1-8.
- Perales, A., Izaguirre, M., Sánchez, E., Barahona, L., Martina, M., Amemiya, I., . . . Padilla, A. (2019). Salud mental en estudiantes de pregrado de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. *Scielo*, *80*(4), 89. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15381/anales.v80i4.17142>
- Pérez-Huachaca, E. (2022). Agresividad y Ansiedad en los estudiantes de un centro preuniversitario 2022. *Repositorio Cesar Vallejo*, *3*(1), 110. <https://doi.org/https://hdl.handle.net/20.500.12692/102936>
- Pons, T. C. (2014). El espectro obsesivo-compulsivo en el DSM 5. *Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatria de enlace*(112), 22-27.
- Salazar, I., Merino-Soto, C., & Caballo, V. (2019). Propiedades psicométricas del Cuestionario de ansiedad social para adultos (CASO) en Perú. *Psychologia. Avances de la disciplina*, *13*(2), 107-120.
- Sampieri. (2019). *Metodología de la investigación*. Mexico: MC HILL GRANT.
- Sanchis-Soler, G., García-Jaén, M., Sebastiá-Amat, S., -Sotos, C. D., & Tortosa-Martínez, J. (2022). Acciones para una universidad saludable: Impacto sobre la salud mental y física de los jóvenes. *Universidad de Alicante*.

- Departamento de Didáctica General y Didácticas Específicas*, 1(1), 101.
<https://doi.org/http://hdl.handle.net/10045/122026>
- Santiago, G. (2022). Caso de una paciente con Ansiedad Generalizada a través de la telepsicología. *Universidad Europea de Madrid*, 3(1), 101.
- Santos Pazos, D. A., Ponce Guerra, C. E., Gálvez, P., E., P., & Moya Silva, T. J. (2021). Niveles de ansiedad-rasgo en estudiantes de la carrera de Odontología de la Universidad Central del Ecuador. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3), 81-89. <https://doi.org/https://doi.org/10.37135/ee.04.12.09>
- Sebastián, A. (2020). Estrategias de regulación emocional y psicopatología de la depresión y la ansiedad. *Scielo*, 2(1), 41.
<https://doi.org/http://hdl.handle.net/10234/187185>
- Solano, R., & Polo, E. (2022). Tratamiento cognitivo-conductual para la mejora de las relaciones interpersonales en el trastorno límite de personalidad. *Dialnet*, 4(10), 97.
<https://doi.org/https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8603185>
- Spielberger, C., Gorsuch, R., & Lushene, R. (1997). *Cuestionario de ansiedad Estado-Rasgo, STAI*. Madrid: TEA.
- Strauss & Corbin. (2002). *Análisis de datos de la investigación cualitativa*. Cali: Editorial Colombiano.
- Suarez, L., Guerrero, M., & Bedoya, A. (2021). Ajuste razonable del modelo de terapia cognitiva de Aaron Beck en una muestra piloto de personas sordas señantes, una sistematización de experiencia. *Dialet*, 32(18), 217-236.
<https://doi.org/https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7790269>

- Tobal, J. M., & Escalona, A. (2000). Ansiedad y rendimiento intervención cognito-conductal para la reducción de la ansiedad ante los exámenes y la mejora del rendimiento académico. *Universidad Complutense de Madrid*, 8(1), 101-141.
- Torrano Montalvo, F., & & González Torres, M. C. (2004). El aprendizaje autorregulado: presente y futuro de la investigación. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 1-33.
- Trunce, S., Villarroel, G., Arntz, J., Muñoz, S., & Werner, K. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación en educación médica*, 9(36), 78.
<https://doi.org/https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20229>
- Valbuena, C. B. (2016). *Cómo desarrollar procesos de aprendizaje para estudiantes: Desarrollo de capacidades para ser mentor*. Bogotá: OmniaScience.
- Valdez, A., Becerra, N., Melgarejo-Solano, B., & Huarancca-Mallqui, J. (2019). Nivel de ansiedad en adolescentes de una institución preuniversitaria de Lima Norte. *Peruvian Journal of Health Care and Global Health*, 3(2), 12-16.
- Vázquez-Juárez, C. L., Colunga-Rodríguez, C., de Lourdes Preciado-Serrano, M., Esparza-Zamora, M. A., Obando-Changuán, M. P., Ángel-González, M., & Vázquez-Colunga, J. C. (2021). Construcción y Validación de la Escala RAU de Rendimiento Académico Universitario. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica*, 3(60), 5-14.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=459669143002>

- Vega-Dienstmaier, J. (2019). Publicaciones científicas peruanas sobre salud mental. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 82(3), 78.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20453/rnp.v82i3.3568>
- Vintimilla-Pesántez, S., Cárdenas-Tapia, J., Avilés, F. P., & Torres-Toukoumidis, A. (2021). Evaluación estudiantil y su relación con la ansiedad. *Universidad Salesiana*, 2(1), 89.
- Vivas, M. (2020). *Revisión documental sobre el impacto psicológico debido a la situación de crisis de la salud mental a nivel nacional por Covid – 19*. Bogotá: CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS SEDE VIRTUAL Y A DISTANCIA.
https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/12862/5/UVDT.P_VivasRodriguezMichelleStefany_2020.pdf
- World Health Organization. (2017). *Depression and other common mental disorders: global health estimates*. Washington, D. C.: World Health Organization. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/34006>
- Yoma, S. (2019). Participación de las personas usuarias en políticas públicas de salud mental: una revisión integrativa . *Revisao ciencia*, 24(7), 67.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1590/1413-81232018247.14402017>
- Zimmerman, B. J. (2013). From cognitive modeling to self-regulation: A social cognitive career path. *Educational Psychologist*, 48(3), 135-147.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1080/00461520.2013.794676>

