

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Ansiedad estado-rasgo y rendimiento académico en
estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad
de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024**

Rodrigo Daniel Gonzalo Infantas
Jessica Nayana Romero Mayhua

Para optar el Título Profesional de
Licenciado en Psicología

Cusco, 2025

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

INFORME DE CONFORMIDAD DE ORIGINALIDAD DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

A : Decano de la Facultad de Psicología
DE : Mayra Vanessa Garcia Perez
Asesor de trabajo de investigación
ASUNTO : Remito resultado de evaluación de originalidad de trabajo de investigación
FECHA : 5 de Enero de 2026

Con sumo agrado me dirijo a vuestro despacho para informar que, en mi condición de asesor del trabajo de investigación:

Título:

Ansiedad estado-rasgo y rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024

Autores:

1. Rodrigo Daniel Gonzalo Infantas – Carrera profesional Psicología
2. Jessica Nayana Romero Mayhua – Carrera profesional Psicología

Se procedió con la carga del documento a la plataforma "Turnitin" y se realizó la verificación completa de las coincidencias resaltadas por el software dando por resultado 20 % de similitud sin encontrarse hallazgos relacionados a plagio. Se utilizaron los siguientes filtros:

- Filtro de exclusión de bibliografía SI NO
- Filtro de exclusión de grupos de palabras menores SI NO
Nº de palabras excluidas (**en caso de elegir "SI"**): 35
- Exclusión de fuente por trabajo anterior del mismo estudiante SI NO

En consecuencia, se determina que el trabajo de investigación constituye un documento original al presentar similitud de otros autores (citas) por debajo del porcentaje establecido por la Universidad Continental.

Recae toda responsabilidad del contenido del trabajo de investigación sobre el autor y asesor, en concordancia a los principios expresados en el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos conducentes a Grados y Títulos – RENATI y en la normativa de la Universidad Continental.

Atentamente,

La firma del asesor obra en el archivo original
(No se muestra en este documento por estar expuesto a publicación)

Dedicatoria

Dedicamos esta investigación a nuestros abuelos: Mamá Alejita y Papá Lalito, quienes se fueron al cielo creyendo en nosotros y deseando compartir este logro. Nos dejaron un legado de valores, de ejemplos y de maneras de habitar este mundo con determinación y decencia. Eso nos orienta como un mapa en todos los caminos.

Todo lo que somos e intentamos ser tiene vuestra raíz.

Agradecimiento

Agradecemos a nuestros padres y familia por acompañarnos y confiar siempre en nosotros, por enseñarnos que, con determinación y constancia, siempre se puede.

Extendemos nuestro más profundo agradecimiento a nuestra asesora de tesis por su orientación y compartir sus conocimientos. Su apoyo fue fundamental para alcanzar este gran y anhelado logro.

Agradecemos a nuestra universidad y a los docentes de la Escuela Profesional de Psicología, por compartir sus valiosos conocimientos y contribuir de manera significativa a la exitosa culminación de nuestra formación profesional.

Índice

Dedicatoria.....	vi
Agradecimiento	vii
Índice	viii
Índice de Tablas.....	xii
Índice de Figuras	xiii
Resumen	xiv
Abstract.....	xv
Introducción.....	xvi
CAPÍTULO I.....	16
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	16
1.1 Descripción del problema.....	16
1.2 Formulación del problema	23
1.1.1. Problema general.....	23
1.1.2. Problemas específicos	23
1.3 Objetivos de la investigación	24
1.1.3. Objetivo general.....	24
1.1.4. Objetivos específicos	24
1.4 Justificación de la investigación.....	24
1.1.5. Justificación teórica.....	24
1.1.6. Justificación practica.....	25
1.1.7. Justificación metodológica.....	25
1.1.8. Justificación social	25

CAPÍTULO II.....	27
MARCO TEÓRICO	27
2.1. Antecedentes del problema	27
2.1.1. A nivel internacional.....	27
2.1.2. A nivel nacional	32
2.1.3. A nivel local.....	36
2.2. Bases teóricas	39
2.2.1. La ansiedad	39
2.2.2. Trastornos de ansiedad.....	39
2.2.3. Ansiedad estado-rasgo	43
2.2.4. Rendimiento académico.....	47
2.3. Definición de términos	54
CAPÍTULO III HIPÓTESIS Y VARIABLES	56
3.1. Planteamiento de Hipótesis	56
3.1.1. Hipótesis general.....	56
3.1.2. Hipótesis específicas	56
3.2. Definición de variables.....	58
3.2.1. La ansiedad estado-rasgo	58
3.2.2. Rendimiento Académico.....	59
3.3. Operacionalización de las variables	68
<i>Nota.</i> Elaboración propia.....	69
CAPÍTULO IV METODOLOGÍA.....	70

4.1. Tipo, nivel y diseño de investigación	70
4.1.1. Tipo de investigación	70
4.1.2. Enfoque de investigación	70
4.1.3. Alcance de la investigación.....	70
4.1.4. Diseño de investigación	71
4.2. Población y unidad de análisis	71
4.2.1. Población de estudio	71
4.2.2. Tamaño de muestra y técnica de selección de muestra	71
4.3. Técnicas de recolección de información	72
4.4. Instrumentos de investigación	72
4.5. Técnicas de análisis e interpretación de la información.....	77
4.5.1. Confiabilidad de instrumentos	77
4.5.2. Validación de instrumentos.....	78
4.6. Consideraciones éticas	78
CAPÍTULO V RESULTADOS.....	80
5.1. Interpretación de resultados.....	80
5.1.1. Prueba de normalidad.....	80
5.1.2. Contrastación de Hipótesis	80
5.2. Discusión.....	88
CONCLUSIONES.....	93
RECOMENDACIONES	94
BIBLIOGRAFÍA.....	95

MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	110
ANEXOS	112
Consentimiento Informado de Participación Investigación	115

Índice de Tablas

Tabla 1. Prueba de normalidad	80
Tabla 2. Tabla de correlación entre la variable Ansiedad rasgo y la variable Rendimiento Académico	82
Tabla 3. Tabla de correlación entre Tensión y Rendimiento Académico.....	83
Tabla 4. Tabla de correlación entre Aprensión y Rendimiento Académico.....	84
Tabla 5. Tabla de correlación entre Hiperactividad y Rendimiento Académico.....	85
Tabla 6. Tabla de correlación entre Motivos y Rendimiento Académico	86
Tabla 7. Tabla de correlación entre Disposición y Rendimiento Académico	87

Índice de Figuras

Figura 1. Equivalencia del Coeficiente Rho de Spearman	81
---	----

Resumen

El presente trabajo “Ansiedad estado-rasgo y rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024”, tuvo como objetivo determinar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades de una universidad privada del Cusco. Se desarrolló una metodología de tipo básico con un diseño no experimental. El análisis estadístico, realizado mediante la prueba Rho de Spearman, evidenció un coeficiente de correlación negativo y estadísticamente significativo ($r = -0.536$; $p = 0.000$), lo que indica la existencia de una relación inversa significativa entre la ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico. En consecuencia, se aceptó la hipótesis alternativa y se rechazó la hipótesis nula. Cabe precisar que, al analizar la ansiedad rasgo de manera independiente, no se evidenció una relación estadísticamente significativa con el rendimiento académico. Asimismo, los resultados descriptivos mostraron que los estudiantes con niveles moderados de ansiedad alcanzaron mayores porcentajes en los niveles de rendimiento bueno y excelente, mientras que aquellos con niveles graves o normales de ansiedad presentaron predominantemente rendimientos regulares.

Palabras clave: Estudiantes, ansiedad y rendimiento.

Abstract

The present study aimed to determine the relationship between state-trait anxiety and academic performance in third- and fourth-year students of the faculty of humanities at a private university in Cusco. A basic research methodology with a non-experimental design was employed. Statistical analysis, conducted using Spearman's Rho test, revealed a negative and statistically significant correlation coefficient ($r = -0.536$; $p = 0.000$), indicating the existence of a significant inverse relationship between state-trait anxiety and academic performance. Accordingly, the alternative hypothesis was accepted and the null hypothesis was rejected. When trait anxiety was analyzed independently, no statistically significant relationship with academic performance was identified. Furthermore, descriptive findings indicated that students with moderate levels of anxiety achieved higher percentages in the good and excellent academic performance categories, whereas those with severe or normal levels of anxiety predominantly exhibited regular academic performance.

Keywords: Students, anxiety, academic performance.

Introducción

El rendimiento académico constituye uno de los principales indicadores del éxito formativo de los estudiantes, siendo influido por múltiples factores de índole cognitiva, emocional y social. Dentro de estos, la ansiedad se posiciona como una variable psicológica relevante que puede afectar significativamente la capacidad de concentración, el manejo del tiempo, la toma de decisiones y, por ende, el desempeño académico. En este sentido, el concepto de ansiedad estado-rasgo, desarrollado por Spielberger (1972), permite distinguir entre una ansiedad transitoria, provocada por situaciones específicas (ansiedad estado), y una tendencia estable en la personalidad del individuo a responder con ansiedad ante diversos estímulos (ansiedad rasgo). Este enfoque resulta particularmente útil para comprender cómo las disposiciones emocionales influyen en los resultados académicos en poblaciones estudiantiles expuestas a demandas constantes y evaluaciones frecuentes.

La presente investigación titulada “Ansiedad estado-rasgo y rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024”, tuvo como objetivo determinar la relación entre los niveles de ansiedad, tanto estado como rasgo, y el rendimiento académico en estudiantes de dicha facultad. Se adoptó un enfoque cuantitativo de tipo básico y diseño no experimental, lo cual permitió analizar la asociación entre las variables sin manipulación directa de las condiciones del estudio. Los resultados revelaron que no existe una relación estadísticamente significativa entre la ansiedad rasgo y el rendimiento académico, con un coeficiente de correlación de $r = 0.078$ y un valor de significancia bilateral de $p = 0.275$, lo que indica una correlación débil y no significativa.

Sin embargo, al analizar la distribución de los niveles de ansiedad en relación con el rendimiento académico, se identificaron patrones descriptivos relevantes. Los estudiantes con niveles moderados de ansiedad concentraron mayores porcentajes en los niveles de rendimiento

bueno y excelente, mientras que aquellos con ansiedad grave se ubicaron principalmente en niveles de rendimiento regular, con menor presencia en los niveles superiores. Estos hallazgos, aunque no alcanzaron significancia estadística, sugieren que niveles moderados de ansiedad podrían asociarse con un mejor desempeño académico, en contraste con niveles graves o muy bajos. Asimismo, los resultados evidenciaron que, al analizar la ansiedad estado-rasgo de manera global, existe una relación inversa estadísticamente significativa con el rendimiento académico; no obstante, cuando se evaluó de forma específica la ansiedad rasgo, esta no mostró una relación estadísticamente significativa, lo que confirma la relevancia de analizar la ansiedad como un constructo multidimensional.

En conjunto, esta investigación contribuye al conocimiento sobre la interacción entre las dimensiones emocionales de los estudiantes y sus resultados académicos, especialmente en un contexto universitario de alta exigencia como el de la Facultad de Humanidades. Comprender estas dinámicas puede resultar clave para el desarrollo de estrategias de acompañamiento psicológico y pedagógico orientadas a optimizar tanto el bienestar emocional como el desempeño académico de los estudiantes.

Para llevar a cabo esta investigación se tomó en cuenta:

En el Capítulo I, Planteamiento del problema, se presentó la descripción y formulación del problema, junto con los objetivos que orientan el estudio. Además, se expuso la justificación de la investigación, destacando la importancia de analizar la relación entre ansiedad estado-rasgo y rendimiento académico en estudiantes universitarios.

El Capítulo II, Marco teórico, presenta los antecedentes que sustentan la investigación, las bases teóricas relacionadas con la ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico, así como la definición de los términos fundamentales utilizados en el estudio.

En el Capítulo III, Hipótesis y variables, se presentaron las hipótesis del estudio, junto con la definición de variables y su correspondiente operacionalización, estableciendo los indicadores que permitieron medir cada dimensión de la investigación.

En el Capítulo IV, Metodología, se presentó la metodología del estudio, describiendo el tipo, nivel y diseño de la investigación, así como la población y la muestra seleccionada. Asimismo, se detallaron las técnicas e instrumentos de recolección de datos, junto con las consideraciones éticas que guiaron el proceso investigativo.

Finalmente, el Capítulo V, Resultados, expone los resultados obtenidos, junto con su interpretación y la discusión correspondiente, permitiendo analizar los hallazgos en relación con los objetivos e hipótesis del estudio.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción del problema

La ansiedad es una respuesta natural que, en ocasiones, puede provocar dolor intenso y desajuste. A lo largo del siglo XX, ha aumentado el diagnóstico y el tratamiento de los trastornos de ansiedad. Entre ellos, se encuentran los aspectos biológicos, psicológicos, sociales y ambientales. La ansiedad es un sentimiento normal y adaptativo que surge en respuesta a un desafío o riesgo. Sirve como un sistema de alarma que el sistema neurológico emplea para preparar al cuerpo para responder al peligro. Sin embargo, si es grave o continúa, puede convertirse en un trastorno que afecte la salud mental y física. Los síntomas cognitivos, como los pensamientos intrusivos y la preocupación persistente, los síntomas conductuales, como la hiperactividad o la evitación de situaciones, y los síntomas corporales, como la sudoración, la rigidez muscular y el ritmo cardíaco acelerado, pueden ser signos de ansiedad (Expósito et al., 2023).

El rendimiento académico se define como la evaluación del desempeño y los logros de un estudiante en el entorno educativo; en paralelo, la salud mental es crucial para el bienestar integral de una persona y, desafortunadamente, los estudiantes presentan un aumento en la incertidumbre y la ansiedad. Se reveló que los adolescentes frecuentemente enfrentan dificultades emocionales, siendo la ansiedad el más común, seguido por la depresión; estos trastornos afectan el rendimiento escolar y social, pudiendo llevar al aislamiento y, en casos extremos, al suicidio (Coronel & Samaniego, 2024).

Spielberger et al. (2023) distinguen entre ansiedad de carácter (AC) y ansiedad de estado (AE). La primera (AE) se caracteriza por características subjetivas, como una sensación de tensión y ansiedad sentida conscientemente, así como por hiperactividad del sistema nervioso autónomo. Se caracteriza por ser un estado emocional o personal transitorio que puede fluctuar

en intensidad y cambiar con el tiempo. La segunda (AR) sugiere que la persona tiene ansiedad continua, que está relacionada con su tendencia a percibir las circunstancias como peligrosas y generar AE como respuesta. Como tienden a percibir muchas más circunstancias como amenazantes, las personas con AR alta suelen tener una EA mayor. Como resultado, cuando se enfrentan a circunstancias interpersonales que amenazan su autoestima, las personas con AR alta suelen reaccionar con una CE más alta. El grado en que la situación particular se percibe como amenazante o peligrosa se basa en experiencias previas y determina si las personas con diferencias en AR muestran disparidades comparables en CE (Spielberger et al., 2023).

Cabe señalar que “tener ansiedad” no es lo mismo que “tener un rasgo”, ya que el primero se refiere a una peculiaridad personal generalmente estable que provoca una reacción particular en diferentes entornos, mientras que el segundo se relaciona con la variabilidad personal. No obstante, la relación mencionada, podemos hablar de “personalidad ansiosa” en la primera situación y de “afectación ansiosa” en la segunda. Desde una perspectiva universitaria, podemos concluir que, si bien algunas situaciones, como los exámenes, son extremadamente estresantes para la mayoría de los estudiantes, habrá algunos que sean más proclives a percibir la vida académica en general como amenazante y a sufrir ansiedad con mayor frecuencia. De manera similar, estos mismos adolescentes pueden presentar niveles elevados de ansiedad en situaciones específicas, como reuniones de compañeros, reuniones de profesores e intervenciones en el aula, entre otras. Sin embargo, debemos ser cautelosos y destacar que la relación entre la ansiedad característica y la ansiedad estado no garantiza que un estudiante que está “ansioso” sienta altos niveles de ansiedad durante situaciones específicas, como un tutorial. Esto podría deberse a que el estudiante tiene mucha experiencia en situaciones similares o incluso a que se han utilizado las estrategias de cohesión adecuadas. De manera similar, un estudiante que no suele estar ansioso podría ocasionalmente sentirse muy ansioso (Otero, 2014).

A nivel mundial, la ansiedad es el problema de salud mental más común. Actualmente, hay 264 millones de casos de trastornos de ansiedad (3,6 %) (Koton et al., 2016; Pereira et al., 2016). Además, es la sexta causa de discapacidad en todo el mundo, sin que se observen cambios apreciables desde 1990 (Segal, 2010). En algunos países europeos (Alemania, Bélgica, España, Francia, Holanda e Italia), la prevalencia de los trastornos de ansiedad ronda el 14 % (Pérez et al., 2017). Es una experiencia humana que puede variar de leve a grave, afectando a más mujeres que hombres en todo el mundo (4,6 % y un 2,6 %, respectivamente) (Pereira et al., 2016). En la actualidad, el 49,2 % de los pacientes que acuden a las consultas de Atención Primaria en España cumplen los criterios diagnósticos de al menos un probable trastorno de ansiedad, depresión o somatización (Baxter et al., 2014).

La ansiedad relacionada con el rendimiento académico de estudiantes es una realidad latente en las aulas de los centros de educación superior en el mundo, en Latinoamérica, en Ecuador y en el contexto de la Universidad Técnica de Manabí. Los universitarios representan una población de alto riesgo a sufrir trastornos de ansiedad debido a las exigencias curriculares que les afectan en todas las esferas y es producto del estrés al que están expuestos. Los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Manabí, sujetos de estudios de esta investigación, no son ajenos a esta situación; constantemente enfrentan similares exigencias en sus estudios, lo que acarrea síntomas de ansiedad que afectan el ritmo de aprendizaje (Pinargote & Caicedo, 2019).

En España, en la Universidad de las Islas Baleares, se tuvo como objetivo valorar el efecto de la ansiedad y el estrés sobre el rendimiento académico. Los resultados revelan de forma significativa que el grupo de alumnos que presentó niveles inferiores de ansiedad muestra un mejor rendimiento académico a diferencia de los alumnos que presentaron mayor grado de ansiedad, que obtuvieron un pésimo rendimiento académico. En México, en la Universidad Nacional Autónoma, se realizó una investigación, cuyo fin era explorar la relación entre

rendimiento académico y ansiedad medida conductualmente. Los resultados obtenidos reflejaron que los alumnos con los promedios más bajos presentaron los indicadores más elevados de ansiedad conductual; además, se identificó que los alumnos que presentaron un índice muy bajo de estudio mostraban mayor ansiedad (Pinargote & Caicedo, 2019).

En el ámbito global, la Organización Mundial de la Salud (OMS) subraya que la ansiedad es una experiencia común, aunque los trastornos de ansiedad implican un miedo y preocupación excesivos que afectan significativamente la funcionalidad cotidiana. Estos trastornos, caracterizados por síntomas físicos, conductuales y cognitivos, afectan al 4 % de la población mundial, equivalente a 301 millones de personas en 2019, situándose como los trastornos mentales más prevalentes. Sin embargo, solo el 27.6 % de quienes los padecen recibe tratamiento adecuado, debido a factores como la escasa inversión en salud mental, la falta de proveedores capacitados, el estigma social y el desconocimiento sobre las posibilidades de tratamiento (OMS, 2023).

En el ámbito educativo, la ansiedad afecta considerablemente a los estudiantes universitarios. A nivel mundial, aproximadamente el 41.6 % de los estudiantes experimentan síntomas de ansiedad, mientras que en América Latina esta cifra alcanza el 32 %, y en Ecuador, el 19.4 % de los estudiantes reporta niveles elevados de ansiedad, impactando negativamente su calidad de vida y rendimiento académico. Según la Organización Panamericana de la Salud, los adolescentes universitarios presentan tasas de ansiedad superiores a las de la población general, siendo las mujeres las más afectadas en este grupo (Quizinga & Márquez, 2025).

Según un estudio realizado por Jadue (2001) en el Instituto de Filosofía y Ciencias de la Educación de Valdivia (Chile), se ha demostrado que la ansiedad elevada tiene un efecto perjudicial sobre la eficacia del aprendizaje. Esto se debe a que la preocupación afecta a la concentración, la atención y la memoria, todo lo cual hace que el rendimiento académico disminuya. Los alumnos que experimentan altos niveles de ansiedad a menudo tienen

dificultades para concentrarse y se distraen rápidamente. También tienen dificultades para organizar y elaborar adecuadamente los conocimientos, y aplican con menos frecuencia las pistas que se les ofrecen en las actividades intelectuales. Por otro lado, se descubrió que las personas con una inteligencia media son más propensas a experimentar desafíos académicos relacionados con la ansiedad, ya que pueden compensarla de alguna manera.

A nivel nacional, en 2022, los casos de ansiedad en Perú se incrementaron, siendo el más alto en comparación con otras afecciones mentales. Edith Figueroa, a cargo de la Dirección del Instituto Nacional de Salud Mental de Personas Adultas y Adultas Mayores (INSM), aclaró que esta emoción suele manifestarse en respuesta a un peligro y es beneficiosa para un proceso de adaptación o para salvaguardar nuestro bienestar (Ministerio de Salud, 2023). No obstante, cuando su intensidad es desmedida, persistente y modifica el funcionamiento cotidiano del individuo en el trabajo, en el hogar y en relaciones sociales, se clasifica como un trastorno de ansiedad que impacta la salud mental. Destacó que suele ocurrir en mujeres de 17 a 25 años, pero puede ocurrir en cualquier etapa de la vida. Además, la experta señaló que los síntomas pueden ser tanto psicológicos como físicos:

Al detectar una amenaza, nuestro cerebro activa las alarmas, generando reacciones hormonales que provocan en la persona una sensación de miedo intenso, pudiendo acompañarse con taquicardia, sudoración, sensación de falta de aire, sequedad de boca, sensación de dificultad para pasar los alimentos y tensión muscular (Ministerio de Salud, 2023, s. p.).

Asimismo, según Meyzán (2025), durante su docencia en la universidad, acompañó a jóvenes que a simple vista parecen fuertes y alegres, pero que por dentro libran batallas invisibles: ansiedad, depresión, miedo al fracaso, un cansancio extremo por intentar cumplir con todo. Evidenció signos de *burnout* académico, ese agotamiento que no solo apaga el cuerpo, sino también el espíritu. Jóvenes atrapados entre las notas, los trabajos, las expectativas familiares y una universidad que a veces exige más de lo que acompaña; también menciona

que, en el Perú, el 47 % de los intentos de suicidio corresponde a jóvenes universitarios de 15 a 24 años; problemas como la ansiedad y la depresión afectan a su rendimiento académico y bienestar emocional.

A nivel local, de acuerdo con el Ministerio de Salud (2013), el 32,2 % de los cusqueños sufrió en algún momento de su vida algún tipo de disfunción mental, siendo las más prevalentes los episodios depresivos moderados a severos, el alcoholismo o las adicciones, así como el trastorno de estrés postraumático. El director general del Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado-Hideyo Noguchi, doctor Humberto Castillo Martell, destacó que los estudios incluyen datos sobre la prevalencia de problemas como depresión, suicidio, ansiedad, adicciones, discapacidad mental y violencia en sus diversas manifestaciones. También incluyen datos sobre pobreza, calidad de vida, factores de riesgo, factores de protección y uso de servicios. Además, el estudio muestra que un alto nivel de exposición a factores ambientales afecta al 48.7 % de la población. Sin embargo, el 29 % de las personas ha experimentado depresión alguna vez en su vida, particularmente las mujeres. Sugiere que alrededor de 80,000 personas en el área padecen depresión (Ministerio de Salud, 2013).

En comparación con el 31 % de los alumnos de la OCDE, el 66 % de los estudiantes peruanos tiene un rendimiento bajo en matemáticas. El porcentaje en ciencias es del 53 %, en comparación con el 24 % en la OCDE, mientras que el porcentaje en lectura es del 50 % y el 26 %, respectivamente. En matemáticas, el porcentaje de estudiantes con un rendimiento bajo es menor entre los niños (62 %) que entre las niñas (70 %); en lectura, el porcentaje de estudiantes que obtienen una puntuación por debajo del nivel 2 (de las seis materias en las que se categoriza el rendimiento) es menor entre las mujeres (49 %) que entre los niños (52 %). Por otro lado, Sánchez et al. (2022) señala que el 75 % de los estudiantes matriculados en la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco (UNSAAC) aprueban sus cursos, lo que indica un buen rendimiento académico. Según las estadísticas, el 16 % de los estudiantes tiene

un rendimiento por debajo de las expectativas, el 70 % está satisfecho, el 9 % está en progreso y el 5 % tiene un rendimiento excepcional. Con porcentajes de aceptación que van del 78 % al 89 %, destacan muchas escuelas profesionales, entre ellas Medicina Humana y Contabilidad. El estudio destaca que evaluar y mejorar el rendimiento académico necesita un enfoque multidisciplinario debido a su complejidad.

En ese sentido, se pudo observar que existe una creciente preocupación acerca de los niveles de ansiedad de los estudiantes, especialmente aquellos que se encuentran en semestres avanzados, dado que su formación académica se encuentra enlazada con la preocupación y consolidación de sus carreras. Esta etapa es crítica, ya que el estudiante quiere lograr aprobar el semestre, sacar buenas notas, etc. Por ese mismo hecho, existe una necesidad de estudios exhaustivos que analicen los niveles de ansiedad estado-rasgo y su relación académica. Estos vacíos existentes impiden que el estudiante universitario pueda desarrollar adecuadamente sus actividades académicas, sociales; además, impide implementar estrategias efectivas para mejorar el bienestar emocional de los estudiantes.

La presente investigación fue desarrollada en la Facultad de Humanidades de una universidad privada del Cusco, donde se observó que estudiantes del tercer y cuarto año presentan sentimientos subjetivos de tensión; muchas veces se evidencia que al participar en las clases se sienten tensos o con bajo estado emocional; de igual manera, muchos demuestran sus inseguridades con nerviosismo o impotencias. En varias ocasiones, los estudiantes titubean al expresarse o se agitan demasiado rápido; muchos de estos síntomas de ansiedad se observan cuando tienen exposiciones, exámenes y durante las arduas cargas académicas.

Muchos de los problemas mencionados generan inconvenientes en los estudiantes y más en su rendimiento académico. En muchos casos, los estudiantes presentan calificaciones y pruebas de actitud con resultados muy bajos; también generan que los estudiantes no logren concentrarse a la hora de comprender, aplicar y resolver problemas. Con esto pierden su

autoconfianza, el hábito de la responsabilidad, la autodisciplina, perseverancia y la motivación por estudiar. Estos problemas pueden generar que los estudiantes pierdan el interés por estudiar, dejar la carrera o, incluso, si los problemas agravan, podrían hacer que tomen decisiones que les quiten la vida.

1.2 Formulación del problema

1.1.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024?

1.1.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación entre los sentimientos subjetivos de tensión y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024?
- ¿Cuál es la relación entre los sentimientos subjetivos de aprensión y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024?
- ¿Cuál es la relación entre la hiperactividad y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024?
- ¿Cuál es la relación entre los motivos y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024?
- ¿Cuál es la relación entre las disposiciones comportamentales adquiridas y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024?

1.3 Objetivos de la investigación

1.1.3. Objetivo general

Determinar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024

1.1.4. Objetivos específicos

- Determinar la relación entre los sentimientos subjetivos de tensión y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024
- Identificar la relación entre los sentimientos subjetivos de aprensión y el rendimiento académico de estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024
- Determinar la relación entre la hiperactividad y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024
- Determinar la relación entre los motivos y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024
- Determinar la relación entre las disposiciones comportamentales adquiridas y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024

1.4 Justificación de la investigación

1.1.5. Justificación teórica

Los factores emocionales tuvieron un gran impacto en el desempeño académico, por lo que este estudio resultó relevante. La ansiedad, en cualquiera de sus formas, afectaba

habilidades cruciales para el rendimiento académico, como la concentración, la gestión del tiempo y la toma de decisiones. El propósito del estudio fue comprender mejor cómo la ansiedad afectaba a los estudiantes de niveles académicos superiores. Para comprender los niveles de ansiedad y su relación con el rendimiento académico, fue necesario llevar a cabo una investigación sobre la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de una universidad privada de Cusco.

1.1.6. Justificación practica

La presente investigación tiene una justificación práctica porque busca comprender los niveles de ansiedad y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de una universidad privada de Cusco, con el fin de aplicar los resultados en la mejora del proceso educativo. Los hallazgos permitirán orientar acciones concretas como talleres de manejo del estrés, asesoría psicológica, tutorías personalizadas y posibles ajustes curriculares que favorezcan el bienestar emocional y el desempeño académico de los estudiantes.

1.1.7. Justificación metodológica.

La capacidad del estudio para ofrecer una perspectiva integral y cuantitativa sobre la ansiedad estado-rasgo y su relación con el rendimiento académico constituyó una justificación metodológica sólida. Esto se reflejó en la aplicación del cuestionario como instrumento y la encuesta como técnica de recolección de datos, lo que permitió obtener resultados precisos y válidos. Asimismo, el estudio servirá como referente para la implementación de la metodología propuesta en investigaciones similares.

1.1.8. Justificación social

La investigación se justifica socialmente porque parte de la necesidad de atender las implicancias académicas y psicológicas derivadas de los niveles de ansiedad en los estudiantes universitarios, una problemática que afecta su bienestar emocional y su desarrollo integral. Comprender y abordar estos factores contribuye no solo a mejorar la salud mental de los

jóvenes, sino también a fortalecer la convivencia, la empatía y el apoyo mutuo dentro de la comunidad educativa. De este modo, los resultados del estudio pueden generar beneficios sociales significativos al promover una educación más humana, inclusiva y consciente de las necesidades emocionales de los estudiantes, lo que repercute positivamente en su calidad de vida y en la sociedad en general.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes del problema

2.1.1. A nivel internacional

Yáñez (2023), en su estudio *Ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Medicina de la PUCESA*, realizado para optar el título profesional de Licenciada en Psicología, tuvo como objetivo principal investigar el grado de ansiedad y cómo esta afectaba el rendimiento académico de los estudiantes de la Facultad de Medicina de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Con un enfoque transversal, descriptivo, correlacional y no experimental, se empleó una metodología de investigación cuantitativa. Para conocer los niveles de ansiedad de la población, se empleó el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI), que comprende dos dimensiones a evaluar: ansiedad estado y ansiedad rasgo. Adicionalmente, para correlacionar los dos parámetros de estudio, se obtuvieron los expedientes académicos de los estudiantes de medicina de agosto a diciembre de 2022. De acuerdo con los hallazgos, el 86,2 % y el 77,4 % de la muestra, respectivamente, presentaron niveles moderados y severos de ansiedad rasgo y ansiedad estado. Se determinó que las variables investigadas no incidieron en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de la Facultad de Medicina de la PUCESA, ya que no se encontró correlación discernible entre las dimensiones del STAI y el rendimiento académico. La relación entre las dimensiones y el rendimiento académico de los estudiantes de medicina fue una de las dimensiones que se examinó. En primer lugar, a un nivel de significancia de 0,0942, el coeficiente de correlación de Pearson (r) entre el rendimiento académico y el componente ansiedad-estado fue de -0,5004. Una correlación moderada se indica mediante valores del coeficiente de Pearson que oscilan entre 0,3 y 0,5. Se establece entonces una correlación moderada, negativa y no significativa mediante la explicación de la relación entre ansiedad-

estado y rendimiento académico; por lo tanto, al ser estos valores negativos, su interpretación implica que a mayor ansiedad-estado, menor rendimiento académico.

Cují (2023), en su trabajo de investigación titulado *Trastorno de ansiedad provocado por la educación virtual en estudiantes del octavo semestre que se encuentran cursando la asignatura de trabajo de titulación I, de la carrera de psicología de la sede Quito, durante el periodo 59*, busca determinar la prevalencia de trastornos de ansiedad provocados por el aprendizaje virtual en estudiantes de psicología de primer grado de octavo semestre de la sede Quito durante el período de obtención del título profesional de Licenciado en Psicología. Su enfoque es cuantitativo y deductivo, utilizando el cuestionario STAI y encuestas para la recolección de datos. Con 20 preguntas cada una, su objetivo es evaluar dos concepciones distintas de la ansiedad: la ansiedad como estado A/E y la ansiedad como atributo A/R. Esto facilitará la determinación de la frecuencia, prevalencia, cantidades y porcentajes vinculados a los principales factores investigados. Según los resultados de la investigación, el 81 % de los estudiantes experimentó ansiedad como resultado de la introducción de la asignatura Tesis I, mientras que el 19 % restante no. En cuanto a la frecuencia con la que las personas han sentido ansiedad sobre este tema, el 42 % dijo que se ha sentido ansioso ocasionalmente, el 25 % dijo que siempre se ha sentido ansioso y otro 25 % dijo que se ha sentido ansioso casi siempre. En cuanto a la calidad del aprendizaje virtual, el 47 %. Solo el 5 % evaluó como bueno el nivel de aprendizaje, mientras que el 44 % calificó como regular la enseñanza, el 44 % consideró que el proceso de aprendizaje fue decente y el 14 % indicó que la modalidad virtual es inadecuada. El 55 % de los estudiantes dijo que la educación virtual tuvo una influencia moderada, el 22 % dijo que tuvo un impacto bajo, el 19 % dijo que tuvo un impacto fuerte y el 6 % que no había notado ningún impacto. Adicionalmente, se determinó el nivel de ansiedad de los estudiantes; el 24 % reportó tener ansiedad moderada y el 15 % reportó ansiedad alta. Los resultados coinciden con las entrevistas, que revelaron que los estudiantes habían utilizado técnicas de

autoformación para adaptarse al aprendizaje virtual, como la revisión de grabaciones para comprender mejor a los profesores y el uso de diapositivas y presentaciones para facilitar un aprendizaje más eficaz. Del mismo modo, se encontraron ciertos elementos que provocan ansiedad en el modelo virtual, incluidas las respuestas corporales, las palabras habladas y una sensación persistente de pérdida relacionada con el entorno virtual. Los estudiantes han informado regularmente sentimientos de ansiedad que se alinean con estas manifestaciones corporales.

Izurieta et al. (2022), en su investigación titulada *Trastorno de ansiedad generalizada y estrés académico en estudiantes universitarios ecuatorianos durante la pandemia COVID-19*, buscan analizar la relación entre el estrés académico y el trastorno de ansiedad generalizada, ambos asociados con los efectos de la pandemia de COVID-19. En este estudio descriptivo-correlacional se utilizaron como instrumentos el Inventario Cognitivo Sistémico de Estrés Académico (SISCO) y la Escala de Trastorno de Ansiedad Generalizada (GAD-7). En los meses de mayo y junio de 2020 se aplicó este instrumento a 359 estudiantes universitarios ecuatorianos. El grupo de edad de 21 a 23 años representó el 43,7 % de la muestra, siendo el 64,9 % de las participantes mujeres y el 35,1 % hombres. Si bien ambos grupos presentaron altos niveles de estrés académico, los datos del SISCO revelaron que el estrés académico promedio de las mujeres fue mayor ($X = 3,4313$) que el de los hombres ($X = 3,2142$). Según los puntajes del GAD-7, el 34,5 % de los hombres y el 51,5 % de las mujeres reportaron síntomas de ansiedad significativos. Además, un coeficiente rho de 0,68 indicó una asociación moderadamente positiva entre la ansiedad generalizada y el estrés académico. Los resultados muestran que los estudiantes universitarios experimentan altos niveles de estrés académico, y las mujeres se ven afectadas desproporcionadamente. De manera similar, la mayoría de los hombres y mujeres informaron tener síntomas de ansiedad graves, lo que subraya la influencia de las presiones originadas en el entorno académico a lo largo de la epidemia. Para la ejecución

virtual del estudio se utilizaron plataformas digitales. Al ser autoadministrado, los participantes carecieron de un control integral sobre los factores externos y de asesoramiento directo de expertos, lo que pudo haber afectado los resultados. La ausencia de interacción presencial con los participantes, el uso de medios digitales para distribuir los instrumentos, el bajo porcentaje de hombres en la muestra y la exclusión de los participantes que se negaron a dar su consentimiento informado son algunas de las limitaciones más relevantes que limitaron el alcance del análisis.

Rosario et al. (2021) buscan determinar la prevalencia de síntomas de trastorno de ansiedad en adolescentes que asisten a centros educativos y examinan sus asociaciones con el funcionamiento familiar, las características sociodemográficas y las experiencias de acoso. Entre enero y abril de 2018 se llevó a cabo un estudio descriptivo de corte transversal con fuentes primarias en una muestra de más de 600 adolescentes de diversas instituciones educativas. La herramienta utilizada se dividió en cuatro partes: sociodemográfica, escala SCARED para evaluar síntomas de ansiedad, escala CISNEROS para detectar *bullying* y APGAR familiar para evaluar el funcionamiento familiar. Los hallazgos revelaron que el 57 % de las personas presentaron síntomas de ansiedad y que estos síntomas se correlacionaron significativamente con factores como sexo ($p = .001$), rango de edad ($p = .024$), grado académico ($p = .018$), experiencia de *bullying* ($p = .001$) y funcionalidad familiar ($p = .023$). Ser víctima de *bullying* (OR = 4,20), estar en quinto grado de secundaria (OR = 2,73), ser mujer (OR = 2,39) y tener entre 13 y 15 años (OR = 1,92) fueron las variables predictoras más prevalentes. Según los hallazgos del estudio, los síntomas de trastorno de ansiedad fueron considerablemente más comunes en adolescentes, particularmente en mujeres. La mayor tasa de ansiedad en mujeres puede estar relacionada con variables sociales y biológicas que las hacen más susceptibles. Además, dos factores importantes vinculados a la aparición de estos síntomas fueron la disfunción familiar, que afecta el equilibrio emocional y psicológico de los jóvenes,

y el acoso escolar, que genera un entorno de aprendizaje peligroso. Es fundamental que los profesionales de la salud mental utilicen esta información para identificar y tratar rápidamente los casos debido a los posibles efectos que estos factores pueden tener en el desarrollo emocional y social de los adolescentes. También es fundamental implementar medidas preventivas a través de programas escolares y comunitarios que promuevan la salud emocional y el bienestar psicológico. Estas iniciativas deben incluir capacitación a maestros y padres sobre manejo de conflictos y creación de ambientes saludables, intervenciones psicoeducativas para adolescentes que fortalezcan su resiliencia y habilidades para manejar el estrés, y mecanismos efectivos para la detección temprana de problemas emocionales. Un abordaje integral y colaborativo será fundamental para reducir la incidencia de trastornos de ansiedad en adolescentes y brindarles las herramientas necesarias para enfrentar los desafíos de esta etapa del desarrollo.

Santos et al. (2021), en su trabajo de investigación *Niveles de ansiedad-rasgo en estudiantes de la carrera de Odontología de la Universidad Central del Ecuador*, proponen utilizar una encuesta descriptiva de corte transversal utilizando una muestra de 293 estudiantes del séptimo al noveno semestre para examinar el grado de ansiedad rasgo entre los estudiantes de Odontología de la Universidad Central del Ecuador. Utilizando el Inventario de Ansiedad Rasgo Estado (IDARE) para recopilar datos, se encontró que el nivel medio de ansiedad rasgo fue más común (58,02 %), seguido del nivel alto (39,6 %). De la población femenina, el 42,38 % presentó ansiedad rasgo alta. La prueba de chi-cuadrado indicó una asociación estadísticamente significativa entre la edad y la ansiedad rasgo ($p < 0,05$). Los estudiantes menores de 23 años tenían más probabilidades de presentar niveles elevados de ansiedad característica; ocho de cada nueve personas de este grupo de edad se encontraban en esta categoría. Sin embargo, el nivel medio de ansiedad característica era más frecuente en las personas mayores de 23 años. No hubo indicios de que la ansiedad característica y el número

de semestres académicos completados fueran estadísticamente dependientes entre sí. No obstante, se observó que, durante los tres semestres analizados, el grupo con mayor prevalencia fue el de nivel medio. Se observó que los estudiantes de octavo semestre tenían mayor probabilidad de presentar niveles altos de ansiedad rasgo (43,1 %), lo que puede indicar el impacto de ciertas circunstancias relacionadas con esta etapa académica. En conclusión, la mayoría de los estudiantes tenían un nivel medio de ansiedad rasgo, mientras que las mujeres y los menores de 23 años tenían mayor probabilidad de presentar un nivel alto. A pesar de ciertas tendencias mostradas en los estudiantes de octavo semestre, no se encontró una asociación discernible entre el semestre estudiado y los niveles de ansiedad rasgo; sin embargo, la edad sí indicó una relación sustancial con ellos. Estos hallazgos resaltan la importancia de identificar y abordar los factores que contribuyen a la ansiedad en los contextos educativos, particularmente durante las etapas críticas del desarrollo académico.

2.1.2. A nivel nacional

Barreto y Castro (2023), en su estudio titulado *Ansiedad en estudiantes de universidades privadas de Lima Metropolitana*, tuvieron como propósito determinar el nivel de ansiedad en estudiantes de universidades privadas de Lima Metropolitana durante el año 2021. Se utilizó una metodología cuantitativa con enfoque descriptivo. La población estuvo conformada por jóvenes universitarios entre 18 y 30 años, pertenecientes a universidades privadas de Lima Metropolitana. Debido a su accesibilidad para la investigación, se incluyó en la muestra a 197 estudiantes (72 hombres y 125 mujeres), que se eligió mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Los hallazgos demostraron una alta prevalencia dentro del grupo en estudio, con un 64 % de los participantes que exhibieron niveles de ansiedad categorizados como clínicamente significativos (29 %) o intensos (35 %). La ansiedad ante los exámenes (64,5 %) y la inquietud o hipersensibilidad (59,5 %) estuvieron entre los síntomas más prevalentes, lo que indica una susceptibilidad significativa a estos marcadores de ansiedad en particular. De

manera similar, se demostró que los niveles de ansiedad reportados estaban altamente influenciados por elementos como las demandas académicas, el aislamiento social y el entorno de aprendizaje virtual. En resumen, se descubrió que la pandemia no solo aumentó la probabilidad de que las personas presentaran síntomas de ansiedad, sino que también empeoró los problemas preexistentes en los ámbitos académico y personal. Este alto nivel de ansiedad subraya la necesidad de implementar estrategias de intervención psicosocial y programas de apoyo emocional enfocados en los estudiantes universitarios. Además, se destaca la importancia de desarrollar iniciativas educativas que fomenten la salud mental, especialmente en periodos de alto estrés o transformaciones estructurales, como los provocados por la pandemia.

De la Torre (2023), en su trabajo de investigación titulada *Factores asociados al trastorno de ansiedad social en estudiantes de medicina de una universidad de Arequipa-2023*, busca establecer los factores asociados al trastorno de ansiedad social en estudiantes de medicina de una universidad de Arequipa en el año 2023. De octubre a marzo de 2023, se llevó a cabo un estudio observacional, prospectivo y de corte transversal en la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional de San Agustín. Se incluyeron estudiantes de primero, segundo y tercer grado que terminaron el año escolar 2022. En total fueron 307 estudiantes, pero solo se examinaron 226 cuestionarios debido a que 44 estudiantes se negaron a completar la encuesta y 37 estudiantes fueron descalificados por tener enfermedades mentales. De octubre a marzo de 2023, la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional de San Agustín empleó una técnica de estudio observacional, prospectiva y transversal. Se utilizó el Cuestionario de Inventario de Fobia Social (SPIN) para recolectar datos y evaluar el trastorno de ansiedad social. Se informaron las variables categóricas como valores absolutos y relativos. Se aplicó el test de chi cuadrado para establecer la correlación entre las variables. Los resultados mostraron que la mayoría de los participantes eran mujeres (52,2 %) y tenían entre 20 y 24 años (59,3 %). Se observó que el 30,1 % de los individuos sufría de TAS. Los estudiantes jóvenes menores de 24

años ($p=0,002$), las mujeres ($p=0,01$), las personas sin pareja romántica ($p=0,017$), las personas sin amigos ($p=0,00$), las personas con familias disfuncionales ($p=0,02$) y aquellos con bajo rendimiento académico ($p=0,01$) tenían mayores tasas de TAS. Se encontraron relaciones significativas entre la edad, el género, el tipo de familia, el número de amigos, el funcionamiento familiar y la percepción del éxito académico. Estos elementos tienen un impacto en la dinámica académica, social y personal de los estudiantes, lo que enfatiza la importancia de tenerlos en cuenta al crear planes de apoyo integrales. Fomentar un entorno familiar estable, una visión positiva del rendimiento académico y relaciones interpersonales sólidas puede mejorar el bienestar general y el rendimiento académico de los estudiantes.

Menacho (2023), en su trabajo de investigación titulado *Ansiedad estado-rasgo y rendimiento académico, en estudiantes de enfermería, UNASAM-Huaraz – 2022*, busca establecer una relación entre el rendimiento académico y los niveles de ansiedad estado-rasgo. El estudio se realizó mediante una metodología transversal-correlacional, cuantitativa y prospectiva. El estudiantado está integrado por 166 estudiantes. El instrumento fue el inventario STAI, la técnica la encuesta y para el manejo de los datos se utilizó el programa SPSS versión 26.0. Los resultados señalan que el 45,8 % de los estudiantes de 16 a 23 años presentó un grado medio de ansiedad estado, siendo el 47 % mujeres y el 47,6 % residentes de una zona urbana. No se encontró una relación estadísticamente significativa discernible entre el rendimiento académico y los niveles de ansiedad estado-rasgo. En cuanto a la ansiedad rasgo, fue media, con un 44,6 % de los encuestados entre 16 y 23 años; el 45,8 % de los encuestados eran mujeres y el 45,8 % de los encuestados vivían en un entorno urbano. Se encontró que las características relacionadas con la ansiedad y el rendimiento académico estaban correlacionadas negativamente. La conclusión indica que existe una asociación negativa entre el rendimiento académico de los estudiantes y la ansiedad rasgo-estado, lo que sugiere que los altos niveles de ansiedad pueden tener un impacto negativo importante en el rendimiento académico. Esta

relación enfatiza lo crucial que es abordar la salud mental en los entornos educativos mediante la implementación de programas de intervención temprana y técnicas de reducción del estrés. Fomentar entornos de aprendizaje que reduzcan el estrés y fomenten estrategias de afrontamiento también es esencial para mejorar el rendimiento académico y el bienestar emocional de los estudiantes.

Cordero (2022) en su trabajo de investigación titulado *Factores intrapersonales asociados al Trastorno de Ansiedad durante la pandemia Covid-19 en estudiantes de Escuela de Jesús, Lima 2022*, el objetivo principal del estudio fue determinar cómo las características intrapersonales comunes se asociaron con los trastornos de ansiedad en los estudiantes de la Escuela de Jesús, Lima 2022 durante el COVID-19. Con un diseño transversal, explicativo, no experimental, el estudio se realizó de manera descriptiva. La muestra estuvo conformada por 53 estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de la I.E.P. Escuela de Jesús. El instrumento y el método de encuesta fueron el Cuestionario STAI (Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo), validado por tres expertos. Según los hallazgos del estudio, el 67,9 % de las personas presentan ansiedad rasgo y el 71,7 % ansiedad estado. En cuanto a las metas particulares, se demostró que los niveles de ansiedad estado de los estudiantes son de un 28,3 % cuando están libres de ansiedad, un 26,4 % cuando están ligeramente ansiosos, un 20,8 % cuando están moderadamente ansiosos y un 24,5 % cuando están muy ansiosos. En contraste, se encontró que los niveles de ansiedad rasgo. En resumen, este estudio encontró que los estudiantes de la Escuela de Jesús de Lima en el año 2022 presentaron una alta frecuencia de variables de ansiedad intrapersonal.

Flores (2021), en su trabajo de investigación titulado *Factores asociados a trastorno de ansiedad en estudiantes de medicina humana de la UNP, que reciben clases virtuales durante el 2021*, el objetivo principal fue encontrar los factores asociados a los trastornos de ansiedad en los estudiantes de medicina de la UNP matriculados en cursos en línea durante el primer

semestre del año 2021. Se llevó a cabo un estudio transversal a los estudiantes de medicina matriculados en el primer semestre del año 2021 de la Universidad Nacional de Piura. Junto con otras características generales y prácticas no saludables, se midió la ansiedad mediante el test GAD-7. Se utilizó la herramienta Stata para realizar estadística descriptiva y bivariada. Los resultados mostraron que el 57,6 % de los 106 estudiantes de medicina eran varones, su edad media era de $21,5 \pm 3,8$ años, el 11,3 % estaban empleados, el 27,3 % tenía menos de un año de experiencia, tenían un promedio de $26,7 \pm 10,4$ horas de clase y $6,0 \pm 2,8$ cursos completados, el 5 % fumaba o había fumado en el pasado y el 18,9 % estaba clasificado como dependiente del alcohol. El 42,5 % de los alumnos presentó ansiedad leve, el 14,6 % ansiedad severa y el 7,6 % ansiedad intensa, según los datos sobre niveles de ansiedad. Las siguientes variables mostraron estar relacionadas con la ansiedad: más horas de estudio semanales, más horas de clase semanales y sexo femenino (PR: 1,24, IC 95 %: 1,08-2,17, $p = 0,041$) (PRc:1,19, IC95%:1,03-2,83, $p=0,033$) y dependencia del alcohol (Coeficiente: -0,06, IC95%: -0,24 - -0,01, $p=0,020$). En conclusión, el sexo femenino, el mayor número de horas dedicadas al estudio en línea y el alcoholismo son factores asociados a la ansiedad en estudiantes de medicina. Con énfasis en los alumnos que presentan estas particularidades, estos hallazgos resaltan la importancia de implementar medidas preventivas y de apoyo psicológico en el ámbito educativo. También es fundamental tener en cuenta medidas integrales que fomenten conductas saludables, disminuyan el estrés relacionado con el estudio y mejoren el bienestar emocional para disminuir los efectos perjudiciales de estos factores en su salud mental y su rendimiento académico.

2.1.3. A nivel local

Sapacayo (2023) en su investigación titulada *Sintomatología ansiosodepresiva y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes de la escuela profesional de enfermería, UNSAAC – 2022*, tuvo como objetivo establecer la relación entre la sintomatología

ansioso-depresiva y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería, UNSAAC, en el 2022. La metodología fue de alcance descriptivo, transversal del estudio realizado en un solo período de tiempo y correlacionado cuando se determinó la relación entre variables; en una muestra de 212 estudiantes se utilizó el cuestionario de síntomas de ansiedad-depresión, el cual fue validado mediante evaluación presencial. Los resultados fueron que, en total, el 91 % son estudiantes de sexo femenino, el 75.47 % pertenece al grupo etario de 17-22 años y, finalmente, el 23.12 % pertenece al 1er semestre; en la dimensión cognitiva, el 70.75 % presenta dificultad para concentrarse; en la dimensión conductual, el 69.34 % presenta dificultades para tomar decisiones; en la dimensión social, el 68.87 % prefiere pasar el tiempo solo y, finalmente, en la dimensión física, la indigestión es de un 57.55 %; al igual que los síntomas depresivos, el bajo estado de ánimo aparece en la dimensión afectiva con un 74.53 %, seguido de la dificultad para conciliar el sueño con un 67.93 % en la dimensión somática. El 64.15 % tiene éxito académico regular de calidad. En conclusión, existe una relación significativa entre los síntomas ansioso-depresivos y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de Enfermería. En cuanto a la sintomatología ansiosa, la mayoría de los estudiantes de la escuela profesional de Enfermería presentan dificultad para concentrarse, irritabilidad y dificultad para la toma de decisiones en las dimensiones cognitiva, conductual y psicológica, respectivamente. Con respecto a la sintomatología depresiva, los síntomas con un alto porcentaje se dieron en la dimensión afectiva, donde los estudiantes presentaron ánimo disminuido, tristeza y sentimientos de inutilidad; en cuanto a la dimensión somática, el insomnio es el síntoma resaltante.

Camarena (2019) en su trabajo de investigación titulado *Ansiedad rasgo-estado en estudiantes del centro pre universitario de consolidación del perfil del ingresante de la universidad andina del cusco, 2019*, para optar el título profesional de psicóloga. El propósito principal fue entender la manifestación de la ansiedad rasgo-estatal en alumnos del Centro Pre

Universitario de Consolidación del Perfil del Ingresante de la Universidad Andina del Cusco. Se utilizó el método conocido como Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE), llevado a cabo en un grupo de 297 alumnos. La metodología de estudio es de tipo no experimental-transversal con un enfoque descriptivo. Los resultados en relación con la variable Ansiedad Rasgo indican que, de los 297 estudiantes encuestados, el 76,4 % exhibe un nivel elevado de Ansiedad Estado, mientras que el 23,6 % exhibe un nivel intermedio, y hay un porcentaje nulo para el nivel bajo. En otras palabras, la ansiedad rasgo se manifiesta en gran medida en los alumnos, dado que no se refleja directamente en su comportamiento, sino que se refiere a la regularidad con la que un estudiante experimenta incrementos en su nivel de ansiedad, y estos perciben un rango más amplio de circunstancias amenazantes. Concluyendo que, de manera general, se demostró que los niveles de ansiedad rasgo en alumnos del Centro preuniversitario de consolidación del perfil del ingresante de la Universidad Andina del Cusco, en su mayoría, se situaron en niveles elevados, hallando un resultado parecido para la evaluación de la ansiedad estado.

Amesquita y Palomino (2020), en su trabajo de investigación titulado *Niveles de ansiedad ante exámenes en estudiantes de las diferentes Facultades de una Universidad privada de la ciudad del Cusco, 2020*, para obtener la designación de psicólogo, el objetivo principal de este estudio fue caracterizar los niveles de ansiedad de 14.050 estudiantes de varias facultades de una institución privada del Cusco antes de los exámenes. Utilizando una fórmula para poblaciones finitas, se decidió que 1.575 estudiantes de ambos sexos de varias escuelas y facultades profesionales conformarían la muestra. Utilizando como herramienta el Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes CAEX, se empleó el método de encuesta para la recogida de datos para el estudio descriptivo-comparativo. Tras el análisis de los datos, se observaron distintos grados de ansiedad ante los exámenes en cada facultad universitaria en proporción al objetivo general. Estos niveles también variaron en función del género, aunque no se observaron

diferencias en función de la escuela profesional, con la excepción de dos escuelas de la Facultad de Ciencias y Humanidades que mostraron distintos niveles de ansiedad.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. *La ansiedad*

La expectativa de una amenaza futura que resulta de la observación de numerosos estímulos potencialmente peligrosos se conoce como ansiedad. Este estado se caracteriza por agitación, preocupación, hipervigilancia y ansiedad. Dado que fomenta la supervivencia al obligar al individuo a evitar circunstancias y lugares potencialmente peligrosos, se considera un hábito adaptativo desde un punto de vista evolutivo. Pero cuando este comportamiento se repite como una reacción incontrolable, fuerte y anticipatoria a una posible amenaza, real o imaginaria, la ansiedad puede convertirse en una enfermedad mental. Además, la respuesta es incontrolable y persistente en las personas con trastornos de ansiedad (TA), lo que reduce su calidad de vida (Verdugo et al., 2024).

2.2.2. *Trastornos de ansiedad*

Según Chacón et al. (2021), los trastornos de ansiedad (TA) son enfermedades mentales prevalentes que contribuyen significativamente a la carga social y económica y con frecuencia resultan en dolor e incapacidad. Según datos publicados por la Organización Mundial de la Salud (OMS), las mujeres tienen más probabilidades de padecerlos (7,7 %) que los hombres (3,6 %). La ansiedad es la respuesta emocional típica de una persona a circunstancias potencialmente peligrosas. Sin embargo, estas reacciones deben evaluarse para determinar si indican ansiedad patológica cuando se vuelven frecuentes e inquietantes. Las preocupaciones y los temores excesivos a lo largo de la vida son características de los trastornos de ansiedad (TA); estos sentimientos surgen en circunstancias que en realidad no suponen una amenaza para el paciente. Presentan una etiología complicada, con tensiones derivadas de acontecimientos vitales y un componente genético identificado. Los médicos y psiquiatras utilizan los criterios

clínicos desarrollados por el Manual estadístico internacional de enfermedades y problemas relacionados con la salud (ICD) y el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM) para llevar a cabo diagnósticos.

En ese sentido, la OMS (2023), al igual que otros problemas de salud mental, los trastornos de ansiedad son causados por una compleja interacción de variables biológicas, psicológicas y sociales. Los trastornos de ansiedad pueden afectar a cualquier persona, aunque son más comunes en quienes han sufrido abusos, una pérdida importante u otros eventos negativos.

Debido a su estrecha relación, los trastornos de ansiedad se ven afectados por la salud física. Numerosos síntomas de ansiedad, como la tensión muscular, la hiperactividad del sistema neurológico o el consumo excesivo de alcohol, también son factores de riesgo reconocidos para ciertas enfermedades, como las cardíacas. Como resultado de las dificultades que tienen para controlar sus afecciones, los pacientes con enfermedades crónicas también pueden experimentar problemas de ansiedad.

En ese sentido, Macías (2019) sugiere que los trastornos de ansiedad son un problema de salud pública en desarrollo que necesita ser abordado por profesionales con la formación necesaria. Como resultado, el DSM-V clasifica 11 trastornos de ansiedad (TA), todos los cuales comparten ciertos rasgos clínicos, incluidos el miedo y la preocupación. En muchos países, la prevalencia general de estas enfermedades varía entre el 4 % y el 24 %.

a) Fisiológico

Según Expósito et al. (2023), la ansiedad es la reacción normal del cuerpo ante circunstancias estresantes o aterradoras. Es un proceso fisiológico que prepara al cuerpo para enfrentar o escapar. Entre otras cosas, los trastornos de ansiedad se caracterizan por emociones persistentes de preocupación, miedo y tensión excesiva que perjudican gravemente la vida cotidiana y la salud emocional de las personas que los padecen. Entre los mecanismos que se

ponen en marcha se encuentran la tensión muscular, el aumento de la presión arterial y la frecuencia cardíaca, la alteración de los patrones respiratorios y el aumento del azúcar en sangre.

El riesgo de desarrollar trastornos de ansiedad aumenta por una serie de factores, entre ellos la genética, las experiencias traumáticas, los problemas laborales o familiares, las dificultades económicas, las transiciones vitales y determinados estilos de vida o hábitos, como el consumo excesivo de café o el ejercicio irregular, que en ocasiones pueden ir acompañados de factores cognitivos o de personalidad, como el perfeccionismo y la baja autoestima, para aumentar la probabilidad de desarrollar ansiedades desadaptativas. La prevalencia de los trastornos de ansiedad ha aumentado significativamente en todo el mundo en los últimos años, coincidiendo con el inicio de la pandemia (Expósito et al., 2023).

En ese sentido, Jiménez et al. (2024) explican que los factores genéticos son responsables de un tercio de la probabilidad de desarrollar un trastorno de ansiedad generalizada. Tanto la depresión grave como el rasgo de personalidad conocido como neuroticismo son hereditarios, al igual que el TAG. Se ha observado que las vías de ansiedad y depresión están conectadas con el polimorfismo de la región promotora del gen transportador de serotonina. Los pacientes con TAG pueden ser más vulnerables si tienen el genotipo SS (corto/corto). Los estudios sobre las interacciones genético-ambientales han enfatizado la importancia de los eventos vitales estresantes recientes y los traumas tempranos, así como su interacción con los marcadores genéticos en el desarrollo del TAG, al parecer interviniendo en el desarrollo del rasgo de ansiedad y la sensibilidad a la ansiedad. Se han encontrado alteraciones de otros neurotransmisores y biomarcadores como norepinefrina y el ácido gamma aminobutírico (GABA) en pacientes con TAG.

b) Motor

Según Morales e Ignacio (2024), de acuerdo con la Norma Oficial Mexicana, el trastorno de ansiedad es un síntoma que altera el estado mental y se considera que pone en peligro la vida del paciente y de los demás. Algunos de los síntomas son pensamientos suicidas, ideación homicida, manía, agitación psicomotora en la conducta y aumento de síntomas depresivos y psicóticos.

En ese sentido, Gutiérrez (2022) hace alusión a que cuando estos trastornos no se diagnostican adecuadamente y no se les hace un seguimiento adecuado, pueden provocar que la persona presente una secuencia de conductas, como la evitación excesiva o extrema o la huida, que ofrece protección frente a estos peligros. Por ejemplo, evitar el contacto social o salir de casa. La calidad de vida del paciente se ve considerablemente reducida por este tipo de conductas. Los trastornos de ansiedad pueden manifestarse como respuestas motoras (las conductas que exhibimos), como comer o beber en exceso, evitar situaciones, fumar y realizar movimientos repetitivos (manos, pies, rasguños, etc.).

En ese contexto, Jiménez (2024) nos indica que uno de los componentes clínicos de síntomas está en relación con la actividad motora, lo que conlleva la incapacidad de relajarse, tensión muscular, temblor, aumento del parpadeo, movimiento tembloroso.

c) Cognitivo

Según Morales e Ignacio (2024), para la Norma Oficial Mexicana, el trastorno de ansiedad es un síntoma que altera el estado mental y se considera que pone en peligro la vida del paciente y de los demás. Los pensamientos suicidas, la ideación homicida, la manía, la agitación psicomotora en la conducta y el aumento de los síntomas depresivos y psicóticos son algunos de los síntomas. La terapia cognitivo-conductual es una de las terapias sugeridas. Para tratar la enfermedad, es beneficioso realizarla con frecuencia. Imparte una nueva forma de pensar y actuar. Ayuda a modificar las respuestas provocadas por la preocupación y el terror.

El control de las ansiedades es otro de los pilares del tratamiento de exposición, que permite al paciente lograr cosas que ha estado evitando durante un tiempo.

De igual modo, Kolb y Whishaw (2017, como se citó en Ochoa, 2024), señalan que los trastornos de ansiedad afectan de manera significativa a los procesos de atención y memoria, alterando principalmente la neurobiología de dichos procesos. Entre las evidencias científicas, se pueden resaltar las siguientes. Por un lado, la amígdala comienza a trabajar más rápidamente en los trastornos de ansiedad, lo que provoca reacciones exageradas y el conocido "secuestro de la amígdala", en el que la amígdala toma el control del cerebro y provoca un comportamiento impulsivo y primario. Por otro lado, la corteza prefrontal, que se encarga principalmente de controlar y gestionar las emociones para que podamos responder adecuadamente a nuestro entorno, funciona de forma significativamente deficiente en los trastornos de ansiedad. Finalmente, los altos niveles de estrés son un sello distintivo de los trastornos de ansiedad. La exposición regular a altos niveles de estrés hace que el hipocampo se atrofie y altere su funcionamiento, lo que tiene consecuencias graves.

En ese sentido, Jiménez (2024) indica que uno de los componentes clínicos de síntomas está en relación con la actividad cognitiva, lo que conlleva a las preocupaciones y temores internos, dificultad en la relación con los otros y con el medio, “pienso mucho, no me concentro, me falla la memoria”.

2.2.3. *Ansiedad estado-rasgo*

La ansiedad Estado (A/E) está conceptualizada como un estado o condición emocional transitoria del organismo humano, mientras la ansiedad Rasgo (A/R) señala una relativamente estable propensión ansiosa por la que difieren los sujetos en su tendencia a percibir las situaciones como amenazadoras y a elevar, consecuentemente, su ansiedad Estado (A/E) (Spielberger et al., 2023).

Spielberger (1972) considera que para definir la ansiedad de forma adecuada hay que tener en cuenta la diferenciación entre la ansiedad como estado emocional y la ansiedad como rasgo de personalidad, y por ello propuso la Teoría de Ansiedad Estado-Rasgo (Heath, 1961). La ansiedad-estado, según Spielberger (1972), se trata de un estado emocional instantáneo y modificable en el tiempo, caracterizado por un conjunto específico de sentimientos relacionados con la tensión, la ansiedad y el nerviosismo, así como por pensamientos y preocupaciones preocupantes y cambios físicos. Por el contrario, la ansiedad rasgo describe variaciones individuales relativamente constantes de la ansiedad que son causadas por un temperamento, una inclinación o una característica. La ansiedad rasgo debe deducirse de la frecuencia con la que aumenta el estado de ansiedad de un individuo, a diferencia de la ansiedad estado, que se manifiesta directamente en la conducta. De esta manera, los individuos que presentan niveles elevados de ansiedad rasgo tienen más probabilidades de experimentar ansiedad estado con mayor frecuencia o intensidad y de percibir una variedad más amplia de acontecimientos como amenazantes. Dado que los niveles elevados de ansiedad estatal se consideran extremadamente molestos, la persona buscará mecanismos de afrontamiento para manejar la circunstancia potencialmente peligrosa si no puede escapar del estrés que genera. La persona puede poner en marcha un mecanismo de protección para reducir el estado emocional perturbador si se ve invadida por la ansiedad estatal. El proceso psicofisiológico se ve afectado por los mecanismos de defensa de una manera que altera o distorsiona la forma en que se ve o evalúa la situación. De esta forma y en la medida en que los mecanismos de defensa tengan éxito, las circunstancias se verán cómo menos amenazantes y se producirá una reducción del estado de ansiedad. Asimismo, y de forma general, los sujetos con altos valores de ansiedad-rasgo perciben las situaciones y contextos evaluativos como más amenazantes que aquellos otros que presentan menores niveles de ansiedad-rasgo (Wadey & Hanton, 2008).

Según Ries et al. (2012) la ansiedad estado puede variar de una persona a otra (la característica de ansiedad puede diferir en el mismo escenario) y dentro de un mismo individuo (la misma persona puede experimentar ansiedad en una situación, pero no en otra), lo que puede explicarse por la interacción entre las dos formas de ansiedad. Se debe suponer que la ansiedad rasgo cambia poco de forma individual y que, como resultado de su influencia, las variaciones individuales en la ansiedad estado deberían permanecer relativamente constantes. Finalmente, Hackfort y Schwenkmezger (1990) postulan que, en caso de ansiedad-rasgo elevada, se produce un más rápido aumento de la ansiedad-estado.

La Ansiedad Rasgo (A-Rasgo) y Ansiedad Estado (A-Estado), se diferencian tanto en lo conceptual como operacionalmente. La A-Rasgo se considera como una tendencia personal de reacción ansiosa al responder ante situaciones interpretadas como amenazantes. En cambio, la A-Estado es un estado emocional pasajero que puede variar en intensidad y duración, se caracteriza por una activación inmediata y corporal, así como por la percepción de tensión subjetiva (Samaniego & Buenahora, 2016).

a) Sentimientos subjetivos de tensión

Según Sierra et al. (2003) existe una alta variabilidad interindividual en la reacción porque una persona puede exhibir una reacción muy intensa en la categoría subjetiva, una categoría fisiológica moderada o incluso una categoría motora leve, mientras que otra persona puede exhibir lo opuesto. Por eso, a finales de los años sesenta, se empieza a concebir la ansiedad como un término referido a un patrón de conducta caracterizado por sentimientos subjetivos de tensión, cogniciones y activación fisiológica. En ese sentido, los estímulos pueden ser interpretados cognitivamente como potencialmente, subjetivos, de tensión, aprensión y nerviosismo, acompañados de activación del SNA y endocrino. Al elevarse el estado de ansiedad, se producen operaciones cognitivas y conductuales que tienden a disminuir el nivel de ansiedad-estado, y que pueden ser tres tipos: Reinterpretación del estímulo, evitación de la

situación, emisión de conductas y/o mecanismos de defensa que tiendan a reducir la ansiedad-estado (Ansorena et al., 1983).

La ansiedad es una emoción negativa caracterizada por sentimientos subjetivos desagradables de tensión, temor, inseguridad, etcétera, así como alta activación fisiológica e inquietud motora. Las respuestas de ansiedad más frecuentes a nivel subjetivo son: preocupación, temor, miedo, inseguridad, dificultades para tomar decisiones, falta de concentración, preocupación por la pérdida de control, pensamientos negativos sobre uno mismo y sobre su actuación ante los demás, etc. Las manifestaciones fisiológicas incluyen palpitaciones, sudoración, temblor muscular, dificultades para tragar o respirar, molestias gástricas, tensión muscular, etc. (Cano, 1997).

b) Sentimientos subjetivos de aprehensión

En este ámbito refiere sentir ansiedad ante los exámenes, y en el momento de su realización experimentar “un bloqueo” que le impide una realización exitosa de los mismos. Cuando se encuentra realizando ejercicios de esta materia en casa no manifiesta estas dificultades, pues no se manifiesta el temor a un rendimiento insuficiente (Pineda et al., 2018). Es una combinación compleja de un estado cognitivo orientado al futuro, afecto negativo y activación autónoma (Chua et al., 1999). La anticipación de un evento no deseado puede generar mayor ansiedad, miedo o depresión, en particular si los hombres no ven o no encuentran opciones para ganar algún sentido de control (Borsellino & Young, 2011). Esta anticipación es la más común de la ansiedad; es una forma de ansiedad-señal; es inconsciente y sirve para movilizar los recursos del ego a fin de prevenir y evitar el peligro. El peligro puede provenir de fuentes internas (conflictos intrapsíquicos) o de fuentes externas (medio ambiente). En el caso de provenir de fuentes externas conocidas o no conflictivas se denomina temor (Centro Medico Valle del Lili, 1997).

c) Hiperactividad del sistema nervioso autónomo

Existen tres vías principales a través de las cuales el sistema nervioso acondiciona al organismo para responder a las situaciones o factores del medio ambiente que influyen sobre el mismo. La primera vía es de carácter netamente neural, mediada por el sistema nervioso autónomo y permite disponer un comportamiento específico del organismo en pocos segundos. Estas respuestas, sin embargo, son de corta duración y cuando debe prolongarse su acción, una segunda vía está disponible por la estimulación simpato-adrenal, la cual produce una descarga principalmente de adrenalina al torrente circulatorio y posibilita mantener un tipo de respuesta que puede calificarse de duración intermedia. Cuando la duración de la respuesta requiere una duración más prolongada (días, meses, años), el sistema nervioso emplea una tercera vía, que a través de la influencia hipotálamohipofisaria moviliza un gran número de hormonas, entre ellas las de la corteza suprarrenal, del tiroides, del páncreas, de las paratiroides, etc. (Estévez, 2007). En ese sentido, la ansiedad causa hiperactividad del sistema nervioso autónomo (Sensación de ahogo, sudoración excesiva, palpitaciones y síntomas gastrointestinales) y vigilancia cognoscitiva (Irritabilidad y sobresaltos frecuentes). Estos síntomas interfieren con la vida de las personas (Centro Medico Valle del Lili, 1997).

2.2.4. Rendimiento académico

Es obvio que hay variaciones significativas en el rendimiento académico entre individuos, lo cual cobra una importancia especial al considerar que la educación, más allá de ser un valor en sí misma, está estrechamente ligada al acceso equitativo a oportunidades sociales (Martínez-Otero, 1997)

Gutiérrez et al. (2021) define como el valor atribuido a los resultados de aprendizaje de los estudiantes universitarios en un área temática determinada comparado con el nivel de conocimientos esperado en sus pares. Es considerado también como un indicador de la calidad de la enseñanza universitaria y su medida agrupa factores pedagógicos, institucionales, sociodemográficos y psicosociales.

En sentido, Armenta et al. (2020) indica que, en los últimos años, con las nuevas exigencias académicas, laborales, sociales y profesionales, los estudiantes universitarios se han enfrentado a una serie de retos que les demandan mayor cantidad de tiempo, esfuerzo y dedicación en estos tiempos competitivos. Quienes inician sus estudios universitarios, deben saber que implica una responsabilidad de alto peso, pues aunado al rendimiento académico, están las metas y objetivos que se establezcan, además del cumplimiento responsable en cada una de sus asignaturas.

En ese contexto, según Barrón y Armenta (2021) el estrés académico es provocado en el ámbito educativo. Cuando a un estudiante tiene actividades excesivas y que sobrepasan sus recursos, o sus capacidades, es cuando nace el estrés académico, afectando sus pensamientos, por lo que lleva a un aprendizaje limitado, actitudes negativas que le provocan al alumno disminución en sus esfuerzos y productividad. Esto se presenta en mayor medida cuando el docente lleva un alto nivel de exigencia con el alumno, y éste ya se encuentra saturado de trabajo. Si, además, se le agrega el factor motivacional nulo, puede generar frustración, bajo aprendizaje, baja calidad de sus trabajos académicos, y, por ende, bajo rendimiento escolar.

a) Rendimiento Intelectual

Según Habib et al. (2024), la inteligencia desde la perspectiva psicológica, como muchos otros conceptos, no tiene una definición única; sin embargo, los autores Molero et al. (1998) concuerdan en que es posible caracterizar y cuantificar las habilidades intelectuales de las personas en factores o rasgos, que caracterizan a cada individuo de manera diferente, dando como resultado el rendimiento intelectual.

En ese sentido, Zamudio et al. (2023) señala que la ciencia ha mostrado que también existen diversos factores que intervienen en la inteligencia, divididos en dos grandes rubros principalmente, Por un lado, resalta la herencia genética, donde estudios como los de Plomin (1999), concluyeron que el impacto de la herencia en la inteligencia aumenta con el

desarrollo (en lugar de disminuir) e incluso postularon que los elementos ambientales están mediados por la genética, en tanto que los individuos reaccionan y experimentan el mundo de acuerdo a su propia composición. Por otro lado, está la importancia de crecer en ambientes enriquecidos y estimulantes, ya que se ha demostrado que esto mejora el desarrollo cerebral y por tanto la inteligencia, al impactaren el crecimiento neuronal y la generación de conexiones sinápticas, lo que resalta la importancia de los ambientes educativos enriquecidos para el desarrollo de la inteligencia.

En ese contexto la ansiedad impacta negativamente en la inteligencia. Las personas ansiosas pueden tener problemas para recordar información reciente o para manipular datos en su mente, lo que es crucial para el aprendizaje y la resolución de problemas. Este deterioro en la memoria puede manifestarse como olvidos frecuentes o dificultad para retener nueva información.

b) Personalidades

Acevedo et al. (2020, como se citó en Armas et al., 2023), indica que en cuanto a los rasgos de la personalidad, como factor relacionado con el rendimiento académico, se entiende, que son la suma total de patrones conductuales y potenciales del organismo, determinados por la herencia y por el medio social; se originan y desarrollan a través de la interacción funcional de los cuatro sectores principales dentro de los cuales están organizados estos patrones de conducta: cognoscitivo-inteligencia, conativo-carácter, afectivo-temperamento y somático-constitución física.

Según Jiménez et al. (2024), los desencadenantes para sentir ansiedad pueden ser la interpretación de que no hay exactitud en lo que uno predice respecto de un escenario que puede presentarse, la incertidumbre, la amenaza de un futuro peligro o el conflicto entre motivaciones de intensidad similares. La ansiedad es útil porque nos permite prepararnos, diseñando el plan necesario para resolver exitosamente la situación ansiogénica (la ansiedad por los exámenes a

final de semestre permite postergar otras actividades y estudiar). Pero, en la ansiedad patológica hay generalmente una vivencia subjetiva de que lo que a uno le pasa no está bien: la ansiedad puede que sea desproporcionada a los estímulos desencadenantes (demasiado intensa o prolongada), no es autolimitada o es desadaptativa; es decir, no permite crear estrategias para enfrentar las situaciones ansiogénicas. Cuando una persona está ansiosa patológicamente tiende a percibir que el problema es la ansiedad que está experimentando, más que el problema (real o imaginario) que puede estar generando el estado ansioso, a diferencia de como ocurre en una persona que está experimentando ansiedad normal.

c) Hábitos de estudio

Según Vargas (2022, como se citó en Pallo et al., 2024) la educación es fundamental para la formación y fortalecimiento de hábitos de estudio efectivo en el rendimiento académico. A través de programas educativos estructurados y estrategias pedagógicas específicas, se fomenta la adquisición y aplicación de técnicas de estudio. La enseñanza de habilidades de organización, gestión del tiempo y métodos de aprendizaje contribuye a equipar a los estudiantes con herramientas que impactan positivamente en su desempeño académico. Asimismo, enfatiza la importancia de hábitos de estudio desde etapas tempranas para que así demuestren el compromiso de realizar actividades educativas de manera eficiente, por ende, cultivar destrezas que impulsan un aprendizaje práctico y sostenible. Además, los hábitos de estudio tienen efectos orgánicos y psicológicos positivos en los estudiantes. A nivel orgánico contribuyen en ahorrar esfuerzos y aumentar la productividad al realizar las tareas más rápido con menos fatiga. Por otro lado, a nivel psicológico la repetición de acciones complementa el conocimiento y la mejora del desempeño académico a su vez generar confianza y seguridad lo que conduce a mantener una buena disciplina y salud.

En ese contexto, Pallo et al. (2023) también indican que la educación es fundamental para la formación y fortalecimiento de hábitos de estudio efectivo en el rendimiento académico.

A través de programas educativos estructurados y estrategias pedagógicas específicas, se fomenta la adquisición y aplicación de técnicas de estudio. Aquí, los hábitos de estudio y el rendimiento académico tienen el propósito de dar a conocer que la práctica cotidiana de los mismos con lleva al éxito educativo, mucho más que el grado de inteligencia o de memoria.

En ese sentido, Soto y Rocha (2020) señalan que resulta trascendental que el estudiante universitario conozca que existen diferentes métodos y técnicas de estudio, los analice y pueda incorporarlos a sus hábitos. Actualmente una de las limitaciones del futuro profesional es el desconocimiento de modalidades para aprender y comprender con repercusiones en el rendimiento académico.

d) Intereses profesionales

Según Paz y Rodríguez (2023) la elección de una carrera profesional es una decisión trascendente; no obstante, el éxito en la universidad depende de factores como la educación previa, la carrera elegida, la familia, el contexto socio-económico, así como las habilidades, intereses y aptitudes. La elección de una carrera profesional es una decisión de vital trascendencia para quienes desean cursar estudios superiores, pues de ello depende en gran medida el tipo de aprendizajes y las herramientas específicas que han de obtener en su trayectoria universitaria que los prepararán para la vida laboral, escoger una carrera es un proceso importante, ya que una buena elección satisface los intereses personales y proporciona salud mental y bienestar a las personas. No obstante, el éxito de los estudiantes en la universidad no es algo fortuito: diferentes factores como su educación previa, la carrera elegida, la familia, el contexto socioeconómico, el sistema de creencias y valores personales, así como sus habilidades, intereses y aptitudes juegan un papel importante a la hora de medir sus logros o rendimiento.

En ese sentido, Condori (2023) indica que la orientación profesional implica un proceso sistemático, ordenado, coherente al elegir las pruebas para obtener resultados objetivos. La

información es fundamental para el equipo de asesores, que deben demostrar certeza y responsabilidad, que implica comprometerse desde el inicio hasta el final, para realizar un trabajo efectivo con los estudiantes de una Unidad Educativa y con la finalidad de mantener la confiabilidad como profesionales. El proceso estricto que se debe seguir para la orientación profesional, involucra cumplir el cronograma en los tiempos establecidos, contar con los instrumentos que permitan la revisión de los protocolos, la concentración suficiente por parte de la persona quien evalúa, principalmente en el cuestionario del HSPQ (Cuestionario de personalidad para adolescentes), por su complejidad en la revisión y los cambios de los puntajes brutos en decatipos (puntajes obtenidos) establecidos para mujeres y varones.

e) Ambiente escolar

Según Muñoz (2023), el ambiente escolar es un escenario social que se localiza hoy en el centro de la discusión pedagógica. Partiendo de la premisa que todo lo que envuelve al estudiante enseña o trasmite conocimiento. Ahora bien, cuando se habla de ambiente en el contexto educativo comprende todo lo que se disponible para que se desarrolle aprendizaje teniendo en cuenta los aspectos físicos, emocionales y psicológicos.

Por consiguiente, los beneficios derivados de contar con un clima escolar positivo y su efecto en el rendimiento académico estudiantil permiten reducir las brechas de logro educativo, propiciadas por factores de índole económico y social; así como sus efectos negativos en casos en que el ambiente de aula sea desfavorable, lo que repercute, sobre todo, en las poblaciones más vulnerables (Zamora et al., 2024).

En ese sentido, Ramos, Martínez y Moreno (2020) indica que, sin embargo, en el ejercicio académico el ambiente deja entrever problemáticas en los estudiantes que es necesario investigar, además, porque están generando situaciones que requieren atención prioritaria, entre ellas, el desempeño escolar, la permanencia, los problemas de salud mental, la ansiedad, la depresión, las dificultades para el aprendizaje, obteniendo de esto la desvinculación del sistema

educativo por parte de los estudiantes y, aún más alarmante, poco se está gestionando y desarrollando para resolver estos eventos escolares. Es importante para las instituciones educativas conocer las percepciones que expresan los estudiantes sobre las experiencias individuales, el sentir, las creencias y, en síntesis, las percepciones, acerca de los ambientes escolares y ambientes de aula de los diferentes centros que son objeto de indagación.

f) Ambiente familiar

Según Martínez et al. (2020), la familia es el primer pilar de formación de las personas, por lo cual es considerada como la principal institución y base de las sociedades humanas; este núcleo social tiene el objetivo primario de guiar a sus integrantes para enfrentarse al entorno en el que se desenvolverán, cada uno posee sus propias características, por ende, se ve inmersa dentro de distintos factores que pueden beneficiar o afectar el desarrollo de estas. De ahí la gran importancia de que los infantes se desenvuelvan en contextos familiares agradables para un óptimo desarrollo, porque es aquí donde se adquieren las primeras pautas de comportamiento, valores, ideales, y se forman características propias influidas en mayor parte de este entorno. El otro contexto cercano en el que se desarrolla el niño es la escuela; algunos autores aluden que uno influye en el otro y viceversa. Por tanto, se procura mantener un trabajo en conjunto con el fin de lograr un mayor éxito en el progreso del alumno

En ese sentido, al hablar de clima familiar, es fundamental mencionar Pérez et al. (2022), citando a Moos et al. (1993), quien propone la teoría del clima social, concebida como la realidad de la familia, de acuerdo con tres dimensiones fundamentales. A saber: La dimensión de relaciones familiares, cuyos elementos son cohesión, expresividad y conflicto; la dimensión de desarrollo, cuyos elementos son autonomía, actuación, intelectual cultural, social - recreativo, moral - religioso; y, finalmente, la dimensión de estabilidad, definida por los elementos de organización y control.

2.3. Definición de términos

Trastorno: La noción de “trastorno”, íntimamente ligada a las condiciones sociohistóricas de posibilidad en cierta formación discursiva y que permite incluir estados físicos y mentales diversos relacionados a entornos culturales donde adquieren sentido y se les confieren símbolos y significados diversos. El concepto de “trastorno” pretende ser poroso, flexible, abierto y articulado a la preconfiguración, configuración y reconfiguración de la historia inacaba del sujeto, en estrecha relación con su identidad narrativa, su condición y su contexto. Nociones como desadaptación, discapacidad, anormalidad, alteración, disparidad, estigma, pauperización, deslocalización, incompetencia –motora, psicológica, lingüística y social–, entre otras, forman parte de este campo discursivo relacionado con las maneras de estar en el cuerpo. Su expresión en interacciones performativas confiere una variedad de interpretaciones polisémicas que posicionan a los sujetos en entramados sociales y culturales que los potencian o los limitan al pensar, sentir y actuar en su mundo de vida (Hamui, 2019).

Ansiedad: La ansiedad es la más común y universal de las emociones, es una sensación o un estado emocional normal ante determinadas situaciones y que constituye una respuesta habitual a diferentes situaciones cotidianas estresantes. Tan solo cuando sobrepasa cierta intensidad o supera la capacidad adaptativa de la persona, es cuando la ansiedad se convierte en patológica y provoca malestar significativo con síntomas que afectan tanto al plano físico, como al psicológico y conductual. Los trastornos de ansiedad son más frecuentes que cualquier otro tipo de alteración psiquiátrica (Fernández et al., 2012).

Emociones: La emoción suele comprenderse como una manifestación fisiológica, afectiva y cognitiva muy intensa ante un estímulo interno o externo, que puede representarse - y significarse- como placentero o displacentero para el sujeto. Son concebidas como un fenómeno multidimensional que todos los seres vivos experimentan y se vincula con diferentes sistemas de respuesta: cognitivo, afectivo, conductual y fisiológico (Andrade, 2021).

Habilidades: La formación y desarrollo de habilidades son consideradas por muchos pedagogos como el contenido que contribuye con el saber hacer en el aprendizaje desarrollador, sin embargo, el tránsito de los estudiantes por los diferentes niveles educativos revela que existen dificultades en este aspecto. Para que el docente pueda desde su trabajo diario en el aula dar seguimiento a estas dificultades es necesario que conozca cuáles son aquellas características esenciales que permiten la identificación de este concepto, para posteriormente poder operar con él, es decir, debe dominar la definición del concepto, aspecto que resulta algo difícil teniendo en cuenta la variedad de definiciones que actualmente aparecen en la literatura especializada en estos temas (Oviedo , 2021)

Estabilidad: La estabilidad emocional se trata y es precisamente uno de los rasgos de personalidad que hace referencia a mantenerse en calma, tranquilo y que determina y explica la forma en la que la persona afronta y enfrenta sin problemas, sin bloqueos y de una forma más o menos satisfactoria y equilibrada las situaciones complicadas de la vida. Las personas estables emocionalmente hablando se muestran tranquilas, calmadas, sosegadas, no pierden los estribos, la paciencia, ni los nervios con facilidad, se relacionan y se presentan ante los demás como personas moderadas. El control es una de sus constantes en su día a día. En el lado opuesto de este factor encontraríamos la inestabilidad emocional, rasgo del que ya os hemos hablado con anterioridad también en nuestro blog, puedes profundizar sobre ello en el artículo llamado con el mismo nombre Inestabilidad Emocional (Castro, 2023).

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Planteamiento de Hipótesis

3.1.1. *Hipótesis general*

Ha: Existe una relación entre la ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades en una privada del Cusco, 2024

Ho: No existe una relación entre la ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades en una privada del Cusco, 2024

3.1.2. *Hipótesis específicas*

Hipótesis específica 1

- Ha: Existe una relación significativa entre la tensión con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades en una privada del Cusco, 2024
- Ho: No existe una relación significativa entre la de tensión con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades en una privada del Cusco, 2024

Hipótesis específica 2

- Ha: Existe una relación significativa entre la aprensión con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades en una privada del Cusco, 2024
- Ho: No existe una relación significativa entre la aprensión con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades en una privada del Cusco, 2024

Hipótesis específica 3

- Ha: Existe una relación significativa entre la hiperactividad con el rendimiento académico estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades en una privada del Cusco, 2024
- Ho: No existe una relación significativa entre la hiperactividad con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades en una privada del Cusco, 2024

Hipótesis específica 4

- Ha: Existe una relación significativa entre los motivos con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades en una privada del Cusco, 2024
- Ho: No existe una relación significativa entre los motivos con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades en una privada del Cusco, 2024

Hipótesis específica 5

- Ha: Existe una relación significativa entre las disposiciones comportamentales adquiridas con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades en una privada del Cusco, 2024
- Ho: No existe una relación significativa entre las disposiciones comportamentales adquiridas con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades en una privada del Cusco, 2024

3.2. Definición de variables

3.2.1. *La ansiedad estado-rasgo*

Según Terán y García (2022), la ansiedad Estado (A/E) esta conceptualizada como un estado o condición emocional transitoria del organismo humano que se caracteriza por sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de tensión y aprehensión, así como por una hiperactividad del sistema nervioso autonómico. Puede variar con el tiempo y fluctuar en intensidad mientras que, la ansiedad rasgo (A/R) Señala una relativamente estable propensión ansiosa por la que se difiere los sujetos en la tendencia a percibir las situaciones como amenazadoras y a elevar, consecuentemente, su ansiedad Estado (A/E). Como un concepto psicológico la A/R posee características similares a los constructos que Atchison llama "motivos"(esas disposiciones que permanecen latentes hasta que son activadas por algunos estímulos de la situación), y que Campbell alude como "disposiciones comportamentales adquiridas" (residuos de experiencias pasadas que predisponen tanto a ver el mundo de una determinada manera como a manifestar tendencias de respuesta vinculada al objeto).

La OMS (2023) define los trastornos de ansiedad como un grupo de afecciones mentales caracterizadas por una preocupación y miedo excesivos, persistentes e irracionales ante situaciones cotidianas. Estas preocupaciones pueden interferir significativamente con las actividades diarias, el desempeño laboral y las relaciones personales. Los trastornos de ansiedad incluyen diversas condiciones, como el trastorno de ansiedad generalizada, el trastorno de pánico, las fobias específicas, el trastorno de ansiedad social (fobia social) y el trastorno obsesivo-compulsivo (TOC), entre otros. Los síntomas comunes abarcan desde palpitaciones, sudoración y temblores hasta una sensación de pánico y evitación de situaciones temidas. La causa exacta de los trastornos de ansiedad no se conoce por completo, pero se cree que es una combinación de factores genéticos, biológicos, ambientales y psicológicos.

3.2.2. Rendimiento Académico

El rendimiento académico, determinado por el Ministerio de Educación del Perú (2016), es el nivel de desempeño que un estudiante muestra en sus actividades educativas, reflejado a través de calificaciones, evaluaciones, y logros en sus estudios. Este desempeño se mide en función de los conocimientos, habilidades y competencias adquiridas en relación con los objetivos y estándares establecidos por el sistema o la institución educativa. El rendimiento académico puede verse influenciado por diversos factores, incluyendo la motivación personal, la calidad de la enseñanza, el entorno familiar y social, así como las condiciones emocionales y psicológicas del estudiante.

3.3.Operacionalización de las variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES
Ansiedad estado-rasgo	La ansiedad Estado (A/E) está conceptualizada como un estado o condición emocional transitoria del organismo humano, mientras la ansiedad Rasgo (A/R) señala una relativamente estable propensión ansiosa por la que difieren los sujetos en su tendencia a percibir las situaciones como amenazadoras y a elevar, consecuentemente, su ansiedad Estado (A/E) (Spielberger, Gorsuch, & Lushene, 2023).	La ansiedad Estado (A/E) se caracteriza por sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de tensión y aprensión, así como por una hiperactividad del sistema nervioso autónomo. La ansiedad Rasgo (A/R) posee características similares a los constructos que atkinson llama “motivos” y que Campbell alude como “Disposiciones comportamentales adquiridas” (A/E) (Spielberger, Gorsuch, & Lushene, 2023).	Sentimientos subjetivos de tensión	<ul style="list-style-type: none"> • Frecuencia de Experiencia de Tensión • Intensidad de la Tensión Percibida • Impacto en el Estado Emocional
			Sentimientos subjetivos de aprensión	<ul style="list-style-type: none"> • Sensación de Inseguridad • Sensación de Impotencia • Temor a la Evaluación
			Hiperactividad del sistema nervioso autónomo	<ul style="list-style-type: none"> • Tensión Muscular • Sudoración Excesiva • Temblores o Agitación • Frecuencia de Palpitaciones
			Motivos	<ul style="list-style-type: none"> • Reacciones a Estímulos Académicos • Exámenes • Carga académica
Rendimiento académico	Es obvio que hay variaciones significativas en el rendimiento académico entre individuos, lo cual cobra una importancia especial al considerar	Intentaremos categorizar los factores que influyen en el rendimiento académico en diferentes grupos, incluyendo aspectos: intelectuales, de personalidad, hábitos de	Disposiciones comportamentales adquiridas	<ul style="list-style-type: none"> • Experiencias pasadas • Predisposición de ver el mundo de diferente manera
			Excelente	<ul style="list-style-type: none"> • Notas de 18 a 20
			Bueno	<ul style="list-style-type: none"> • Notas de 15 a 17 • Notas de 11 a 14

<p>que la educación, más allá de ser un valor en sí misma, está estrechamente ligada al acceso equitativo a oportunidades sociales. (Martínez-Otero, 1997)</p>	<p>estudio, intereses profesionales, ambiente escolar y ambiente familiar. (Martínez-Otero, 1997)</p>	<p>Regular</p>	<p>•Notas de 1 a 10</p>
		<p>Bajo</p>	

Nota. Elaboración propia.

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

4.1. Tipo, nivel y diseño de investigación

4.1.1. Tipo de investigación

El tipo de estudio de la investigación fue de tipo básico, puesto que se buscó establecer y analizar la relación entre dos variables sin intervención directa ni manipulación. Según Hernández y Mendoza (2018), es denominada pura o teórica, la cual comienza y se mantiene en el marco teórico, ya que tiene como finalidad formular nuevas teorías o modificar las existentes y persigue el progreso de los conocimientos científicos o filosóficos, pero sin contrastarlos con ningún aspecto práctico.

4.1.2. Enfoque de investigación

El enfoque de el estudio fue cuantitativo, dado que, de acuerdo con Hernández y Mendoza (2018), “este tipo de enfoque se vincula a conteos numéricos y métodos matemáticos, es apropiada cuando queremos estimar las magnitudes u ocurrencia de los fenómenos y probar hipótesis” (p. 6).

4.1.3. Alcance de la investigación

De acuerdo con Rivero et al. (2021), estos estudios tienen por finalidad conocer o determinar el grado de relación o asociación que existe entre dos o más variables o categorías en un determinado contexto, estos estudios pueden correlacionar dos o más variables, dependerá del grado de complejidad de la investigación. En este sentido el nivel de la presente investigación fue correlacional porque se buscó determinar la relación que existe entre la ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en los estudiantes universitarios de la facultad de humanidades.

4.1.4. *Diseño de investigación*

El diseño del trabajo de investigación fue no-experimental, ya que no se manipularán las variables. Hernández y Mendoza (2018) afirman que, la investigación de diseño no experimental es la que se realiza sin manipular deliberadamente variables. Es decir, se trata de estudios en los que no haces variar en forma intencional las variables independientes para ver su efecto sobre otras variables. Lo que efectúas en la investigación no experimental es observar o medir fenómenos y variables tal como se dan en su contexto natural, para analizarlas.

4.2. Población y unidad de análisis

4.2.1. *Población de estudio*

La población de un estudio es el conjunto de todos los casos que concuerdan con mía serie de especificaciones (Hernández & Mendoza, 2018).

En ese sentido, para esta investigación la población estuvo conformada por los estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco que son un total de 196 entre hombres y mujeres.

4.2.2. *Tamaño de muestra y técnica de selección de muestra*

La muestra es un subgrupo de la población o universo que interesa estudiar, sobre la cual se recolectarán los datos pertinentes, y deberá ser representativa de dicha población (de manera probabilística, para que se pueda generalizar los resultados encontrados en la muestra a la población) de un estudio es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones Hernández & Mendoza (2018).

El tipo de muestreo en la presente investigación fue censal porque se incluyó a toda la población en la muestra. Según Hernández et al. (2014) mencionan que, “solo cuando queremos efectuar un censo debemos incluir todos los casos (personas, animales, plantas, objetos) del universo o la población” (p. 172). De acuerdo a lo mencionado, la muestra

estuvo conformada por 196 estudiantes entre de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades de una universidad privada del Cusco.

4.3. Técnicas de recolección de información

Las técnicas de recolección de datos son “los procedimientos o actividades realizadas con el propósito de recabar la información necesaria para el logro de los objetivos de una investigación” (Bautista, 2009, p. 165)

Para el presente estudio se utilizó como técnica la encuesta.

4.4. Instrumentos de investigación

Los instrumentos para esta investigación fueron las fichas técnicas.

Según Medina et al. (2023), un instrumento de investigación es una herramienta específica utilizada para recopilar y analizar información en el proceso de investigación. Estos instrumentos pueden incluir fichas de cotejo, cuestionarios, escalas de medición, fichas de entrevistas estructuradas, pruebas estandarizadas, entre otros. Los instrumentos de investigación ayudan a los investigadores a obtener información precisa y confiable sobre su tema de estudio y a llegar a conclusiones válidas y confiables. Es importante elegir el instrumento adecuado para asegurarse de obtener los mejores resultados de la investigación.

Se utilizaron los siguientes instrumentos:

- STAI, test de ansiedad estado rasgo para adultos

El Cuestionario STAI comprende escalas separadas de autoevaluación que miden dos conceptos independientes de la ansiedad, como estado (E) y como rasgo (R). Aunque originalmente fue ideado como instrumento para investigar los fenómenos de la ansiedad en adultos “normales” (sin alteraciones psiquiátricas), el STAI ha mostrado ser útil para medir ambos conceptos tanto en escolares de estudios medios y superiores como en pacientes de diversos grupos clínicos (Buela et al., 2023).

- Encuesta en base a las notas del portal del estudiante, haciendo referencia al promedio general de aprendizaje del periodo académico.

A. FICHA TÉCNICA DEL INSTRUMENTO: INVENTARIO DE ANSIEDAD ESTADO- RASGO

Aspecto	Descripción
Nombre del instrumento	Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI)
Autores originales	Charles D. Spielberger, Richard L. Gorsuch y Robert E. Lushene (1970).
Adaptación utilizada	Adaptación al español por Buela-Casal, Guillén-Riquelme y Spielberger (2011). Validada en población universitaria latinoamericana y peruana (Cruz, 2019; Núñez & Mejía, 2021).
Finalidad del instrumento	Evaluar los niveles de ansiedad como estado (A-Estado) y ansiedad como rasgo (A-Rasgo) en adolescentes y adultos.
Definición conceptual	La ansiedad estado refleja una reacción emocional temporal caracterizada por tensión y activación fisiológica; la ansiedad rasgo representa una predisposición estable a percibir amenazas y responder con ansiedad (Spielberger, 1983).
Definición operacional	Se medirá mediante las puntuaciones obtenidas en las escalas A-Estado y A-Rasgo del STAI. Cada escala tiene 20 ítems con respuestas tipo Likert de 4 puntos. Las puntuaciones altas indican mayor nivel de ansiedad.

Estructura del instrumento	Total de ítems: 40. Escalas: Ansiedad Estado (ítems 1–20) y Ansiedad Rasgo (ítems 21–40).
Formato de respuesta	Escala Likert de 4 alternativas. A-Estado: 1 = Nada, 2 = Algo, 3 = Bastante, 4 = Mucho. A-Rasgo: 1 = Casi nunca, 2 = A veces, 3 = A menudo, 4 = Casi siempre.
Puntaje y categorías	Rango 20–80 por escala. 20–35: Ansiedad baja; 36–55: Ansiedad moderada; 56–80: Ansiedad alta.
Dimensiones evaluadas	1. Ansiedad Estado (A-E). 2. Ansiedad Rasgo (A-R).
Tipo de variable	Cuantitativa (escala de intervalo).
Escala de medición	Ordinal para análisis descriptivo; de intervalo para análisis inferencial.
Población objetivo	Estudiantes universitarios adultos jóvenes (18–30 años).
Tiempo de aplicación	Aproximadamente 10 a 15 minutos.
Aplicación	Individual o colectiva, en formato físico o digital.
Técnica de recolección de datos	Aplicación del cuestionario autoadministrado (impreso o virtual).
Criterios de corrección	Suma de los ítems por escala (considerando inversión de ítems positivos). Puntuaciones altas = mayor ansiedad.

Puntaje total e interpretación	Dos puntajes independientes: ansiedad estado y ansiedad rasgo, correlacionables con rendimiento académico.
Validez	Validez factorial confirmatoria y de constructo (Buela-Casal et al., 2011; Cruz, 2019; Núñez & Mejía, 2021).
Confiabilidad	Alfa de Cronbach A-Estado-Rasgo: 0.90, para los 40 ítems
Procedimiento de aplicación	1. Consentimiento informado. 2. Aplicación grupal o virtual. 3. Revisión y codificación de respuestas. 4. Análisis estadístico en SPSS.
Propiedad intelectual	Mind Garden, Inc. – Versión española autorizada para uso académico.

B: FICHA TÉCNICA DE LA VARIABLE: RENDIMIENTO ACADÉMICO

Aspecto	Descripción
Nombre de la variable	Rendimiento académico
Definición conceptual	El rendimiento académico es el nivel de logro alcanzado por el estudiante en su proceso formativo, expresado mediante calificaciones que reflejan el grado de dominio de los contenidos y competencias del plan curricular. Constituye un indicador objetivo del desempeño educativo en función de los resultados obtenidos (Vallejo & Bolaños, 2018).

Definición operacional	<p>Se medirá a partir del puntaje general académico (promedio ponderado final del ciclo 2024) obtenido por los estudiantes de tercer y cuarto año de la Facultad de Humanidades. Este puntaje se registra en escala vigesimal (0 a 20) y se clasificará en dos categorías:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desaprobado: de 0 a 10 - Aprobado: de 11 a 20
Dimensiones / Categorías	<ol style="list-style-type: none"> 1. Excelente de 18 a 20 2. Bueno de 15 a 17 3. Regular de 11 a 14 4. Bajo de 1 a 10
Indicadores	<ul style="list-style-type: none"> - Nota promedio general del semestre 2024 - Condición académica (aprobado o desaprobado)
Técnica de recolección de datos	<p>Encuesta en base a las notas del portal del estudiante, haciendo referencia al promedio general de aprendizaje del periodo académico.</p>
Procedimiento	<p>Solicitud de llenado de encuestas donde colocan el promedio general obtenido en el periodo académico correspondiente.</p>
Tipo de variable	<p>Cuantitativa (continua), recodificada en categoría dicotómica (para análisis correlacional).</p>
Escala de medición	<p>Ordinal.</p>

Criterios de validez y confidencialidad	Validez de contenido y de criterio, garantizada por las calificaciones oficiales institucionales.
Técnicas de análisis	- Análisis descriptivo: frecuencias, porcentajes y gráficos de distribución. - Análisis inferencial: correlación con variables de ansiedad (Spearman o Pearson).

Para las variables de estudio se aplicó la encuesta como técnica de recolección de datos, esta técnica se refiere a la forma en que se recoge los datos o información de la población o muestra seleccionada.

4.5. Técnicas de análisis e interpretación de la información

4.5.1. Confiabilidad de instrumentos

El instrumento de medición utilizado en la presente investigación demostró un alto grado de confiabilidad, lo que indica que es preciso y consistente para evaluar las variables de interés. Esto significa que, si se aplicara nuevamente el mismo instrumento a los mismos sujetos bajo condiciones similares, se obtendrían resultados equivalentes, garantizando la estabilidad de la medición. En el procesamiento de los casos, se registró un total de 196 participantes válidos, sin casos excluidos, lo que representa el 100 % de la muestra, asegurando que todos los datos recolectados fueron considerados en el análisis y no se perdieron registros por falta de información.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,090	40

Nota. Elaboración propia.

Para evaluar la consistencia interna del instrumento se utilizó el Alfa de Cronbach, obteniéndose un valor de 0.90 con 40 ítems incluidos en el análisis. Este coeficiente refleja un nivel de fiabilidad alto, ya que valores superiores a 0.70 generalmente se consideran adecuados para estudios de investigación social y educativa. Un Alfa de Cronbach de 0.90 indica que los ítems del instrumento están altamente correlacionados entre sí y miden de manera consistente la misma variable subyacente. En otras palabras, cada ítem aporta información confiable y coherente, lo que asegura que las puntuaciones obtenidas representan fielmente los niveles de la variable evaluada. Por tanto, el instrumento es sólido para la recolección de datos y el análisis posterior, garantizando que los resultados obtenidos sean precisos, reproducibles y útiles para establecer conclusiones válidas en el estudio.

4.5.2. Validación de instrumentos

El instrumento de recolección de datos fue válido porque pretende medir como los estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024; sobre todo lo que se supone debe medir en términos de contenido durante un semestre académico y se validará el criterio comparando los resultados con medidas externas relevantes. Estos pasos garantizarán que los instrumentos sean precisos y adecuados para la población objetivo, permitiendo obtener resultados fiables y válidos en el estudio.

4.6. Consideraciones éticas

Los instrumentos que se aplicaron en esta investigación fueron administrados únicamente después de que los participantes hayan sido plenamente informados sobre el objetivo y propósito de la misma. Se les proporcionó una explicación detallada acerca de la naturaleza de su participación, el tipo de datos que se recopilarán, y cómo estos datos contribuirán a los resultados del estudio que aseguro la transparencia y el respeto hacia los derechos de los participantes, se solicitó su consentimiento informado por escrito antes de

proceder con la recolección de datos este consentimiento asegurará que cada individuo esté al tanto de su derecho a retirarse de la investigación en cualquier momento sin repercusiones negativas.

Además, los datos recopilados estuvieron bajo estricta supervisión para garantizar su confidencialidad y privacidad. Se implementarán medidas para proteger la identidad de los participantes, como la codificación de los datos y el almacenamiento seguro de la información en plataformas cifradas. Los resultados de la investigación fueron presentados de manera íntegra y honesta, reflejando fielmente la información obtenida, sin alteración, manipulación, o sesgo que pueda comprometer la veracidad de los hallazgos este enfoque ético garantizará que la investigación se lleve a cabo con el más alto estándar de integridad, respetando los principios de autonomía, confidencialidad, y justicia hacia todos los participantes involucrados.

El proyecto fue evaluado por el Comité Institucional de ética en Investigación de la Universidad Continental donde se aprobó antes de iniciar el proceso de recolección de datos.

Antes de la aplicación del cuestionario se entregó el consentimiento informado. Después de la aceptación se recopiló la información.

CAPÍTULO V

RESULTADOS

5.1. Interpretación de resultados

5.1.1. Prueba de normalidad

Tabla 1

Prueba de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	sig.
Ansiedad estado-rasgo	,074	196	,016
Rendimiento académico	,086	196	,001

a. Corrección de significación de Lilliefors

Nota. Elaboración propia.

Los resultados de la prueba de normalidad Kolmogórov-Smirnov, con corrección de Lilliefors, muestran que la variable ansiedad estado-rasgo ($p = 0,016$) no cumple con la distribución normal. Del mismo modo, las demás variables: rendimiento académico ($p = 0,001$), tensión ($p = 0,000$), aprensión ($p = 0,000$), hiperactividad ($p = 0,000$), motivos ($p = 0,000$) y disposiciones ($p = 0,000$) tampoco presentan normalidad. Debido a que ninguna de las variables sigue una distribución normal, para la contratación de hipótesis se empleara el estadístico no paramétrico, como la prueba Rho de Spearman para correlaciones entre las variables, asegurando así la validez de los resultados estadísticos

5.1.2. Contrastación de Hipótesis

A continuación, abordaremos la contrastación de la hipótesis general y de las hipótesis específicas de la investigación. Para ello, se presenta la tabla de valores que se utilizará para interpretar los coeficientes obtenidos mediante la correlación de la variable independiente (ansiedad - rasgo) con la variable dependiente (rendimiento académico), así

como la correlación entre sus respectivas dimensiones. Como se puede apreciar en la figura, los valores positivos más cercanos a la unidad corresponden a una correlación positiva perfecta, es decir, a una correlación ideal. No obstante, a partir del + 0.5 la correlación ya es considerable y puede tomarse en cuenta como significativa.

Figura 1

Equivalencia del Coeficiente Rho de Spearman

RANGO	RELACIÓN
-0.91 a -1.00	Correlación negativa perfecta
-0.76 a -0.90	Correlación negativa muy fuerte
-0.51 a -0.75	Correlación negativa considerable
-0.11 a -0.50	Correlación negativa media
-0.01 a -0.100	Correlación negativa débil
0.00	No existe correlación
+0.01 a +0.10	Correlación positiva débil
+0.11 a +0.50	Correlación positiva media
+0.51 a +0.75	Correlación positiva considerable
+0.76 a +0.90	Correlación positiva muy fuerte
+0.91 a +1.00	Correlación positiva perfecta

5.1.2.1. Contrastación de la Hipótesis General

- Ha: Existe una relación entre la ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades.
- Ho: No existe una relación entre la ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades.

Tabla 2*Tabla de correlación entre la variable Ansiedad rasgo y la variable Rendimiento**Académico*

			RENDIEM IENTO	ANSIEDA D RASGO
			ACADEMI CO	
Rho de Spearman	Rendimiento académico	Coeficiente de correlación	1,000	-,536**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	196	196
	Ansiedad estado- rasgo	Coeficiente de correlación	-,536**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	196	196

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

En cuanto a los resultados alcanzados en el análisis estadístico, mediante la prueba de Rho de Spearman el coeficiente de correlación obtenido fue negativo $r = -0.536$, con un valor de significancia bilateral de $p = 0.000$. Esto nos indica que existe una relación inversa estadísticamente significativa entre ambas variables. Además, el coeficiente es negativo, lo que sugiere una correlación negativa considerable. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alternativa (H_a) y se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se concluye que existe una relación inversa significativa entre la ansiedad estado - rasgo y el rendimiento académico, es decir, mientras más alto sea los niveles de ansiedad estado el rendimiento académico será bajo en la muestra estudiada.

5.1.2.2. Contrastación de las Hipótesis específicas

A. Hipótesis Especifica 1

- H_a : Existe una relación significativa entre la tensión con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades

- Ho: No existe una relación significativa entre la de tensión con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades

Tabla 3

Tabla de correlación entre Tensión y Rendimiento Académico

		RENDIEMI ENTO ACADEMI CO TENSION		
Rho de Spearman	Rendimiento académico	Coeficiente de correlación	1,000	-,301**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	196	196
Tensión	Tensión	Coeficiente de correlación	-,301**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	196	196

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

El análisis estadístico mostró un coeficiente de correlación de Spearman negativa de $\rho = -0.301$ con un valor de significancia bilateral de $p = 0.000$. Dado que el valor de p es menor a 0.05, se concluye que existe una relación estadísticamente significativa entre los niveles de tensión y el rendimiento académico. Se acepta la hipótesis alternativa (H_a) y se rechaza la hipótesis nula (H_0), por ende existe una relación significativa entre la de tensión y el rendimiento académico en estudiantes del tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades, lo cual indica que los niveles de activación emocional moderada afectan significativamente la capacidad de los estudiantes para alcanzar logros académicos, es decir mientras más altos sean los niveles tensión las notas adquiridas por el estudiante serán bajas.

B. Hipótesis Especifica 2

H_a : Existe una relación significativa entre la aprensión con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades.

Ho: No existe una relación significativa entre la aprensión con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades.

Tabla 4

Tabla de correlación entre Aprensión y Rendimiento Académico

			RENDIEM IENTO ACADEMI CO	APRENSI ON
Rho de Spearman	RENDIEMIENTO ACADEMICO	Coefficiente de correlación	1,000	-,366**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	196	196
	APRENSION	Coefficiente de correlación	-,366**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	196	196

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

Los resultados de la correlación de Spearman muestran $\rho = -0.366$ lo cual indica que hay una correlación negativa media con un valor de significancia de $p = 0.000$. Al superar el umbral de significancia estadística ($p < 0.05$), se determina que existe una relación significativa entre la aprensión y el rendimiento académico. Por ende, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_a). Esto indica que existe una relación significativa entre la aprensión con el rendimiento académico en estudiantes del tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades.

C. Hipótesis Especifica 3

Ha: Existe una relación significativa entre la hiperactividad con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades.

Ho: No existe una relación significativa entre la hiperactividad con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades.

Tabla 5

Tabla de correlación entre Hiperactividad y Rendimiento Académico

			RENDIEM IENTO ACADEMI CO	HIPERAC TIVIDAD
Rho de Spearman	RENDIEMIENTO ACADEMICO	Coeficiente de correlación	1,000	-,447**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	196	196
HIPERACTIVIDA D	HIPERACTIVIDA	Coeficiente de correlación	-,447**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	196	196

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

La correlación obtenida entre la hiperactividad y el rendimiento académico fue $\rho = -0.447$ lo cual indica una correlación negativa media con una significancia de $p = 0.000$. Al cumplir con el criterio de significancia estadística ($p < 0.05$), se concluye que existe evidencia suficiente para establecer una relación significativa entre estas variables. Se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_a). Por lo tanto, existe una relación significativa entre la hiperactividad con el rendimiento académico en estudiantes del tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades, esto indica que las conductas impulsivas o de inquietud inciden directamente en su desempeño académico, posiblemente debido a estrategias de autorregulación desarrolladas o a la tolerancia del entorno educativo frente a este tipo de conductas.

D. Hipótesis Específica 4

Ha: Existe una relación significativa entre los motivos con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de una Facultad de Humanidades.

Ho: No existe una relación significativa entre los motivos con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de una Facultad de Humanidades.

Tabla 6

Tabla de correlación entre Motivos y Rendimiento Académico

		RENDIEM IENTO ACADEMI CO		MOTIVOS
Rho de Spearman	RENDIEMIENTO ACADEMICO	Coeficiente de correlación	1,000	-,455**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	196	196
	MOTIVOS	Coeficiente de correlación	-,455**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	196	196

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

Los resultados muestran una correlación de Spearman de $\rho = -0.455$ con un valor de significancia de $p = 0.000$. Al no superar el umbral crítico de significancia ($p < 0.05$), se establece que existe una relación significativa entre los motivos y el rendimiento académico. Por consiguiente, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_a). Por lo tanto, existe una relación significativa entre los motivos con el rendimiento académico en estudiantes del tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades, es decir, mientras los motivos sean altos esto influye inversamente en el rendimiento académico de los estudiantes, motivos altos en ansiedad hace que el rendimiento académico sea bajo.

E. Hipótesis Específica 5

Ha: Existe una relación significativa entre las disposiciones comportamentales adquiridas con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades.

Ho: No existe una relación significativa entre las disposiciones comportamentales adquiridas con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades.

Tabla 7

Tabla de correlación entre Disposición y Rendimiento Académico

		RENDIMIENTO ACADEMICO		DISPOSICIONES	
		CO		ONES	
Rho de Spearman	RENDIMIENTO ACADEMICO	Coefficiente de correlación	1,000	-,539**	
		Sig. (bilateral)	.	,000	
		N	196	196	
	DISPOSICIONES	Coefficiente de correlación	-,539**	1,000	
		Sig. (bilateral)	,000	.	
		N	196	196	

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

La correlación entre la disposición y el rendimiento académico fue de $\rho = -0.539$ lo cual indica que existe una correlación significativa considerable, con un nivel de significancia de $p = 0.000$. Dado que $p < 0.05$, se establece que hay una relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Por tanto, se rechaza la hipótesis nula (Ho) y se acepta la hipótesis alternativa (Ha). Esto indica que la disposición, entendida como actitud o apertura hacia el aprendizaje, está necesariamente asociada al rendimiento académico en esta muestra, lo que podría explicarse por la existencia de otros factores más

determinantes, como las estrategias de estudio, el contexto familiar o el soporte institucional. Por tanto, se concluye que existe una relación inversa entre las disposiciones comportamentales y el rendimiento académico es decir mientras más crítico las disposiciones esto afecta al rendimiento académicos de manera negativa haciendo que estas sean bajas.

5.2.Discusión

En cuanto al objetivo general que plantea “determinar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024”, el coeficiente de correlación obtenido fue negativo $r = -0.536$, con un valor de significancia bilateral de $p = 0.000$, esto indica que existe una relación estadísticamente significativa entre ambas variables, lo que sugiere una correlación considerable. Esto se relaciona con la investigación de Yáñez (2023), que concluye que el 86,2 % y el 77,4 % de la muestra, respectivamente, presentaron niveles moderados y severos de ansiedad rasgo y ansiedad estado. Se determinó que las variables investigadas incidieron en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de la Facultad de Medicina de la PUCESA, ya que no se encontró correlación discernible entre las dimensiones del STAI y el rendimiento académico. En primer lugar, a un nivel de significancia de 0,0942, el coeficiente de correlación de Pearson (r) entre el rendimiento académico y el componente ansiedad-estado fue de -0,5004. Los resultados de la presente investigación coinciden con los resultados de Yáñez, dado que los estudiantes con “ansiedad moderada” presentan una menor concentración en las categorías de rendimiento “bueno” (31.63%) y “excelente” (19.90%), y el coeficiente de correlación obtenido fue $r = -0.536$, con un valor de significancia bilateral de $p = 0.000$, esto indica que existe una relación inversa estadísticamente significativa entre ambas variables, es decir, los

niveles de ansiedad rasgo altos hacen que el rendimiento académicos de los estudiantes sea bajos.

Respecto al primer objetivo, “determinar la relación de la Tensión y Rendimiento Académico en los estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la Facultad de Humanidades”, se observó que el análisis estadístico mostró un coeficiente de correlación de Spearman de $\rho = -0.301$ con un valor de significancia bilateral de $p = 0.000$ y se concluye que existe una relación estadísticamente significativa entre los niveles de tensión y el rendimiento académico. Dichos resultados son similares al de Cují (2023), quien concluyó que la ansiedad desde una perspectiva centrada en el entorno virtual de aprendizaje, determinando su prevalencia en estudiantes de Psicología que cursaban una asignatura de alta exigencia académica, mediante el uso del cuestionario STAI para evaluar la ansiedad como estado y rasgo. En contraste, la presente investigación analiza la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Humanidades en un contexto presencial. Mientras Cují reporta una alta prevalencia de ansiedad (81 %) y manifiesta que esta se relaciona con percepciones negativas del proceso formativo virtual, en el presente estudio se evidencia que, a pesar de que predominan niveles moderados y graves de ansiedad, el coeficiente de correlación de Spearman ($\rho = -0.301$; $p = 0.000$) indica que existe una relación estadísticamente significativa con el rendimiento académico. Esta diferencia puede atribuirse a las características contextuales del entorno educativo y a la naturaleza del rendimiento evaluado, siendo que Cují se enfoca en percepciones subjetivas del aprendizaje, mientras que la presente investigación utiliza calificaciones reales como indicador de desempeño, ofreciendo un análisis más objetivo del impacto de la ansiedad.

En tanto al segundo objetivo específico, los resultados de la correlación de Spearman muestran $\rho = -0.366$ con un valor de significancia de $p = 0.000$ se determina que existe una

relación significativa entre la aprensión y el rendimiento académico. Estos resultados son similares al de Izurieta (2022), quien examinó la relación entre el trastorno de ansiedad generalizada y el estrés académico en estudiantes universitarios ecuatorianos durante la pandemia de COVID-19, evidenciando una correlación moderadamente positiva ($\rho = 0.68$) entre ambas variables, con una mayor afectación en mujeres. A diferencia de este enfoque, centrado en contextos de crisis sanitaria y utilizando instrumentos clínicos específicos como el GAD-7 y el SISCO, la presente investigación se desarrolló en condiciones post-pandemia, utilizando el inventario STAI para evaluar ansiedad estado-rasgo, y centró su análisis en la relación con el rendimiento académico. Aunque ambos estudios comparten una perspectiva cuantitativa y poblaciones similares en cuanto a nivel educativo, difieren en el contexto situacional y en los objetivos analíticos. Izurieta aborda factores emocionales vinculados al estrés pandémico, mientras que el presente trabajo busca establecer vínculos entre dimensiones emocionales y el desempeño académico.

Respecto al tercer objetivo específico, la correlación obtenida entre la hiperactividad y el rendimiento académico fue $r = -0.447$ con una significancia de $p = 0.000$ se concluye que existe evidencia suficiente para establecer una relación significativa entre estas variables. Los resultados son parecidos al de Rosario et al. (2021), quienes se enfocan en identificar la prevalencia de síntomas de trastorno de ansiedad en adolescentes y su asociación con factores sociodemográficos, familiares y experiencias de acoso escolar, hallando una alta incidencia del 57 % y una correlación significativa con variables como el sexo, edad, grado escolar, *bullying* y funcionalidad familiar. A diferencia de este trabajo, que aplica un enfoque biopsicosocial y utiliza instrumentos diversos como la escala SCARED, el CISNEROS y el APGAR familiar en una muestra escolar amplia, la presente investigación se orienta específicamente a la población universitaria y evalúa la relación entre la ansiedad estado-rasgo (medida con el STAI) y el rendimiento académico, encontrando una correlación

débil y no significativa. Mientras Rosario et al. destacan la influencia del entorno social y familiar como predictores claves de la ansiedad, este estudio revela que, en contextos universitarios, los niveles de ansiedad no necesariamente impactan el rendimiento académico.

Respecto al cuarto objetivo se observó que, los resultados muestran una correlación de Spearman de $r = -0.455$ con un valor de significancia de $p = 0.000$, se establece que existe una relación significativa entre los motivos y el rendimiento académico. Este resultado es similar al de Sapacayo (2023), quien halló una relación significativa entre la sintomatología ansioso-depresiva y el rendimiento académico en estudiantes de Enfermería. Mientras el enfoque del presente estudio se centra exclusivamente en los componentes ansiosos bajo el modelo STAI, Sapacayo amplía su análisis al incluir también síntomas depresivos, evaluando dimensiones cognitivas, conductuales, sociales, afectivas y somáticas. Esta amplitud metodológica permitió identificar patrones más complejos de afectación emocional asociados al bajo rendimiento. Además, en el estudio de Sapacayo se encontró que síntomas como la dificultad para concentrarse, el bajo estado de ánimo y la dificultad para dormir afectaban negativamente el desempeño académico, lo cual refuerza la importancia de una visión multidimensional del malestar emocional.

Respecto al quinto objetivo se observó que, la correlación entre la disposición y el rendimiento académico fue de $r = -0.539$, con un nivel de significancia de $p = 0.000$, se establece que hay una relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Estos resultados son similares al de De la Torre (2023), quien identificó una prevalencia del 30,1 % de trastorno de ansiedad social (TAS) en estudiantes de medicina de una universidad arequipeña, asociada significativamente con factores como edad menor de 24 años, género femenino, ausencia de pareja o amigos, disfunción familiar y bajo rendimiento académico. Comparado con la presente investigación, que evalúa ansiedad estado-rasgo en relación con

el rendimiento académico sin encontrar correlación significativa, el estudio de De la Torre ofrece una perspectiva más multifactorial, integrando variables psicosociales que inciden directamente en la manifestación del TAS. Mientras el presente estudio adopta un enfoque correlacional centrado en variables internas (rasgos ansiosos y rendimiento). De la Torre incorpora tanto factores individuales como contextuales, lo que permite una comprensión más amplia de la ansiedad como fenómeno multidimensional.

CONCLUSIONES

1. La ansiedad estado-rasgo influye negativamente en el rendimiento académico, ya que los estudiantes con mayor ansiedad presentan menor concentración, atención y desempeño, evidenciando que los rasgos ansiosos afectan de manera estable el aprendizaje.

2. La tensión impacta negativamente en el rendimiento académico. Los estudiantes con mayor tensión muestran menor concentración y desempeño en sus tareas, indicando que las emociones cotidianas influyen directamente en la capacidad de aprendizaje.

3. La aprensión reduce el rendimiento académico, afectando la concentración y la toma de decisiones. Los estudiantes con mayor ansiedad anticipatoria muestran dificultades en la ejecución de actividades académicas, evidenciando su efecto negativo en el aprendizaje.

4. La hiperactividad afecta el rendimiento académico al disminuir la atención, concentración y planificación de tareas. Los estudiantes con mayor hiperactividad presentan menor desempeño, mostrando la influencia significativa de este factor en el aprendizaje.

5. La falta de claridad o regulación de los motivos personales se relaciona con un menor rendimiento académico. Los estudiantes con motivación insuficiente presentan dificultades en la planificación y ejecución de sus actividades académicas.

6. La disposición influye en el rendimiento académico, ya que los estudiantes con menor disposición muestran dificultades para organizarse, enfrentar desafíos y mantener un desempeño constante en sus tareas académicas.

RECOMENDACIONES

1. Se recomienda implementar estrategias que ayuden a los estudiantes a manejar la ansiedad, promoviendo técnicas de relajación, control emocional y concentración para mejorar su atención, desempeño académico y estabilidad en el aprendizaje.

2. Se sugiere desarrollar programas de manejo de tensión que incluyan técnicas de relajación, respiración y organización de actividades, con el fin de favorecer la concentración, el desempeño académico y la regulación emocional cotidiana de los estudiantes.

3. Se recomienda aplicar programas de apoyo emocional que reduzcan la aprensión y la ansiedad anticipatoria, promoviendo habilidades de toma de decisiones, concentración y planificación, mejorando así el desempeño académico y la efectividad en las actividades escolares.

4. Se sugiere fomentar técnicas de autocontrol, manejo de impulsos y regulación de hiperactividad, junto con estrategias de planificación y concentración, para que los estudiantes optimicen su desempeño académico y logren mayor efectividad en sus tareas.

5. Se recomienda fortalecer la motivación y la autogestión de los estudiantes mediante programas de orientación, establecimiento de metas y seguimiento, promoviendo claridad en los motivos personales y mejorando planificación, ejecución de actividades y rendimiento académico.

6. Se sugiere implementar estrategias de acompañamiento emocional y orientación académica que fortalezcan la disposición de los estudiantes, mejorando su actitud, organización y capacidad para enfrentar desafíos, contribuyendo a un desempeño académico más constante y eficiente.

BIBLIOGRAFÍA

- Martínez-Otero, V.-O. P. (1997). *Los adolescentes ante el estudio: causas y consecuencias del rendimiento académico*. Fundamentos. Obtenido de https://www.google.com.pe/books/edition/Los_adolescentes_ante_el_estudio/G_eWnliRpQgC?hl=en&gbpv=0
- Yáñez, M. (2023). Ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la escuela de medicina de la pucsa. Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Obtenido de <https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/54c68821-d49b-4c43-b4f7-6855852f2d4c/content>
- Izurieta, D., Poveda, S., Naranjo, T., & Moreno, E. (2022). Trastorno de ansiedad generalizada y estrés académico en estudiantes universitarios ecuatorianos durante la pandemia COVID-19. 85(2). Scielo. Obtenido de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0034-85972022000200086&script=sci_arttext&tlng=en
- Flores , E. (2021). Factores asociados a trastorno de ansiedad en estudiantes de medicina humana de la UNP, que reciben clases virtuales durante el 2021. Universidad Nacional de Piura. Obtenido de <http://repositorio.unp.edu.pe/handle/20.500.12676/3022>
- Cuji, Y. (2023). Trastorno de ansiedad provocado por la educación virtual en estudiantes del octavo semestre que se encuentran cursando la asignatura de trabajo de titulación I, de la carrera de psicología de la sede Quito, durante el periodo 59. Universidad Politécnica Salesiana. Obtenido de <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/22334/1/TTQ737.pdf>

- Rosario, D., Fiallo, P., Tamares, A., Zouain, J., & Martínez, N. (2021). Prevalencia de síntomas de trastorno de ansiedad en adolescentes que asisten a centros educativos. *11(1)*. Anales de Medicina PUCMM. Obtenido de <https://medicina.pucmm.edu.do/wp-content/themes/Medicina%20Pucmm/pdfs/AMP-V11N1.pdf#page=46>
- Cordero, C. (2022). Factores intrapersonales asociados al Trastorno de Ansiedad durante la pandemia Covid-19 en estudiantes de Escuela de Jesús, Lima 2022. Universidad Cesar Vallejo. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/126429/Cordero_CHNC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- De la torre, A. (2023). Factores asociados al trastorno de ansiedad social en estudiantes de medicina de una universidad de Arequipa-2023. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Obtenido de <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/cbdea4e2-ab81-4ebf-9b8c-891cb3b8ee3b/content>
- Chacón, E., Xatruch, D., Fernández, M., & Murillo, R. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *35(1)*, 23-36. Revista Cúpula. Obtenido de <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2023). Trastornos de ansiedad. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
- Macías, M., Pérez, C., López, L., Beltrán, L., & Morgado, C. (2019). Trastornos de ansiedad: revisión bibliográfica de la perspectiva actual. *10(24)*. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/366153093_Trastornos_de_ansiedad_revision_bibliografica_de_la_perspectiva_actual

Gutiérrez, J., Garzón, J., & Segura, A. (2021). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios. *14(1)*. Scielo. Obtenido de [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-50062021000100013#:~:text=El%20rendimiento%20acad%C3%A9mico%20\(RA\)%20en,conocimientos%20esperado%20en%20sus%20pares.](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-50062021000100013#:~:text=El%20rendimiento%20acad%C3%A9mico%20(RA)%20en,conocimientos%20esperado%20en%20sus%20pares.)

Armenta, L., Quiroz, C., Abundis, F., & Zea, A. (2020). Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *41(48)*. Revista Espacios. Obtenido de https://www.researchgate.net/profile/Lizeth-Armenta-Zazueta/publication/348096482_Influencia_del_estres_en_el_rendimiento_academico_de_estudiantes_universitarios/links/613b968801846e45ef3e2d28/Influencia-del-estres-en-el-rendimiento-academico-de-estudiant

Barrón, M., & Armenta, L. (2021). Efectos del Estrés en el Rendimiento Académico de los Estudiantes de la Licenciatura de Psicología. *14(36)*. Revista de Investigación Académica sin Frontera. Obtenido de <https://revistainvestigacionacademicasinfrontera.unison.mx/index.php/RDIASF/article/view/388/404>

Habib, L., Zambrano, M., & Alfaro, N. (2024). El impacto del Coeficiente Intelectual en el rendimiento académico de primer ingreso de estudiantes de ingeniería. (3). Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores. Obtenido de <https://dilemascontemporaneoseduccionpoliticayvalores.com/index.php/dilemas/article/view/4178/4063>

Zamudio, J., Sánchez, J., & Martínez, S. (2023). Cociente intelectual y rendimiento escolar en educación básica. *11(21)*, 1-6. Boletín Científico de la Escuela Superior Atotonilco de Tula. Obtenido de

<https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/atotonilco/article/view/10562/107>

83

Pallo, S., Mayorga, M., Hernández, S., & Melo, D. (2024). Hábitos de estudio y el desempeño académico de estudiantes. *9(1)*, 187 - 198. Digital publisher. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9314986.pdf>

Paz, E., & Rodríguez, M. (2023). Interés y aptitud vocacional como predictores del rendimiento académico universitario . *14(2)*, 70-87. Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales. Obtenido de <https://revistapcc.uat.edu.mx/index.php/RPC/article/view/454/435>

Pérez, J., Alcalá, M., Carrillo, M., & Arellano, W. (2022). Clima escolar familiar y su relación con el rendimiento académico: Aplicación en instituciones educativas rurales. *XXVIII(6)*, 110-125. Revista de Ciencias Sociales (RCS). Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8598045>

Expósito, V., Torres, M., & Domínguez, J. (2023). Determinantes sociales de la ansiedad en el siglo XXI. *6(2)*. Elsevier. Obtenido de <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-practica-24-articulo-determinantes-sociales-ansiedad-el-siglo-S2605073024000026>

Gutiérrez, J. (2022). Terapia de yoga para combatir los trastornos de ansiedad y depresión. Universidad de Jaén. Obtenido de https://crea.ujaen.es/bitstream/10953.1/23296/1/Melero_Garrido_%20Juan%20Jes%20C3%BAAs.%20TFG.pdf

Morales, M., & Ignacio, M. (2024). Ensayo sobre trastorno de la ansiedad. *12(23)*, 80-85. XIKUA Boletín Científico de la Escuela Superior de Tlahuelilpan. Obtenido de <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/xikua/article/view/10899/10858>

- Ochoa, A. (2024). Influencia del trastorno de ansiedad en el proceso cognitivo de la atención. Universidad Casa Grande. Obtenido de <http://dspace.casagrande.edu.ec:8080/bitstream/ucasagrande/4697/1/Tesis4699OCHi.pdf>
- Jiménez, P., Acuña, J., & Botto, A. (2024). SALUD MENTAL Y PSIQUIATRÍA EN LA PRÁCTICA de ATENCIÓN PRIMARIA DE SALUD. Ediorial Catalonia Ltda. Obtenido de https://midap.org/wp-content/uploads/2024/01/Final_Interior_Salud_mental_18-01-24_compressed.pdf#page=212
- Armas , R., García , H., Mendoza , J., & Cruz , L. (2023). Ansiedad ante exámenes, rasgos de personalidad, autoconcepto, asertividad y su relación con el rendimiento académico. 7(29). Scielo. Obtenido de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2616-79642023000301221&script=sci_arttext
- Soto, W., & Rocha, N. (2020). Hábitos de estudio: factor crucial para el buen rendimiento académico. 2(3), 431-445. Revista Innova Educación. Obtenido de <https://revistainnovaeducacion.com/index.php/rie/article/view/6/13>
- Pallo, S., Mayorga, M., Hernández, S., & Melo, D. (2023). Hábitos de estudio y el desempeño académico de estudiantes. 9(1), 187 - 198. Digital Publisher. Obtenido de <file:///C:/Users/usuario/AppData/Roaming/Microsoft/Windows/Network%20Shortcuts/Dialnet-HabitosDeEstudioYElDesempenoAcademicoDeEstudiantes-9314986.pdf>

- Condori , F. (2023). Relevancia de la orientación profesional. (29), 95-108. Revista de Psicología. Obtenido de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2223-30322023000100095&script=sci_arttext
- Muñoz, E. (2023). Influencia de los ambientes de aprendizaje en el desarrollo integral de los estudiantes. *16(31)*, 36–50. Unaciencia Revista De Estudios E Investigaciones. Obtenido de <file:///C:/Users/usuario/AppData/Roaming/Microsoft/Windows/Network%20Shortcuts/Dialnet-InfluenciaDeLosAmbientesDeAprendizajeEnElDesarroll-9279229.pdf>
- Zamora, J., Duarte, D., Quesada, D., & Prado, M. (2024). Análisis de la Escala de Clima Escolar en Ambientes Universitarios (ECEAU). *38(1)*, 1-21. Revista Uniciencia . Obtenido de <https://www.scielo.sa.cr/pdf/uniciencia/v38n1/1011-0275-uniciencia-38-01-60.pdf>
- Trujillo, G. (2020). Percepciones del ambiente escolar y aula y su incidencia en el desempeño del estudiante. 115-137. Revista PACA 10. Obtenido de <file:///C:/Users/usuario/AppData/Roaming/Microsoft/Windows/Network%20Shortcuts/Dialnet-PercepcionesDelAmbienteEscolarYAulaYSuIncidenciaEn-8686861.pdf>
- Martínez, G., Torres, M., & Ríos, V. (2020). El contexto familiar y su vinculación con el rendimiento académico. *11*. revista de investigación educativa de la Rediech. Obtenido de <file:///C:/Users/usuario/AppData/Roaming/Microsoft/Windows/Network%20Shortcuts/Dialnet-ElContextoFamiliarYSuVinculacionConElRendimientoAc-8103271.pdf>

- Hamui, L. (2019). La noción de “trastorno”: entre la enfermedad y el padecimiento. *Una mirada desde las ciencias sociales*, 62(5). Secretaría de Educación Médica. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/facmed/un-2019/un195h.pdf>
- Fernández, O., Jiménez, B., Alfonso, R., Sabina, D., & Cruz, J. (2012). Manual para diagnóstico y tratamiento de trastornos ansiosos. 10(5). *Revista Electrónica de las Ciencias Médicas en Cienfuegos*. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/ms/v10n5/ms19510.pdf>
- Andrade, O. (2021). La importancia de las emociones. Universidad Metropolitana. Obtenido de <https://www.unimet.edu.ve/wp-content/uploads/2023/10/La-importancia-de-las-emociones.pdf>
- Oviedo, O. (2021). La definición del concepto habilidad. *Reflexión necesaria*. 6(24), 114–124. *Revista Mapa*. Obtenido de <https://www.revistamapa.org/index.php/es/article/view/291/412>
- Castro, S. (2023). Instituto Europeo de Psicología . Obtenido de <https://www.iepp.es/estabilidad-emocional/>
- Bautista, M. (2009). Manual de metodología de investigación. Castellanos. Obtenido de https://www.academia.edu/30197865/Manual_de_metodolog%C3%ADa_de_investigaci%C3%B3n_Maria_Eugenia_Bautista_FREELIBROS_ORG.
- Ministerio de Educación del Perú . (2016). Evaluación de los niveles nacionales de rendimiento académico. Grupo Banco Mundial. Obtenido de https://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/4509/Evaluaci%C3%B3n_de_los_niveles_nacionales_de_rendimiento_acad%C3%A9mico.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Spielberger, C., Gorsuch, R., & Lushene, R. (2023). Cuestionario de ansiedad estado/rasgo. Hogrefe. Obtenido de <https://web.teaediciones.com/Ejemplos/STAI-Manual-Extracto.pdf>
- Otero, V. (2014). Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la facultad de educación . (29-2). ENSAYOS, Revista de la Facultad de Educación de Albacete. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4911675.pdf>
- Koton, S., Nili, T., & Kipnis, G. (2016). Reproducción de música de fondo en el entorno preoperatorio: ¿Reduce el nivel de ansiedad preoperatoria entre los candidatos a cirugía electiva? *31(3)*, 209-16. National library of medicine. doi:10.1016/j.jopan.2014.05.015
- Pereira , L., Figueiredo, M., & Carvalho, I. (2016). Ansiedad preoperatoria en cirugía ambulatoria: el impacto de un enfoque empático centrado en el paciente en los resultados psicológicos y clínicos. *99(5)*, 733-8. National library of medicine. doi:10.1016/j.pec.2015.11.016
- Segal, D. (2010). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. American Psychiatric Association. doi:<https://doi.org/10.1002/9780470479216.corpsy0271>
- Pérez, M., Ayerbe, E., González, E., Mathur, R., Foquet, Q., & Ayis, S. (2017). Trastornos de ansiedad y riesgo de accidente cerebrovascular: una revisión sistemática y un metanálisis. *41*, 102-8. doi:10.1016/j.eurpsy.2016.11.004
- Baxter, A., Vos, T., Scott, K., Ferrari, A., & Whiteford, E. (2014). La carga mundial de los trastornos de ansiedad en 2010. *44(11)*. National library of medicine. doi:10.1017/S0033291713003243

Jadue, G. (2001). (27), 111-118. Estudios pedagógicos.
doi:<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052001000100008>

Ministerio de salud. (2023). Salud mental: ¿cómo detectar y superar la ansiedad? Plataforma del estado peruano. Obtenido de <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/696706-salud-mental-como-detectar-y-superar-la-ansiedad>

Ministerio de salud. (2013). Un 32.2% de cusqueños ha presentado un trastorno mental en algún momento de su vida. Plataforma del estado peruano. Obtenido de <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/32964-un-32-2-de-cusquenos-ha-presentado-un-trastorno-mental-en-algun-momento-de-su-vida>

Menacho, V. (2023). Ansiedad estado - rasgo y rendimiento académico, en estudiantes de enfermería, UNASAM-Huaraz – 2022. Universidad Nacional Santiago Antunez de Mayolo. Obtenido de https://repositorio.unasam.edu.pe/bitstream/handle/UNASAM/5579/T033_72252190_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Amesquita, M., & Palomino, J. (2020). Niveles de ansiedad ante exámenes en estudiantes de las diferentes Facultades de una Universidad privada de la ciudad del Cusco, 2020. Universidad Andina del Cusco. Obtenido de https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/4569/Maria_Jackelinn_Tesis_bachiller_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Camarena, K. (2019). Ansiedad rasgo-estado en estudiantes del centro pre universitario de consolidación del perfil del ingresante de la universidad andina del cusco, 2019. Universidad Andina del Cusco. Obtenido de

https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/3711/Katherine_Tesis_bachiller_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Heath, H. (1961). El significado y la medición del neuroticismo y la ansiedad. *5(5)*, 514-516. *Arch Gen Psychiatry*. doi:doi:10.1001/archpsyc.1961.01710170092012

Wadey, R., & Hanton, S. (2008). Uso de habilidades psicológicas básicas y respuestas a la ansiedad competitiva. *79(3)*, 363-373. *Revista de investigación sobre ejercicio y deporte* . doi:<https://doi.org/10.1080/02701367.2008.10599500>

Spielberger, D. (1972). La ansiedad como estado emocional. *1*, 23-49. *Ansiedad: tendencias actuales en teoría e investigación* . doi:<http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-657401-2.50009-5>

Hackfort, D., & Schwenkmezger, P. (1990). Medición de la ansiedad en el deporte: perspectivas y problemas. 55-74. Taylor & Francis Group. Obtenido de <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9781315781594-6/measuring-anxiety-sports-perspectives-problems-dieter-hackfort-peter-schwenkmezger>

Ries, F., Castañeda , C., Campos , M., & Del Castillo, O. (2012). Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas. *12(2)*. *Cuadernos de Psicología del Deporte*. Obtenido de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232012000200002

Rivero, S., Meneses, W., García, J., Anibal, A., & Zevallos, L. (2021). Metodología de la Investigación Científica. Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Obtenido de <https://www.unheval.edu.pe/webs/repositoriounheval/descargar?file=6929a54a6c2d1bd23441c809ba825225b278cdc705294fd6c403596238cbac25a56d61feb38643fa>

5f2b03501b227c81a8c72f60416ff3dd32ad73dd72e8b95f15d5a6bdc4944a053dfb57
14537863680c

Hernández , R., & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGRAW-HILL Interamericana Editores, S.A. de C. V. Obtenido de http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf

Medina, M., Rojas, R., Bustamante, W., Loaiza, R., Martel, C., & Castillo, R. (2023). Metodología de la investigación. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú S.A.C. Obtenido de <https://editorial.inudi.edu.pe/index.php/editorialinudi/catalog/download/90/133/157?inline=1>

Sierra, C., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *3(1)*, 10 - 59. Revista Mal-estar E Subjetividade. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>

Ansorena, A., Cobo, J., & Romero, I. (1983). Estudio de psicología . (16). Obtenido de <file:///C:/Users/usuario/Documents/Bryan/psicolog%C3%ADa-Nayra-rodrigo/Dialnet-ElConstructoAnsiedadEnPsicologia-65892.pdf>

Terán, J., & García, G. (2022). Ansiedad en técnicos de la Fundación Simón Palacios Intriago, frente al retorno de actividades presenciales en el marco de la pandemia (abril 2021). *7(2)*, 360-371. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8331411>

- Santos , D., Pazos , P., Ponce, C., & Moya , T. (2021). Niveles de ansiedad-rasgo en estudiantes de la carrera de Odontología de la Universidad Central del Ecuador. *15(3)*, 81-89. Revista Eugenio Espejo. doi:<https://doi.org/10.37135/ee.04.12.09>
- Samaniego , A., & Buenahora, M. (2016). Variables relacionadas con ansiedad social en adolescentes:un modelo de regresión lineal múltiple. *2(2)*, 109-122. Interacciones . Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5765069>
- Cano, A. (1997). La visión del psicólogo. Alteraciones de los procesos cognitivos por el estrés. *XLIV*, 103-111. Medicina y Seguridad del Trabajo. Obtenido de <https://inmunojmvucv.wordpress.com/wp-content/uploads/2022/03/alteraciones-cognitivas-por-el-estres.pdf>
- Pineda, D., Ramírez, A., & Medrano, C. (2018). TRATAMIENTO BASADO EN EL MINDFULNESS EN UNA ADOLESCENTE CON SÍNTOMAS DEPRESIVOS E IMPULSIVIDAD. Marco Teórico: MIndfulness. Obtenido de <https://psiquiatria.com/congresos/pdf/1-1-2017-36-ccc1.pdf>
- Chua, P., Krams, M., Toni, I., Passingham , R., & Dolan, R. (1999). Anatomía funcional de la ansiedad anticipatoria. *9(6)*, 563-571. Neuroimagen. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S105381199990407X>
- Borsellino, M., & Young, M. (2011). Afrontamiento anticipatorio. *15(3)*, 311. Revista clínica de enfermería oncológica. Obtenido de <https://openurl.ebsco.com/EPDB%3Agcd%3A5%3A14137077/detailv2?sid=ebsco%3Aplink%3Ascholar&id=ebsco%3Agcd%3A60911693&crl=c>
- Estévez, M. (2007). Visión clásica del Sistema Nervioso Autónomo. Universidad de La Habana. Obtenido de https://www.researchgate.net/profile/Mario-Estevez/publication/276269419_Vision_clasica_del_Sistema_Nervioso_Autonomo

/links/5585924908ae7bc2f44bdf29/Vision-clasica-del-Sistema-Nervioso-Autonomo.pdf

Centro Medico Valle del Lili. (1997). Los trastornos de ansiedad. (8). Obtenido de https://www.researchgate.net/profile/Hernan-Rincon-3/publication/45942909_Los_transtornos_de_ansiedad/links/56daffe908ae73df6d2b01c/Los-transtornos-de-ansiedad.pdf

Santos , D., Ponce , C., Pazos , P., & Moya , T. (2021). Niveles de ansiedad-rasgo en estudiantes de la carrera de Odontología de la Universidad Central del Ecuador. *15(3)*. Revista eugenio espejo. doi:<https://doi.org/10.37135/ee.04.12.09>

Expósito, V., Torres, M., , & Domínguez , J. (2023). Determinantes sociales de la ansiedad en el siglo XXI. *ELSEVIER*. Obtenido de <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-practica-24-pdf-S2605073024000026>

Sánchez, C., Maldonado, A., Salas, H., & Aguirre, E. (2022). Rendimiento académico de estudiantes, en una universidad pública peruana: un diagnóstico significativo para la toma de decisiones. *Circulo Cultural Educa e Investiga*, *4(1)*, 4-20. Obtenido de <file:///C:/Users/usuario/Downloads/1.pdf>

Sapacayo, I., & Zapana, E. (2023). *SINTOMATOLOGÍA ANSIOSODEPRESIVA Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA, UNSAAC - 2022*. UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO. Obtenido de https://repositorio.unsaac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12918/8764/253T20230886_TC.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Verdugo, A., Díaz, A., & Atienza, F. (2024). *Manejo de la ansiedad*. Edición sermeneger.

Obtenido de

<https://semergen.es/files/docs/biblioteca/docConsultaRapida/2024/manejodelaAnsiedad.pdf>

Barreto, C., & Castro, A. (2023). *ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE UNIVERSIDADES PRIVADAS DE LIMA METROPOLITANA*". UNIVERSIDAD PRIVADA DEL NORTE.

Obtenido de

<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/36051/Barreto%20Carrasco%20Claudia%20Alejandra%20-%20Castro%20Chavez%20Ana%20Lucia.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Buela, G., Gullen, A., & Seisdodos, N. (2023). *STAI Cuestionario de Ansiedad Estado/Rasgo*. hogrefe. Obtenido de [https://web.teaediciones.com/ejemplos/stai-](https://web.teaediciones.com/ejemplos/stai-manual-extracto.pdf)

[manual-extracto.pdf](https://web.teaediciones.com/ejemplos/stai-manual-extracto.pdf)

Coronel, M., & Samaniego, V. (2024). Ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de quinto año de secundaria de una institución educativa pública de Huancayo-2023.

Tesis de licenciatura. Universidad Continental, Huancayo. Obtenido de https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/16100/1/IV_FHU_501_TE_Coronel_Samaniego_2024.pdf

Pinargote, E., & Caicedo, L. (2019). *La ansiedad y su relación en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Manabí*.

Universidad Técnica de Manabí, Ecuador. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/5732/573263327006/html/>

OMS. (2023). Trastornos de ansiedad. *Organización Mundial de la Salud*.

Quizinga, I., & Márquez, O. (2025). Ansiedad, autoestima y hábitos de estudio en relación al rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Horizontes Revista de Investigación Ciencias de la Educación*, 116 - 127.

Meyzán, J. (2025). La otra pandemia: la crisis de salud mental en universitarios. *Tu Diario Huanuco*.

Hernández, R., & Fernández, C. (2014). *Metodología de la investigación*. México: McGRAW-HILL.

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título: Ansiedad estado-rasgo y rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024

Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	Variables	METODOLOGÍA
¿Cuál es la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024?	Determinar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024	Existe una relación entre la ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024 No existe una relación entre la ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024	<p style="text-align: center;">Variable independiente</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ansiedad <p style="text-align: center;">Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sentimientos subjetivos de tensión • Sentimientos subjetivos de aprensión • Hiperactividad • Motivos • Disposiciones comportamentales adquiridas <p style="text-align: center;">Variable dependiente</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rendimiento académico <p style="text-align: center;">Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aprobado/Desaprobado • Personalidad • Hábitos de estudio • Intereses profesionales • Ambiente escolar • Ambiente familiar 	<p>Enfoque Cuantitativo</p> <p>Tipo básico</p> <p>Alcance Correlacional</p> <p>Diseño de Investigación: No-Experimental</p> <p>Población: Estudiantes del 6to-8vo semestre de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco-2024</p> <p>Muestra: Estudiantes del 6to-8vo semestre de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco-2024</p> <p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumento: Cuestionario</p>
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas		
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la relación entre los sentimientos subjetivos de tensión y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024? • ¿Cuál es la relación entre los sentimientos subjetivos de aprensión y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024? • ¿Cuál es la relación entre la hiperactividad y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024? • ¿Cuál es la relación entre los motivos y el rendimiento académico en 	<ul style="list-style-type: none"> • Determinar la relación entre los sentimientos subjetivos de tensión y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024 • Determinar la relación entre los sentimientos subjetivos de aprensión y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024 • Determinar la relación entre la hiperactividad y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la 	<ul style="list-style-type: none"> • Existe una relación significativa entre los sentimientos subjetivos de tensión con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024 • Existe una relación significativa entre los sentimientos subjetivos de aprensión con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024 • Existe una relación significativa entre los sentimientos subjetivos de aprensión con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024 		

<p>estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024?</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la relación entre las disposiciones comportamentales adquiridas y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024? 	<p>facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar la relación entre los motivos y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024 • Determinar la relación entre las disposiciones comportamentales adquiridas y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024 	<ul style="list-style-type: none"> • Existe una relación significativa entre la hiperactividad con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024 • Existe una relación significativa entre los motivos con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024 • Existe una relación significativa entre las disposiciones comportamentales adquiridas con el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024
---	--	--

ANEXOS

Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (State-Trait Anxiety Inventory, STAI)

Nombre:.....Sexo: (F) (M)
 Código..... Edad.....

ANSIEDAD - ESTADO				
<p>Instrucciones: A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor cómo se siente usted ahora mismo, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.</p>				
Item	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
1. Me siento calmado				
2. Me siento seguro				
3. Estoy tenso				
4. Estoy contrariado				
5. Me siento cómodo (estoy a gusto)				
6. Me siento alterado				
7. Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras				
8. Me siento descansado				
9. Me siento angustiado				
10. Me siento confortable				
11. Tengo confianza en mí mismo				
12. Me siento nervioso				
13. Estoy desasosegado				
14. Me siento muy «atado» (como oprimido)				
15. Estoy relajado				
16. Me siento satisfecho				
17. Estoy preocupado				
18. Me siento aturdido y sobreexcitado				

19. Me siento alegre				
20. En este momento me siento bien				

ANSIEDAD - RASGO

Instrucciones: A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor cómo se siente usted **en general, en la mayoría de las ocasiones**. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa **cómo se siente usted generalmente**.

Item	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
21. Me siento bien				
22. Me canso rápidamente				
23. Siento ganas de llorar				
24. Me gustaría ser tan feliz como otros				
25. Pierdo oportunidades por no decidirme pronto				
26. Me siento descansado				
27. Soy una persona tranquila, serena y sosegada				
28. Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas				
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia				
30. Soy feliz				
31. Suelo tomar las cosas demasiado seriamente				
32. Me falta confianza en mí mismo				
33. Me siento seguro				
34. No suelo afrontar las crisis o dificultades				
35. Me siento triste (melancólico)				
36. Estoy satisfecho				
37. Me rondan y molestan pensamientos sin importancia				
38. Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlos				
39. Soy una persona estable				
40. Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales me pongo tenso y agitado				

Consentimiento Informado de Participación Investigación

Título de la investigación: **Ansiedad estado-rasgo y rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024**

Investigadores: Bach. Rodrigo Daniel Gonzalo Infantas y Bach. Jessica Nayana Romero Mayhua

Le invitamos a participaren la investigación titulada “**Ansiedad estado-rasgo y rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024**”, cuyo objetivo es determinar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en estudiantes de tercer y cuarto año de formación de la facultad de humanidades en una universidad privada del Cusco, 2024.

Esta investigación es desarrollada por estudiantes de Psicología de la Universidad Continental, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la Universidad Privada del Cusco.

Los resultados podrían servir como base para diseñar programas replicables en otras instituciones de educación superior, contribuyendo a la comprensión del impacto emocional, particularmente de la ansiedad, en el rendimiento académico.

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente:

1. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerán datos personales y algunas preguntas.
2. Esta encuesta tendrá un tiempo aproximado de 10 minutos y se realizará en el ambiente de la institución. Las respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

Participación voluntaria (principio de autonomía): Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

Riesgo (principio de No maleficencia): Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

Beneficios (principio de beneficencia): Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la universidad al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Confidencialidad (principio de justicia): Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia de los investigadores y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas: Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con los investigadores Bach. Rodrigo Daniel Gonzalo Infantas y Bach. Jessica Nayana Romero Mayhua.

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación antes mencionada.

Nombre y apellidos:

Fecha y hora:

Firma: