

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Ansiedad en estudiantes de quinto año de secundaria en la
Institución Educativa Galileo, Cusco 2024**

Jeraldine Denisse Mollo Rozas

Para optar el Título Profesional de
Licenciada 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 : Verónica Noemí Sotelo Narváez
Asesor de trabajo de investigación
ASUNTO : Remito resultado de evaluación de originalidad de trabajo de investigación
FECHA : 21 de Noviembre de 2025

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

Título:

Ansiedad en estudiantes de quinto año de secundaria en la Institución Educativa Galileo, Cusco 2024

Autores:

1. Jeraldine Denisse Mollo Rozas – 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
' de palabras excluidas (**en caso de elegir "20"**): SI NO
- 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

A Dios por siempre cuidarme y permitirme dar un paso más en mi formación profesional.

A mis padres, por siempre darme su amor; aunque me haya equivocado, ustedes siempre me dieron su apoyo y ayuda, siempre confiando en mí en momentos en los que ni yo podía creer. Gracias por todas las cosas que me han enseñado y por todos los sacrificios que han hecho por mí.

A mi querida hermana, por su apoyo durante este trayecto, porque a pesar de equivocarme, siempre estuvo para mí, alentándome. A toda mi familia y amigos, que son lo más valioso que Dios me ha dado.

AGRADECIMIENTO

Doy gracias a Dios por estar siempre presente en mi vida y mostrarme el camino para conseguir uno de mis sueños. A mis padres, por su apoyo incondicional, entrega y sacrificio en la concretización de mi profesión, quienes me supieron orientar con amor, firmeza y estuvieron para corregir mis faltas y celebrar mis triunfos. A mis docentes, quienes supieron compartir sus conocimientos y me supieron guiar a lo largo de mi periodo estudiantil en la Universidad, en especial a la Dra. Verónica Noemí Sotelo Narváez, por ser mi asesora, orientarme y supervisarme en la elaboración del proyecto y la culminación del desarrollo de la tesis; por su dedicación y paciencia en este arduo camino que tuve. A todos ellos les expreso mi cariño.

RESUMEN

La presente investigación, titulada *Ansiedad en estudiantes de quinto año de secundaria en la institución educativa Galileo, Cusco 2024*, tiene como objetivo analizar el nivel de ansiedad de los estudiantes de quinto año de secundaria en la institución educativa Galileo de Cusco en el año 2024. La metodología fue desarrollada con un alcance descriptivo, con un enfoque cuantitativo prospectivo y un diseño no experimental de carácter básico. Como población se ha considerado a 120 estudiantes, los mismos que fueron tomados como muestra, a quienes se les aplicó el cuestionario de Hamilton (HAM-A). Los resultados evidenciaron que el 30.8 % de los estudiantes evaluados presenta un nivel de ansiedad muy grave, mientras que el 23.1 % se encuentra en un nivel de ansiedad grave. Un 11.5 % muestra ansiedad en un nivel moderado, y un 26.9 % presenta ansiedad leve. Solo un 7.7 % de los estudiantes no presenta ansiedad. Se concluye que la mayoría de los estudiantes de quinto año de secundaria de la institución educativa Galileo presenta niveles preocupantes de ansiedad con un 30.8 % en el nivel muy grave.

Palabras clave: Ansiedad, síntomas físicos, síntomas psicológicos, síntomas cognitivos, estudiantes de secundaria, irritabilidad.

ABSTRACT

This research, entitled Anxiety in fifth-year secondary school students at the Galileo Educational Institution, Cusco 2024, aims to analyze the level of anxiety among fifth-year secondary school students at the Galileo Educational Institution in Cusco in the year 2024. The methodology was developed with a descriptive scope, with a prospective quantitative approach and a basic non-experimental design. The population consisted of 120 students, who were taken as a sample and given the Hamilton questionnaire (HAM-A). The results showed that 30.8% of the students evaluated have a very severe level of anxiety, while 23.1% have a severe level of anxiety. 11.5% show moderate anxiety, and 26.9% have mild anxiety. Only 7.7% of students did not show anxiety. It was concluded that the majority of fifth-year high school students at the Galileo Educational Institution showed worrying levels of anxiety, with 30.8% at a very severe level.

Keywords: Palabras clave: Ansiedad, síntomas físicos, síntomas psicológicos, síntomas cognitivos, estudiantes de secundaria, irritabilidad.

ÍNDICE

DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
ÍNDICE.....	viii
ÍNDICE DE TABLAS	xi
ÍNDICE DE FIGURAS.....	xii
INTRODUCCIÓN	xiii
CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	15
1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	17
1.2.2. PROBLEMAS ESPECIFICOS	17
1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	18
1.3.1. OBJETIVO GENERAL.....	18
1.3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS	18
1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	18
1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA	18
1.5. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA	19
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	20
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	20
2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES	20
2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES:.....	22
2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES	25
2.2. BASES TEÓRICAS	27
2.2.1. ANSIEDAD	27

2.2.2.	TIPOS DE ANSIEDAD	28
1.	Enfoque psicoanalítico	28
A.	La ansiedad realista:	29
B.	La ansiedad neurótica.....	30
C.	La ansiedad moral	30
2.	Enfoque cognitivo conductual.....	30
A.	Ansiedad Generalizada (Trastorno de Ansiedad Generalizada, TAG).....	31
B.	Ansiedad Social.....	32
C.	Trastorno de Pánico.....	32
D.	Fobias Específicas	33
E.	Ansiedad por Separación.....	34
2.2.3.	MANIFESTACIONES DE LA ANSIEDAD	35
2.2.4.	IMPORTANCIA DE LA ANSIEDAD EN LA SALUD MENTAL	35
2.2.5.	DIMENSIONES DE ANSIEDAD	36
2.3.	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	38
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA		40
3.1.	MÉTODO DE INVESTIGACIÓN	40
3.1.1.	SEGÚN EL PROPÓSITO EXTRÍNSECO DE LA INVESTIGACIÓN	40
3.1.2.	SEGÚN EL ENFOQUE	40
3.1.3.	ALCANCE DE INVESTIGACIÓN	40
3.1.4.	DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	40
3.1.5.	PROPÓSITO INTRÍNSECO O TIPO DE INVESTIGACIÓN	41
3.2.	POBLACIÓN.....	41
3.3.	MUESTRA	41
3.4.	TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE DATOS	41

3.5. INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS	42
3.5.1. INSTRUMENTO.....	42
Ficha técnica: Escala de Hamilton (Ansiedad).....	42
Confiabilidad	43
Procedimiento para el recojo de información.....	44
Consideraciones éticas.....	45
Descripción de procedimiento de análisis	45
CAPÍTULO V RESULTADOS Y DISCUSIÓN	46
CONCLUSIONES	58
RECOMENDACIONES.....	59
REFERENCIAS.....	61
ANEXOS Y APÉNDICES	65
Anexo 1: Matriz de consistencia	66
Anexo 2: Instrumento de evaluación	67
Anexo 3: Asentimiento informado.....	69
Anexo 4: Autorización Para la aplicación de instrumentos	70
Anexo 5: Constancia de haber sido aprobado por el Comité de Ética.....	71
Anexo 6: Autorización para hacer uso del nombre de la institución	72
Anexo 7: Galería fotográfica	73
Anexo 8: Validación de instrumento	75

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Ansiedad	46
Tabla 2. Resultado frente al objetivo específico 1	47
Tabla 3. Resultado frente al objetivo específico 2	49
Tabla 4. Resultado frente al objetivo específico 3	50

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Ansiedad.....	46
Figura 2. Resultado frente al objetivo específico 1	48
Figura 3. Resultado frente al objetivo específico 2	49
Figura 4. Resultado frente al objetivo específico 3	50

INTRODUCCIÓN

La ansiedad en la etapa escolar, especialmente en el nivel secundario, se ha convertido en una problemática creciente que afecta de manera directa el bienestar emocional, social y académico de los estudiantes. Durante el quinto año de secundaria, los adolescentes enfrentan múltiples presiones relacionadas con el rendimiento académico, la toma de decisiones sobre su futuro y la transición hacia la adultez, lo que puede generar altos niveles de tensión psicológica.

En este contexto, la presente investigación tiene como propósito analizar los niveles de ansiedad en sus dimensiones física, psicológica y cognitiva. Comprender cómo se manifiesta la ansiedad en esta población resulta fundamental para diseñar estrategias de intervención oportunas, orientadas a mejorar la salud mental y el desempeño escolar de los adolescentes. La importancia del estudio radica en visibilizar una problemática muchas veces silenciada, pero que impacta significativamente en la calidad de vida de los estudiantes.

Entre los alcances del estudio, se destaca su aporte al conocimiento pedagógico en contextos específicos, permitiendo identificar tendencias, evaluar cambios y proponer mejoras educativas. No obstante, entre sus limitaciones se señala que los resultados no son generalizables a otros entornos, debido a la naturaleza localizada de la muestra y a factores contextuales como el tiempo, la participación docente y las condiciones institucionales que pudieron influir en los resultados.

Por lo expuesto, nace la importancia de desarrollar esta investigación, la cual se distribuye de la siguiente manera:

En el primer capítulo se desarrolla el planteamiento del problema, en donde se detalla el diagnóstico del problema en investigación con el apoyo de definiciones y argumentos; seguidamente, se presenta la formulación del problema general y se presentan los objetivos, tanto generales como específicos. También se expone la justificación de la investigación, en la cual se desarrolla la razón de la existencia del problema en curso, considerando la relevancia

social, implicancias prácticas, utilidad metodológica, viabilidad y factibilidad.

El segundo capítulo comprende el marco teórico; en este, se detallan los antecedentes a nivel internacional, nacional y regional, los cuales exponen situaciones congruentes al tema de investigación. A continuación, se desarrollan las bases teóricas científicas, en las que se mencionan las teorías relacionadas con el tema.

El tercer capítulo corresponde a la sección de metodología. Aquí, se presenta el método, enfoque, diseño y nivel de investigación, así como la población y muestra, junto con la técnica e instrumentos de recolección de datos, considerando su confiabilidad y las consideraciones éticas necesarias para proteger a los participantes.

En el cuarto capítulo se presentan los resultados descriptivos e inferenciales, respondiendo a cada objetivo planteado. Sumado a ello, se plantea la discusión de los hallazgos. Finalmente, se exponen las conclusiones halladas de acuerdo con los objetivos trazados en la investigación, además de las recomendaciones que sirven como una orientación para futuros estudios. De manera análoga, se presenta la bibliografía y anexos.

CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

En la actualidad, los adolescentes que cursan el quinto año de educación secundaria presentan problemas de ansiedad, originados por diversos factores, como producto del confinamiento debido a los efectos de la pandemia en el año 2020. Esta situación ha generado un incremento significativo en dichas afecciones, perturbando su bienestar emocional (Moscoso & Nuñez, 2024)

La ansiedad, tal como se entiende actualmente, es una respuesta multidimensional que involucra componentes conductuales, cognitivos y fisiológicos, y se manifiesta como un estado de alerta frente a señales percibidas como amenazantes. Para comprender en profundidad cómo se construye y manifiesta esta respuesta, es fundamental analizar cada uno de estos componentes por separado, ya que su interacción es clave en el desarrollo y mantenimiento de la ansiedad (Fundación MMAOMPE, 2019).

Según Macías (2023), la ansiedad se entiende como la anticipación a una amenaza futura que surge de la percepción de estímulos generales potencialmente dañinos, evocando un estado de inquietud, agitación, preocupación e hipervigilancia.

En Latinoamérica, la ansiedad es un problema de salud mental significativo que ha sido estudiado ampliamente, especialmente en el contexto de la pandemia de COVID-19. Diversos estudios han señalado un incremento en la prevalencia de trastornos de ansiedad en la región durante la pandemia, con países como Argentina, Bolivia, Chile, México, Honduras y El Salvador siendo particularmente afectados. Los trastornos mentales como la depresión y la ansiedad son muy frecuentes: el 15 % de la población en edad laboral se ve afectado en algún momento dado (Organización Panamericana de la Salud, 2022). El acceso a los servicios también es bajo: aproximadamente el 56 %.

Estos trastornos contribuyen significativamente a la pérdida de productividad, las bajas

por enfermedad, la discapacidad y el desempleo. El costo total de la mala salud mental en los países en desarrollo se estima entre el 3,5 % y el 4 % del PIB. Una prioridad particular para la prevención de la salud mental es el suicidio, situación que causó unas ochocientos mil muertes en 2018 (OMS, 2019).

En el plano nacional, en Perú, la situación de la ansiedad y otros trastornos de salud mental ha mostrado un incremento alarmante en los últimos años. En los primeros tres meses de 2023, se atendieron 434,731 casos relacionados con la salud mental, lo que representa un aumento significativo respecto a años anteriores. Este incremento es consistente con un aumento del 19.21 % en las atenciones entre 2021 y 2022 (Diario Perú 21, 2023).

La ansiedad se ha demostrado como un factor determinante en el desempeño de los estudiantes peruanos, ya que el temor al fracaso y la presión por cumplir con las expectativas del entorno social suelen generar síntomas de tensión, dificultades para la concentración, insomnio y, en algunos casos, dolores de cabeza y problemas de salud. Además, la ansiedad puede verse exacerbada por factores contextuales, como la inseguridad económica y la falta de apoyo en el hogar.

En el plano regional, en la institución educativa Galileo en la ciudad de Cusco, especialmente en los estudiantes del quinto año de secundaria, se ha encontrado una etapa de transición marcada por exigencias académicas, decisiones vocacionales, presiones sociales y expectativas familiares. Estas circunstancias generan una carga emocional significativa que, de no ser abordada oportunamente, puede afectar diversas esferas del desarrollo personal y educativo del estudiante.

En este sentido, muchos estudiantes evidencian síntomas físicos como tensión muscular, sudoración excesiva, palpitaciones, molestias gastrointestinales y alteraciones en el sueño. Estos síntomas suelen ir acompañados de manifestaciones psicológicas como irritabilidad, miedo constante, sensación de agobio, falta de motivación y estados de ánimo

variables. Asimismo, en el plano cognitivo, se ha identificado que los estudiantes experimentan dificultades para concentrarse, pensamientos repetitivos y negativos, dudas constantes y bloqueos mentales durante exámenes o exposiciones.

La presencia persistente de estos síntomas no solo interfiere con el rendimiento académico, sino que también limita la capacidad del estudiante para establecer relaciones interpersonales saludables y tomar decisiones con seguridad. La ansiedad, si no se detecta y trata a tiempo, puede evolucionar hacia trastornos más severos que comprometen el bienestar emocional y la trayectoria educativa de los adolescentes.

De mantenerse las condiciones actuales sin una intervención estructurada, la ansiedad en los estudiantes podría intensificarse en frecuencia y gravedad, afectando no solo su desempeño académico, sino también su salud integral y su inserción futura en el ámbito universitario o laboral. Por ello, resulta urgente y necesario identificar los niveles y características de la ansiedad en esta población escolar, considerando sus dimensiones físicas, psicológicas y cognitivas, a fin de diseñar estrategias de apoyo adecuadas desde la institución educativa y los servicios especializados.

1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.2.1. PROBLEMA GENERAL

¿Cuál es el nivel de ansiedad de los estudiantes de quinto grado de secundaria en la institución educativa Galileo de Cusco en el año 2024?

1.2.2. PROBLEMAS ESPECIFICOS

¿Cuál es el nivel de los síntomas físicos de la ansiedad en estudiantes de quinto grado de secundaria en la institución educativa Galileo de Cusco en el año 2024?

¿Cuál es el nivel de los síntomas psicológicos de la ansiedad en estudiantes de quinto grado de secundaria en la institución educativa Galileo de Cusco en el año 2024?

¿Cuál es el nivel de los síntomas cognitivos de la ansiedad en estudiantes de quinto

grado de secundaria en la institución educativa Galileo de Cusco en el año 2024?

1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1. OBJETIVO GENERAL

Analizar el nivel de ansiedad de los estudiantes de quinto grado de secundaria en la institución educativa Galileo de Cusco en el año 2024.

1.3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

Analizar el nivel de los síntomas físicos de la ansiedad en estudiantes de quinto grado de secundaria en la institución educativa Galileo de Cusco en el año 2024.

Describir el nivel de los síntomas físicos de la ansiedad en estudiantes de quinto grado de secundaria en la institución educativa Galileo de Cusco en el año 2024.

Conocer el nivel de los síntomas cognitivos de la ansiedad en estudiantes de quinto grado de secundaria en la institución educativa Galileo de Cusco en el año 2024.

1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA

La presente investigación se sustenta en teorías psicológicas del desarrollo adolescente y en enfoques neuropsicológicos sobre los trastornos de ansiedad. Desde diferentes enfoques, fundamentado en las funciones ejecutivas como la autorregulación y el control de impulsos, siendo particularmente relevante durante la adolescencia. El estudio busca ampliar el conocimiento sobre cómo estos dos fenómenos interactúan y se presentan en un entorno educativo específico.

1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA

En el ámbito práctico, esta investigación resulta pertinente para docentes, padres de familia y profesionales en psicología educativa, ya que proporciona evidencias concretas sobre el nivel de ansiedad en los estudiantes del último año de secundaria. Estos datos permitirán identificar con mayor claridad a los adolescentes que requieren acompañamiento emocional.

Además, los resultados podrán servir como base para el diseño e implementación de programas de intervención para reducir los niveles de ansiedad y, en consecuencia, favorecer la toma de decisiones responsables en los jóvenes. De este modo, se contribuye a mejorar el clima escolar y el bienestar general del estudiante.

1.5. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA

La investigación sobre la ansiedad en estudiantes de quinto año de secundaria en la institución educativa Galileo de Cusco en el año 2024 emplea un diseño cuantitativo, descriptivo y transversal para obtener datos precisos y actuales sin intervenir en el entorno. La muestra representativa y el uso de instrumentos estandarizados garantizan la confiabilidad y validez de los resultados, facilitando la identificación de niveles de ansiedad y aportando información útil para diseñar estrategias de prevención y apoyo en el ámbito escolar.

Según Merino (2019), la justificación metodológica orienta a identificar la prevalencia y distribución de fenómenos como la ansiedad, proporcionando datos cuantificables y comparables que ayudan a comprender la situación actual y a fundamentar la toma de decisiones en salud pública o educativa.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES

Casildo et al. (2024), en su estudio *Explorando la ansiedad académica en estudiantes de una preparatoria en Montemorelos, Nuevo León*, propone identificar el nivel de ansiedad en estudiantes de nivel preparatoria en la ciudad de Montemorelos, México. Para ello, se llevó a cabo una investigación con enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, descriptivo y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 44 alumnos de una preparatoria ubicada en Montemorelos, Nuevo León. Como instrumento de evaluación se utilizó el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE). Los resultados evidenciaron que un 65,9 % de los estudiantes presentó niveles elevados de ansiedad, lo que sugiere una predisposición constante a experimentar ansiedad como parte de su forma habitual de reaccionar ante diversas situaciones. Por otro lado, el 43,2 % manifestó niveles altos de ansiedad estado, indicando que una parte significativa de los participantes también experimenta ansiedad de forma temporal o circunstancial. En conclusión, se determinó que más de la mitad de los adolescentes evaluados tienden a experimentar ansiedad de manera persistente, lo cual puede tener implicaciones importantes en su bienestar emocional y desempeño académico. Asimismo, una proporción considerable mostró ansiedad transitoria, reflejando una respuesta emocional ante situaciones específicas.

Bueno (2016), en su estudio *Niveles de ansiedad en estudiantes de séptimo año de educación general básica*, tuvo como propósito identificar los niveles de ansiedad presentes en estudiantes de séptimo año de Educación General Básica. Se desarrolló un estudio con enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo-relacional. Para la recolección de datos se utilizó la Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños (CMAS-R), elaborada por Reynolds y Richmond en 1985. Este instrumento fue aplicado a una muestra de 65 estudiantes pertenecientes a una institución

educativa del entorno local. Los resultados obtenidos evidenciaron que el 60 % de los estudiantes evaluados presentaron un nivel de ansiedad moderado, mientras que el 22,22 % se ubicaron en niveles altos de ansiedad. Esta tendencia también se reflejó en cada una de las subescalas del instrumento aplicado, lo que refuerza la consistencia de los hallazgos. En conclusión, se identificó que la mayoría de los estudiantes experimentan ansiedad en un grado moderado, lo cual podría influir en su desempeño académico y en su bienestar emocional general. La presencia de niveles altos de ansiedad en una parte significativa de la muestra, especialmente en las niñas, sugiere la necesidad de implementar estrategias preventivas y de intervención que favorezcan el desarrollo emocional saludable de los estudiantes en esta etapa escolar.

Luna (2022), en su *estudio Identificación de los niveles de ansiedad en adolescentes en una institución religiosa en Santo Domingo de los Tsáchilas*, plantea como objetivo principal identificar los niveles de ansiedad que presentaban los adolescentes durante la pandemia en una institución religiosa ubicada en Santo Domingo de los Tsáchilas. Aquí, se plantearon como objetivos específicos establecer el nivel de ansiedad predominante en función de la edad, así como determinar los niveles de ansiedad que prevalecían según el sexo de los adolescentes pertenecientes a dicha institución. La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, transversal y de tipo descriptivo. La muestra estuvo conformada por 92 adolescentes, cuyas edades oscilaban entre los 12 y 17 años. Para la recolección de datos se utilizó como instrumento el Inventario de Ansiedad de Beck, reconocido por su eficacia para evaluar niveles de ansiedad. En cuanto a los resultados obtenidos, se evidenció que el 20 % de los adolescentes presentaba un nivel de ansiedad grave, el 26 % un nivel moderado, el 22 % un nivel leve y el 30 % no mostró signos de ansiedad. En conclusión, se identificó que la ansiedad afectó en mayor medida a las adolescentes mujeres durante la pandemia. Además, los niveles de ansiedad encontrados variaron, siendo el nivel moderado el que predominó en la población

evaluada, lo que pone en evidencia la importancia de prestar atención a la salud mental de los adolescentes en este tipo de contextos.

Solis y Gonzales (2020), presentaron un estudio sobre *Niveles de ansiedad en adolescentes: la presente investigación tuvo como objetivo analizar los niveles de ansiedad en los adolescentes que cursan el bachillerato en la ciudad de Cuenca, Ecuador*. El estudio se enmarcó en un enfoque cuantitativo y utilizó como instrumento la Escala de Ansiedad Manifiesta CMAS-R, la cual fue aplicada a una muestra conformada por 286 estudiantes de un colegio fiscal. Los resultados evidenciaron que el 57.4 % de los adolescentes presenta un nivel medio de ansiedad, mientras que el 24.6 % manifiesta un nivel alto y un 9.8 % reporta un nivel preocupante. Además, se identificó que los tipos de ansiedad que mostraron mayor prevalencia fueron las relacionadas con Preocupaciones Sociales/Concentración y la Ansiedad Fisiológica. En conclusión, se determinó que una parte considerable de los adolescentes evaluados experimenta niveles significativos de ansiedad, especialmente en lo referente a la preocupación por las relaciones sociales, el rendimiento académico y las manifestaciones físicas de la ansiedad. Estos resultados ponen de manifiesto la necesidad de diseñar estrategias de apoyo emocional y psicológico dentro del ámbito escolar para prevenir consecuencias negativas en el desarrollo integral de los adolescentes.

2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES:

Zagazeta (2023), en su estudio *Ansiedad manifiesta en adolescentes de una Institución Educativa del este en Lima Metropolitana*, busca determinar los niveles de ansiedad en los adolescentes de una institución educativa ubicada en el este de Lima Metropolitana. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental de corte transversal. Como instrumento de recolección de datos se empleó la Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños (CMAS-R) de Richmond y Reynolds (1997), aplicada a una población conformada por 156 adolescentes, hombres y mujeres, cuyas edades oscilaron entre los 12 y 17 años. Los

resultados evidenciaron que, de manera general, los adolescentes presentan niveles medios de ansiedad tanto en términos globales como en las distintas áreas evaluadas por el instrumento. En conclusión, se determinó que el 49.4 % de los participantes presenta un nivel medio de ansiedad (tomando en cuenta los aspectos sociales y psicológicos), seguido de un 28.2 % que reporta un nivel alto y un 22.4 % con un nivel bajo.

Álvarez (2020), en su estudio *Ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de la Institución Educativa N° 006 Mercedes Matilde Avalos de Herrera – Tumbes*, se propone determinar el nivel de ansiedad en los estudiantes del cuarto y quinto año de la Institución Educativa N.º 006 Mercedes Matilde Ávalos de Herrera, ubicada en Tumbes. Para lograr este propósito, se aplicó una metodología de enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo, con un diseño no experimental y de corte transversal. La población estuvo conformada por 142 estudiantes de ambos sexos, quienes respondieron a la Escala de Autoevaluación de Ansiedad (EAA) del Dr. William Zung, instrumento compuesto por 20 ítems. Los resultados mostraron que el 48,59 % de los estudiantes se encontraban dentro de los límites normales de ansiedad. Sin embargo, un 40,14 % presentó niveles de ansiedad que oscilaban entre mínima y moderada, mientras que el 9,15 % evidenció ansiedad marcada, de nivel alto (predominando el aspecto cognoscitivo). A partir de estos hallazgos, se concluye que, si bien la mayoría de los estudiantes evaluados no presentan niveles clínicamente preocupantes de ansiedad, existe un porcentaje significativo que sí muestra síntomas que podrían interferir con su bienestar emocional. Esto pone de manifiesto la necesidad de fortalecer las acciones preventivas y de apoyo psicológico dentro del entorno educativo, con el fin de atender oportunamente a aquellos estudiantes en riesgo.

Zegarra (2024), en su estudio sobre la ansiedad generalizada en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima, plantea determinar el nivel de ansiedad generalizada en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional ubicada en

Lima Norte. Para ello, se empleó un enfoque cuantitativo con un diseño descriptivo y transversal. La población estuvo conformada por estudiantes de secundaria de dicha institución, y la muestra incluyó a 200 alumnos. Se aplicó la técnica de encuesta utilizando como instrumento el cuestionario GAD-7, que consta de siete ítems para evaluar la ansiedad generalizada. En cuanto a las características demográficas, la edad de los estudiantes osciló entre 12 y 17 años, con una media de 14.72 años. Respecto al sexo, predominó el género masculino con un 53.9 % (n=205), seguido por el femenino con un 46.1 % (n=175). Con relación a los niveles de ansiedad generalizada, se encontró que el 40.5 % (n=154) presentó ansiedad leve, el 33.7 % (n=128) ansiedad moderada, el 18.9 % (n=72) no evidenció síntomas de ansiedad y un 6.8 % (n=26) mostró ansiedad severa. Se concluye que la mayoría de los estudiantes evaluados presentan niveles de ansiedad leve, seguidos por aquellos con ansiedad moderada, mientras que una menor proporción no presenta ansiedad y solo un pequeño grupo presenta ansiedad severa. Estos resultados resaltan la necesidad de implementar estrategias de apoyo emocional y prevención dentro del contexto educativo para mejorar el bienestar psicológico de los estudiantes.

Saavedra (2023), en su estudio *Niveles de ansiedad en estudiantes de secundaria en el retorno a la presencialidad en Colegio Nacional de JLO-Chiclayo*, propone determinar los niveles de ansiedad en estudiantes de secundaria. Para ello, se llevó a cabo un estudio descriptivo de corte transversal que incluyó una muestra de 286 alumnos, seleccionados de una población total de 800 estudiantes de primero a quinto grado de secundaria. La recolección de datos se hizo mediante un cuestionario estructurado en dos secciones: una destinada a obtener información sociodemográfica y otra para evaluar la ansiedad, utilizando la escala del trastorno de ansiedad generalizada (GAD-7). Los resultados mostraron que la mediana de edad de los participantes fue de 15 años, con un rango entre 12 y 19 años. Se encontró que el nivel de ansiedad leve fue el más frecuente, presentándose en el 36.36 % de los estudiantes, mientras

que la ansiedad severa tuvo la menor prevalencia, con un 17.48 %. En conclusión, la mayoría de los estudiantes de secundaria presentaron síntomas de ansiedad, destacándose el nivel leve como el más común. Además, el quinto grado fue el curso con la mayor incidencia de ansiedad.

Crespin (2023), en su estudio *Nivel de ansiedad en los alumnos del 5° grado de secundaria del colegio “Manuel T. García Cerrón: I E N° 3071”*, evalúa el nivel de ansiedad en adolescentes, enfocándose en los estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Manuel T. García Cerrón (IE N.º 3071) durante el año 2022. El objetivo principal fue determinar el nivel de ansiedad en esta población estudiantil. Para ello, se utilizó un enfoque cuantitativo, con un nivel descriptivo, diseño transversal, prospectivo y no experimental. La muestra estuvo conformada por estudiantes de quinto grado, distribuidos en tres secciones. En cuanto a los datos sociodemográficos, se observó una distribución equitativa por género (50 % mujeres y 50 % varones), con predominancia de la edad de 16 años (71 %), abarcando un rango de 15 a 17 años. La sección con mayor representación fue Quinto A con un 36 %, seguida por quinto C con un 35 % y quinto B con un 29 %. Para medir el nivel de ansiedad, se aplicó la escala de estanoles, obteniéndose un nivel general de ansiedad medio en el 57 % de los alumnos, seguido por un nivel bajo en el 37 %. Específicamente, en la dimensión de ansiedad rasgo, la mayoría de los estudiantes presentó un nivel medio (59 %), mientras que en la dimensión de ansiedad estado predominó un nivel bajo (51 %). Estos resultados reflejan que más de la mitad de los estudiantes presentan un nivel moderado de ansiedad, lo que resalta la necesidad de implementar estrategias preventivas y de apoyo emocional en el ámbito educativo para mejorar su bienestar integral.

2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES

En la revisión de literatura para la presente investigación se evidenció una escasa disponibilidad de antecedentes relacionados con la temática abordada. Esta limitación resalta la necesidad de profundizar en el tema, dado que su relevancia no ha sido suficientemente

explorada en el contexto académico. La investigación, por tanto, busca contribuir a este vacío teórico, proporcionando nuevos hallazgos que puedan enriquecer el campo de estudio y servir de base para futuras investigaciones.

En este sentido, Chávez (2023), en su estudio, busca determinar los factores de riesgo asociados al estrés y la ansiedad en adolescentes de 15 y 16 años de la Institución Educativa Educandas, Cusco, durante el periodo julio-diciembre del año 2022. El estudio fue de tipo correlacional con un diseño no experimental. Según el nivel, se clasificó como descriptivo-correlacional, de corte transversal y con enfoque prospectivo. La muestra incluyó adolescentes de ambos sexos con edades comprendidas entre 15 y 16 años, y se aplicaron instrumentos estandarizados para evaluar ansiedad estado, ansiedad rasgo y niveles de estrés.

Los datos revelaron que el 100 % de los adolescentes evaluados presentaron algún nivel de ansiedad, tanto en su forma estado como rasgo. Asimismo, se encontró que el 100 % de las participantes femeninas experimentaban estrés en distintos niveles. El sexo femenino y la etapa adolescente fueron identificados como factores sociodemográficos de riesgo para desarrollar ansiedad. En contraste, pertenecer a una familia nuclear o extensa actuó como un factor protector. Respecto a los estilos de vida, se identificaron como factores de riesgo la falta de actividad física, el sobrepeso u obesidad y dormir menos de seis horas diarias, todos asociados a niveles elevados de ansiedad y estrés. Se concluye que más del 50 % de los estudiantes presentaron niveles altos de estrés y ansiedad. Entre los principales factores de riesgo identificados destacan el sexo, la edad, los hábitos de sueño inadecuados, la inactividad física y el sobrepeso u obesidad. Estos hallazgos evidencian la necesidad de implementar estrategias de prevención y promoción de la salud mental en el entorno escolar, enfocadas especialmente en mejorar el estilo de vida de los adolescentes.

Huampotupa y Rodríguez (2022), en su estudio *Ansiedad en estudiantes de secundaria que realizan clases virtuales en la Institución Educativa General Ollanta de Urubamba-Cusco*

2021, proponen identificar los niveles de ansiedad en estudiantes de nivel secundario que participaron en clases virtuales durante el año 2021. El estudio se enmarcó en un enfoque cuantitativo, con un diseño descriptivo y no experimental. La muestra estuvo conformada por 251 estudiantes de los grados tercero, cuarto y quinto de educación básica regular del nivel secundario. Para la recolección de datos se empleó el Cuestionario STAI (State-Trait Anxiety Inventory), elaborado por C.D. Spielberger, el cual está diseñado para adolescentes y adultos, siempre que cuenten con un nivel cultural básico que les permita comprender las instrucciones y afirmaciones del instrumento.

Los resultados indicaron que un alto porcentaje de los estudiantes, el 83 %, presentó niveles elevados de ansiedad de estado, es decir, ansiedad vinculada a situaciones concretas y temporales, como el entorno de las clases virtuales. En contraste, solo el 25 % evidenció niveles altos de ansiedad de rasgo, lo cual implica una tendencia más estable y persistente a reaccionar de forma ansiosa. Estos hallazgos destacan la importancia de atender prioritariamente los factores situacionales que incrementan la ansiedad en los estudiantes, siendo la ansiedad de estado la dimensión más significativa a considerar en este contexto educativo.

2.2. BASES TEÓRICAS

2.2.1. ANSIEDAD

Es un estado emocional en el que una persona presenta síntomas como miedo o desesperación. Es la respuesta de adaptación por diferentes amenazas para que el cuerpo se prepare ante situaciones peligrosas. Tratándose del estado emocional con diferentes situaciones psicopatológicas con trastornos de ansiedad que comparten miedo y agitación excesivos, y conductas que exacerban el trastorno (Alvarado & Guijarro, 2017).

Álvarez et al. (2012) señalan que la ansiedad es un estado emocional donde se mezclan los sentimientos, reacciones y conductas que ejecuta un individuo. De igual forma, el miedo se entiende como un mecanismo adaptativo natural que nos permite estar alerta ante

acontecimientos que suponen un peligro. Expresar cierto nivel de miedo proporciona un mecanismo preventivo adecuado contra situaciones peligrosas. Una cantidad moderada de ansiedad ayuda a las personas a concentrarse y enfrentar diversos desafíos. La teoría psicoanalítica desarrollada por Sigmund Freud postula que la ansiedad surge de conflictos inconscientes entre los impulsos instintivos (como el deseo sexual o agresivo) y las defensas psicológicas utilizadas para mantener esos impulsos bajo control. Según Freud, la ansiedad puede ser el resultado de la incapacidad para manejar estos conflictos de manera efectiva (Rodríguez, 2019).

La teoría cognitiva de la ansiedad, así como la teoría del procesamiento de la información de ansiedad de Donald Meichenbaum, sugieren que la ansiedad surge de interpretaciones negativas y distorsionadas de la realidad. Los pensamientos automáticos negativos, las creencias irracionales y los esquemas cognitivos disfuncionales pueden contribuir al mantenimiento de la ansiedad (Muñoz & Perez, 2017).

La teoría evolutiva sugiere que la ansiedad puede haber evolucionado como un mecanismo adaptativo para ayudar a los individuos a anticipar y responder a posibles amenazas en su entorno. Sin embargo, en la sociedad moderna, este sistema de alarma puede activarse de manera inapropiada o excesiva, lo que lleva a la ansiedad crónica (Muñoz & Perez, 2017).

2.2.2. TIPOS DE ANSIEDAD

1. Enfoque psicoanalítico

El enfoque psicoanalítico de la ansiedad, desarrollado por Sigmund Freud y posteriormente elaborado por otros psicoanalistas, se centra en la comprensión de la ansiedad como resultado de conflictos internos y procesos inconscientes. Según esta perspectiva, la ansiedad surge cuando los impulsos y deseos inconscientes entran en conflicto con las demandas del yo y los ideales del superyó.

Freud identificó dos tipos principales de ansiedad: la ansiedad realista, que surge ante

peligros reales y se manifiesta como miedo, y la ansiedad neurótica, que proviene de conflictos internos y se experimenta como angustia sin un peligro real evidente. La ansiedad neurótica, según Freud, está relacionada con el conflicto entre los impulsos instintivos (el ello), las restricciones morales (el superyó) y la realidad (el yo).

En el tratamiento psicoanalítico de la ansiedad, se busca explorar y hacer conscientes estos conflictos inconscientes mediante el análisis de los sueños, los lapsus lingüísticos y otros fenómenos psíquicos. El psicoanalista ayuda al paciente a explorar sus pensamientos, emociones y recuerdos reprimidos para comprender cómo contribuyen a sus síntomas de ansiedad. A través del proceso de análisis y la interpretación de las resistencias y defensas del paciente, el enfoque psicoanalítico apunta a reducir la ansiedad al resolver los conflictos subyacentes y facilitar la integración de partes del yo que han sido reprimidas o disociadas. Este enfoque busca no solo aliviar los síntomas de ansiedad, sino también promover un mayor autoconocimiento y un ajuste emocional más saludable.

Los tipos de ansiedad según Sigmund Freud (como se citó en Rodríguez, 2019), refieren a instancias psíquicas que conforman los procesos mentales.

A. La ansiedad realista:

Según Rodríguez (2019), este tipo de ansiedad representa una respuesta emocional natural y adaptativa ante situaciones que representan un peligro o amenaza real para el individuo. Esta forma de ansiedad surge cuando una persona se enfrenta a circunstancias objetivamente peligrosas o estresantes, y su propósito es movilizar recursos físicos y mentales para afrontar o evitar el peligro. A diferencia de otros tipos de ansiedad, la ansiedad realista es proporcional a la situación y se considera una reacción normal y esperada ante eventos que pueden poner en riesgo la seguridad, el bienestar o la supervivencia.

A diferencia de otros tipos de ansiedad, como la ansiedad neurótica o la ansiedad existencial, la ansiedad realista está basada en una percepción precisa de la realidad y puede

ser útil para motivarnos a tomar acciones protectoras o preventivas.

B. La ansiedad neurótica

La ansiedad neurótica es un tipo de ansiedad que no se basa en peligros o amenazas reales, sino que proviene de conflictos internos, miedos irracionales o situaciones cotidianas que no deberían generar tanto estrés. A menudo, está relacionada con preocupaciones excesivas, pensamientos negativos recurrentes y una sensación general de malestar que puede afectar el funcionamiento diario de una persona. Esta ansiedad suele ser desproporcionada en comparación con la situación que la desencadena y puede interferir significativamente con la vida laboral, social y personal del individuo (Rodríguez, 2019).

C. La ansiedad moral

La ansiedad moral es un tipo de ansiedad que surge de conflictos internos relacionados con valores, principios éticos y normas morales. Este tipo de ansiedad se manifiesta cuando una persona se enfrenta a situaciones en las que siente que sus acciones, pensamientos o deseos están en conflicto con sus propios estándares morales o los de su sociedad. La ansiedad moral puede generar sentimientos de culpa, vergüenza y autorreproche, y está relacionada con el temor de hacer algo que se perciba como incorrecto o inmoral. Es común en personas con una fuerte conciencia ética y puede influir en su comportamiento y decisiones, llevándolas a actuar de manera que se alinee con sus principios morales para aliviar el malestar (Rodríguez, 2019).

Esta forma de ansiedad puede manifestarse cuando alguien enfrenta decisiones o situaciones que van en contra de su sentido del bien y del mal, provocando sentimientos de culpa, vergüenza o remordimiento. La ansiedad moral a menudo se relaciona con dilemas éticos y puede ser particularmente intensa en individuos con fuertes convicciones morales, llevándolos a experimentar un conflicto interno significativo.

2. Enfoque cognitivo conductual

El enfoque conductual de la ansiedad se centra en entender y tratar los trastornos de

ansiedad a través del estudio del comportamiento observable y la aplicación de principios de aprendizaje. Este enfoque considera que la ansiedad y sus síntomas son aprendidos y mantenidos por factores ambientales y de aprendizaje. Se enfoca en identificar los estímulos que desencadenan la ansiedad y las respuestas mal adaptativas que las personas desarrollan para enfrentar esas situaciones temidas (Beck & Clark, 2010)

Las técnicas conductuales para tratar la ansiedad incluyen la exposición gradual a los estímulos temidos (exposición en vivo o imaginaria), técnicas de relajación como la respiración diafragmática y el entrenamiento en habilidades de afrontamiento. El objetivo es modificar las respuestas condicionadas de ansiedad, promoviendo la adaptación a través de nuevas respuestas y comportamientos que reduzcan la ansiedad y mejoren la calidad de vida del individuo. Este enfoque ha demostrado ser eficaz en el tratamiento de trastornos como el trastorno de pánico, las fobias específicas, el trastorno obsesivo-compulsivo y el trastorno de estrés postraumático, entre otros.

Los tipos de ansiedad según Beck y Clark (2010) son:

A. Ansiedad Generalizada (Trastorno de Ansiedad Generalizada, TAG)

Se trata de un trastorno de ansiedad crónica caracterizado por una preocupación excesiva y persistente por diversos acontecimientos y actividades cotidianos. Los pacientes con TAG tienden a esperar lo peor en muchas situaciones, incluso cuando no hay ningún motivo objetivo para preocuparse (Beck & Clark, 2010)

Esta preocupación constante puede ir acompañada de síntomas físicos como tensión muscular, irritabilidad, dificultad para concentrarse, dificultad para dormir y sensación de inquietud y nerviosismo. El TAG puede alterar significativamente la vida diaria de una persona, afectando el desempeño laboral, las relaciones interpersonales y el bienestar general.

El tratamiento suele incluir terapia cognitivo-conductual, técnicas de relajación y, en ocasiones, medicación para aliviar los síntomas y mejorar la calidad de vida del paciente. Las

personas con TAG tienden a esperar lo peor, incluso en situaciones que pueden no representar una amenaza real. Estas preocupaciones suelen ser difíciles de controlar y pueden interferir gravemente con la vida diaria, afectando el trabajo, las relaciones interpersonales y la salud física. Los síntomas comunes incluyen inquietud, fatiga, dificultad para concentrarse, irritabilidad, tensión muscular y dificultad para conciliar el sueño.

El tratamiento suele ser una combinación de psicoterapia, que incluye terapia cognitivo-conductual, a veces con medicamentos ansiolíticos, para ayudar a las personas a controlar los síntomas y mejorar la calidad de vida.

B. Ansiedad Social

Según este tipo de ansiedad, se manifiesta en situaciones sociales o de desempeño, donde una persona teme ser evaluada negativamente por los demás. Las personas con ansiedad social pueden experimentar un intenso miedo a la crítica, la vergüenza o la humillación, lo que puede llevar a evitar situaciones como hablar en público, conocer gente nueva o participar en reuniones sociales (Beck & Clark, 2010). Los síntomas pueden incluir palpitaciones, sudoración, temblores, y dificultad para hablar. Esta ansiedad puede interferir significativamente con la vida diaria y las relaciones, y a menudo requiere intervención terapéutica para ser manejada eficazmente.

Las personas que sufren de ansiedad social pueden experimentar síntomas como sudoración, temblores, palpitaciones, rubor facial y una fuerte sensación de incomodidad al interactuar con otros, especialmente en situaciones desconocidas o en las que se sienten observadas. Esta ansiedad puede llevar a evitar eventos sociales, afectar las relaciones interpersonales y limitar las oportunidades académicas y laborales, impactando significativamente la calidad de vida de quienes la padecen.

C. Trastorno de Pánico

Este tipo de trastorno es un trastorno de ansiedad caracterizado por ataques de pánico

repetidos e inesperados. Se trata de episodios de ansiedad intensa que se acompañan de síntomas físicos como palpitaciones del corazón, sudoración, temblores, dificultad para respirar, sensación de asfixia, mareos y miedo a perder el control o volverse loco (Beck & Clark, 2010). Estos ataques suelen durar varios minutos, pero el impacto emocional y el temor a sufrir nuevos ataques pueden persistir, llevando a comportamientos de evitación y afectando significativamente la calidad de vida de la persona. El trastorno de pánico puede desarrollarse sin una causa aparente y, si no se trata, puede conducir a complicaciones como la agorafobia, donde el individuo evita lugares o situaciones donde ha experimentado ataques de pánico previamente.

Estos ataques pueden incluir síntomas físicos como palpitaciones, sudoración, temblores, dificultad para respirar, dolor en el pecho, náuseas, mareo y sensaciones de irrealidad o de pérdida de control. Las personas con trastorno de pánico a menudo desarrollan un miedo constante a sufrir más ataques, lo que puede llevarlas a evitar ciertas situaciones o lugares donde creen que podrían ocurrir, afectando gravemente su vida diaria y su bienestar emocional.

D. Fobias Específicas

Comprenden trastornos caracterizados por miedo constante. Estos miedos pueden incluir animales (como arañas o serpientes), situaciones ambientales (como alturas o espacios cerrados), procedimientos médicos, o elementos específicos del entorno (Beck & Clark, 2010). Las personas con fobias específicas experimentan una respuesta de ansiedad inmediata cuando se enfrentan a la situación o estímulo temido, que puede incluir síntomas como sudoración, taquicardia, temblores y, en casos extremos, ataques de pánico. Estas fobias inciden de forma significativa en la rutina diaria, evitando miedo constante.

Estos temores suelen desencadenar una respuesta de ansiedad intensa, que puede incluir síntomas físicos como palpitaciones, sudoración, dificultad para respirar y una urgencia

incontrolable por evitar la fuente del miedo. Las fobias específicas pueden variar ampliamente en cuanto a su naturaleza, como el miedo a volar, a las alturas, a los insectos, a los espacios cerrados o a las agujas, entre otros. A menudo, estas fobias interfieren significativamente con la vida diaria de la persona afectada, limitando sus actividades cotidianas y generando un malestar considerable. El tratamiento puede incluir terapia cognitivo-conductual y técnicas de exposición gradual para ayudar a la persona a manejar y superar sus temores.

E. Ansiedad por Separación

Corresponde al trastorno que es caracterizado por miedo excesivo por la separación del círculo familiar. Este trastorno es común en niños, pero también puede afectar a adultos. Las personas con ansiedad por separación pueden experimentar angustia intensa cuando se ven separadas de la persona con la que tienen un vínculo emocional significativo, incluso si es por un corto período de tiempo. Los síntomas pueden incluir preocupaciones excesivas sobre la seguridad del ser querido, pesadillas, malestar físico ante la separación y dificultades para dormir o concentrarse. El tratamiento suele involucrar terapia psicológica, incluida la terapia cognitivo-conductual, para ayudar a reducir la ansiedad y mejorar la capacidad de la persona para manejar la separación de manera más saludable (Beck & Clark, 2010).

Las personas con ansiedad por separación pueden experimentar angustia significativa cuando se enfrentan a situaciones donde deben separarse de sus seres queridos, como ir a la escuela, al trabajo o incluso estar en diferentes habitaciones dentro de la misma casa. Los síntomas pueden incluir llanto excesivo, quejas físicas como dolores de cabeza o estómago, dificultad para concentrarse y temor intenso a que les ocurra algo malo a ellos o a sus seres queridos durante la separación. El tratamiento generalmente incluye terapia cognitivo-conductual y técnicas para fortalecer la seguridad y la autoconfianza tanto del individuo como de sus cuidadores.

2.2.3. MANIFESTACIONES DE LA ANSIEDAD

La ansiedad puede manifestarse de diversas formas, dependiendo de las situaciones específicas o estímulos que la desencadenan. En muchos casos, se evidencia a través de comportamientos evitativos que limitan significativamente la capacidad de la persona para desenvolverse con normalidad en su vida cotidiana. Cuando la ansiedad se presenta de manera generalizada y persistente, puede convertirse en una fuente considerable de sufrimiento. Las personas que la padecen suelen vivir en un estado constante de hipervigilancia, reaccionando ante estímulos percibidos como peligrosos, incluso de forma inconsciente o sin una amenaza real evidente (OMS, 2025).

2.2.4. IMPORTANCIA DE LA ANSIEDAD EN LA SALUD MENTAL

Según Penninx et al. (2021), la ansiedad juega un papel crucial en la salud mental de las personas, ya que, en su forma adaptativa, permite responder ante situaciones de riesgo o desafío, activando mecanismos de alerta necesarios para la supervivencia. Sin embargo, cuando se presenta de manera desproporcionada, persistente o sin un estímulo claro, puede convertirse en una condición debilitante que afecta diversas áreas de la vida, como el rendimiento académico, laboral, las relaciones interpersonales y la calidad de vida en general.

Su importancia radica en que, al ser una de las respuestas emocionales más comunes, también es uno de los principales factores de riesgo para el desarrollo de trastornos psicológicos si no es gestionada adecuadamente. Comprender y tratar la ansiedad resulta fundamental para preservar el equilibrio emocional, mejorar las estrategias de afrontamiento y promover una salud mental integral.

La ansiedad tiene una gran relevancia en la salud mental debido a su influencia directa en el bienestar emocional y físico de las personas. Desde una perspectiva adaptativa, la ansiedad funciona como una respuesta natural ante situaciones que demandan atención y acción, lo cual contribuye a la supervivencia y a la toma de decisiones eficientes. No obstante, cuando esta

emoción se desborda o se mantiene de manera crónica, se convierte en un factor que deteriora la calidad de vida y afecta la funcionalidad cotidiana (Drissi et al., 2020).

En el ámbito de la salud mental, los trastornos de ansiedad son de los más prevalentes, siendo responsables de altos niveles de sufrimiento emocional. Las manifestaciones clínicas abarcan síntomas fisiológicos (palpitaciones, tensión muscular, insomnio), cognitivos (pensamientos intrusivos, preocupaciones excesivas) y conductuales (evitación de situaciones o actividades). Su impacto va más allá del individuo, afectando también a su entorno familiar, social y laboral.

La importancia de abordar la ansiedad radica en la necesidad de prevenir la evolución hacia trastornos más graves, como la depresión o el síndrome de agotamiento emocional. La intervención temprana mediante terapias psicológicas, estrategias de afrontamiento saludables y, en algunos casos, tratamiento farmacológico, contribuye a restablecer el equilibrio emocional. Desde una perspectiva preventiva, educar sobre la gestión de la ansiedad es fundamental para dotar a las personas de herramientas que les permitan enfrentar los desafíos cotidianos sin comprometer su salud mental (Axelsson, 2020).

2.2.5. DIMENSIONES DE ANSIEDAD

A. Síntomas físicos

Cuando una persona experimenta ansiedad, su cuerpo reacciona físicamente debido a la activación del sistema nervioso autónomo. Esto puede manifestarse en diversos síntomas, como un aumento en la frecuencia cardíaca, sudoración excesiva y tensión muscular. Además, pueden surgir sensaciones de mareos, dificultad para respirar o incluso náuseas. El cuerpo puede sentirse más tenso y fatigado, y en algunos casos, la persona puede temblar o tener la sensación de estar a punto de desmayarse. Estos síntomas físicos son parte de la respuesta de lucha o huida que prepara al cuerpo para enfrentar una amenaza, aunque en el caso de la ansiedad, la “amenaza” a menudo es percibida como una preocupación o estrés (Sierra &

Ortega, 2018).

B. Síntomas psicológicos

La ansiedad no solo afecta al cuerpo, sino que también influye en el estado emocional de la persona. A nivel psicológico, se experimentan sentimientos de angustia, nerviosismo o un miedo constante a lo desconocido. La persona puede sentirse irritable, con la sensación de estar al límite e incapaz de relajarse. Esta ansiedad emocional se puede agravar al no poder controlar los pensamientos o las emociones, lo que lleva a la sensación de desesperanza o de que no se tiene el control sobre lo que está sucediendo (Sierra & Ortega, 2018).

C. Síntomas cognitivos

A nivel cognitivo, la ansiedad también se manifiesta a través de patrones de pensamiento que dificultan la concentración y el razonamiento claro. Las personas con ansiedad a menudo se sienten atrapadas en un ciclo de preocupación constante, anticipando escenarios negativos o catástrofes. Esto puede llevar a pensamientos distorsionados, donde la mente se bloquea o la persona siente que no puede pensar con claridad. La sensación de que algo terrible podría suceder y la incapacidad de centrarse en tareas cotidianas son comunes en los síntomas cognitivos de la ansiedad (Sierra & Ortega, 2018).

2.3. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Operacionalización de variables: Ansiedad

Ansiedad en estudiantes de quinto año de secundaria en la institución educativa Galileo, Cusco

Variable de estudio: Ansiedad

Conceptualización de la variable: Es un estado emocional caracterizado por sentimientos de tensión, preocupación y malestar, acompañado de cambios fisiológicos como aumento del ritmo cardíaco, sudoración o dificultad para concentrarse. Se considera una reacción anticipatoria frente a una posible amenaza, ya sea real o imaginaria. Si es excesiva o persistente, puede convertirse en un trastorno que afecta la salud mental y el bienestar de la persona (Sierra & Ortega, 2018).

Definición operacional: Es una reacción que afecta a la persona en varios niveles, desde el nivel físico, manifestado en el aumento del ritmo cardíaco, sudoración, tensión muscular y dificultad para respirar. En el plano psicológico, la ansiedad se siente como una sensación de miedo, nerviosismo o inquietud constante. Por último, en el aspecto cognitivo, la persona experimenta pensamientos negativos, dificultades para concentrarse y una tendencia a imaginar escenarios de peligro o desastre, aunque no haya una amenaza real. Estos tres tipos de síntomas juntos hacen que la ansiedad interfiera en la vida diaria y el bienestar emocional.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Síntomas físicos	<ul style="list-style-type: none">- Taquicardia, palpitaciones, dolor u opresión precordial.- Palidez.- Exceso de calor.- Náuseas.	1,2,3,4	Escala ordinal

	<ul style="list-style-type: none"> - Dolor de cabeza, vértigo o mareos. - Temblores, hormigueo. - Sudoración y resequedad en la boca. 		
Síntomas psicológicos	<ul style="list-style-type: none"> - Preocupación, nerviosismo. - Sensación de ahogo, dificultad para respirar. - Miedo. - Irritabilidad, inquietud. - Desasosiego, ausencia de calma y tranquilidad - Ideas erróneas. 	5,6,7,8	Escala ordinal
Síntomas cognitivos	<ul style="list-style-type: none"> - Dificultad para concentrarse - Distracción. - Incapacidad para llevar a cabo sus tareas habituales, olvido. 	9,10,11,12,13	Escala ordinal

Nota. Elaboración propia.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. MÉTODO DE INVESTIGACIÓN

3.1.1. SEGÚN EL PROPÓSITO EXTRÍNSECO DE LA INVESTIGACIÓN

De acuerdo con el propósito, la investigación es de alcance descriptivo, en vista de que se busca analizar la variable. La investigación descriptiva busca describir el desarrollo de una variable en un contexto específico (Merino, 2019).

3.1.2. SEGÚN EL ENFOQUE

Este trabajo sigue un enfoque cuantitativo, ya que se realiza la cuantificación de datos y los resultados se generan mediante procesamiento estadístico.

La investigación cuantitativa utiliza la recopilación y el análisis de datos para responder preguntas de investigación y probar hipótesis previamente planteadas. También se basan en mediciones numéricas, recuentos y, a menudo, en el uso de estadísticas para determinar con precisión patrones de comportamiento en las poblaciones (Hernández et al., 2014).

3.1.3. ALCANCE DE INVESTIGACIÓN

Es descriptiva, ya que se trata de una investigación de una sola variable, cuyo objetivo principal es identificar y detallar las características, comportamientos o fenómenos tal como se presentan en la realidad, sin intervenir ni manipular las variables.

Se busca comprender y describir con precisión aspectos específicos del objeto de estudio, tales como sus propiedades y frecuencias existentes. Esta investigación permitirá obtener una visión clara y detallada que facilite la comprensión del fenómeno, sirviendo como base para futuros estudios o intervenciones (Meneses & Medina, 2020).

3.1.4. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación es de diseño no experimental, ya que no busca llevar a cabo cambios en la realidad, sino únicamente analizarla. Este tipo de investigación no implica la manipulación de variables, sino que se basa principalmente en la observación de fenómenos en

su entorno natural para analizarlos posteriormente (Hernández & Mendoza, 2018).

3.1.5. PROPÓSITO INTRÍNSECO O TIPO DE INVESTIGACIÓN

Esta investigación es básica, ya que su propósito principal es recolectar información y utilizar los resultados obtenidos para construir y mejorar el conocimiento de la información existente. Además, proporciona la evidencia obtenida a la institución objetivo del análisis (Hernández et al., 2014).

3.2. POBLACIÓN

Se conoce la población de estudio como el número completo de individuos con características afines que conforman los posibles participantes de nuestro estudio. Considerando ello, la población es de 120 alumnos de cuatro secciones de quinto grado de secundaria de la institución educativa Galileo de Cusco en el año 2024.

3.3. MUESTRA

La muestra de la presente investigación se percibe como un subconjunto o parte del universo o población en que se llevará a cabo la investigación (Montero, 2013).

En este sentido, la muestra de la investigación concierne al quinto grado de secundaria, de la institución educativa Galileo de Cusco en el año 2024.

Por lo tanto, se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, seleccionando un subconjunto de la población total basado en los requerimientos específicos de la investigación y fundamentado en la prevalencia del problema estudiado.

Al respecto, el muestreo no probabilístico por conveniencia es un método de selección de muestra en el cual los participantes se eligen de manera intencional y accesible para el investigador, sin que exista un proceso aleatorio. Esto significa que la muestra está compuesta por aquellos individuos que cumplen con ciertos criterios prácticos para el estudio, en lugar de ser representativa de toda la población (Meneses & Medina, 2020).

3.4. TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

La recopilación de datos se llevó a cabo tomando como referencia el Cuestionario de Hamilton, con la finalidad de recopilar información verídica que sirva para procesar los datos estadísticos. Una encuesta es una herramienta de recolección de datos que se utiliza para obtener información sobre las opiniones, comportamientos, características o experiencias de un grupo específico de personas. Esta se compone de una serie de preguntas que pueden ser abiertas o cerradas, y su propósito es recopilar datos cuantitativos o cualitativos. Las encuestas se pueden realizar de diversas maneras, incluyendo entrevistas cara a cara, por teléfono, por correo o de manera digital a través de formularios en línea (Hernández et al., 2014).

3.5. INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

3.5.1. INSTRUMENTO

El instrumento empleado fue el cuestionario cerrado, la Escala de Ansiedad elaborada por Hamilton, en vista de que se busca conocer la realidad de los estudiantes, considerando los aspectos de elaboración:

Ficha técnica: Escala de Hamilton (Ansiedad)

Nombre original del instrumento:	Escala de ansiedad de Hamilton
Autor y año:	Hamilton, M.
Objetivo del instrumento:	Medir el nivel de ansiedad de los estudiantes
Usuarios:	Estudiantes del 5to de secundaria
Forma de administración o modo de aplicación:	Presencial
Tiempo de aplicación	15 minutos

Validez

Para medir la variable ansiedad, se ha utilizado la Escala de Ansiedad de Hamilton. Esta escala es administrada mediante la asignación de puntuaciones de 0 a 5 a cada ítem, evaluando tanto la intensidad como la frecuencia de los síntomas. La escala permite obtener dos puntuaciones: una para los síntomas físicos y otra para los síntomas psicológicos y cognitivos.

Es recomendable distinguir entre estos tipos de síntomas al interpretar los resultados. No hay puntos de corte establecidos, pero una puntuación más alta indica una mayor intensidad de la ansiedad. La escala es sensible a los cambios a lo largo del tiempo (Hamilton, 1959). Considerado en su proceso de validez, se aplicaron indicadores a 40.349 administraciones de HAM-A de 15 ensayos clínicos y a datos simulados de Monte Carlo como un sustituto para aplicar indicadores en condiciones de inconsistencia (Rabinowitz, 2022).

En la investigación realizada en Cusco por Huamán y Cruz (2022), para garantizar la validez de contenido de la escala de ansiedad de Hamilton, se empleó el instrumento original sin modificaciones, puesto que los términos utilizados en sus ítems resultaban comprensibles para los adolescentes. La escala fue sometida al juicio de cuatro expertos, quienes evaluaron y calificaron cada ítem mediante puntuaciones, valorando su pertinencia respecto al objeto de estudio, así como su precisión y adecuación para la investigación.

Los jueces seleccionados fueron psicólogos con amplia trayectoria y experiencia profesional, y la evaluación se desarrolló de manera individual mediante un cuestionario escrito que cada uno respondió. Como resultado de este proceso, el valor obtenido para el instrumento fue de 0,79, ubicándose en la categoría A, correspondiente a una adecuación total, lo que confirmó su validez y la pertinencia de su aplicación en la población objetivo.

Confiabilidad

Este instrumento ha mostrado una muy buena consistencia interna en este estudio a través del análisis de confiabilidad empleando el alfa de Cronbach para estimar la consistencia

interna y homogeneidad de los ítems, que demostró: ($\alpha = 0.81$) (Gordón et al., 2022).

Por otro lado, es necesario mencionar que Huamán y Cruz (2022), quienes, en su investigación realizada en Cusco con estudiantes de quinto de secundaria, reportaron para la variable “test de escala de ansiedad de Hamilton” un coeficiente alfa de Cronbach de 0,72, lo cual indica que se encuentra dentro del rango esperado y que el instrumento resulta altamente confiable.

Procedimiento para el recojo de información

En primera instancia, se coordinó con el director de la institución educativa Galileo la organización de actividades para la recolección de datos durante el horario escolar regular. Este paso fue esencial para garantizar la disponibilidad de todos los estudiantes de quinto año de secundaria e integrar la actividad en el programa escolar sin causar interrupciones significativas.

La recolección de información en este estudio se llevó a cabo bajo un consentimiento informado y se garantizó la confidencialidad de los datos para proteger la integridad de los estudiantes. Este aspecto constó de un documento que aclaraba la intención de la intervención del instrumento con fines académicos, por lo que se solicitó la firma de aceptación a los participantes. Además, se brindó información detallada del instrumento, resolviendo las dudas que pudieron surgir antes de la intervención. Este proceso se realizó de manera organizada para asegurar la eficiencia y precisión de la información recopilada.

En el salón de clases, y con la presencia de todos los alumnos, se les informó detalladamente sobre el propósito y la relevancia de su participación en la investigación. Se les proporcionaron instrucciones detalladas sobre cómo completar los instrumentos y se resolvió cualquier duda antes de comenzar, garantizando la comprensión de cada pregunta y su respuesta.

Los alumnos tuvieron un aproximado de quince minutos para responder el cuestionario.

Durante este tiempo, se dio supervisión al proceso y se respondió cualquier pregunta adicional. Una vez finalizados, se recogieron los cuestionarios de inmediato para asegurar la veracidad de las respuestas. La recopilación de datos se realizó de forma estructurada, asegurando que los alumnos se sintieran cómodos y protegidos al compartir información potencialmente delicada. La evaluación fue anónima mediante el uso de códigos o números de identificación en lugar de nombres para garantizar la confidencialidad. No se solicitaron los nombres de los alumnos en los cuestionarios.

Consideraciones éticas

Conforme a la ética aplicada en la investigación, esta siguió estrictamente la normativa vigente respecto a la presentación de trabajos de investigación, específicamente los lineamientos especificados por el comité de ética institucional de la Universidad Continental.

Sumado a ello, se emitieron los permisos necesarios para acceder a la población seleccionada, y se mantuvo la confidencialidad de la identidad de los estudiantes de esta investigación, garantizando la honestidad de la información proporcionada.

Se entregó el consentimiento informado a los participantes, quienes, mediante su firma, aceptaron de manera voluntaria su participación en la respuesta de los instrumentos. Los datos recabados fueron direccionados únicamente a la discusión académica, garantizando la veracidad de los resultados y negando totalmente cualquier alteración de estos, con el fin de obtener un producto fidedigno que aportara a futuras investigaciones e intervenciones.

Descripción de procedimiento de análisis

Una vez realizada la intervención de los instrumentos, se procederá con el traslado de resultados al programa estadístico SPSS v-25, revisando la conformidad de cada uno de los instrumentos. A continuación, se procederá con la agrupación de datos estadísticos en dimensiones y variables para seguidamente realizar las siguientes etapas de resultados.

CAPÍTULO V
RESULTADOS Y DISCUSIÓN

5.1. Resultados

Resultado frente al objetivo general

Analizar cuál es el nivel de ansiedad de los estudiantes de quinto grado de secundaria en la institución educativa Galileo de Cusco en el año 2024.

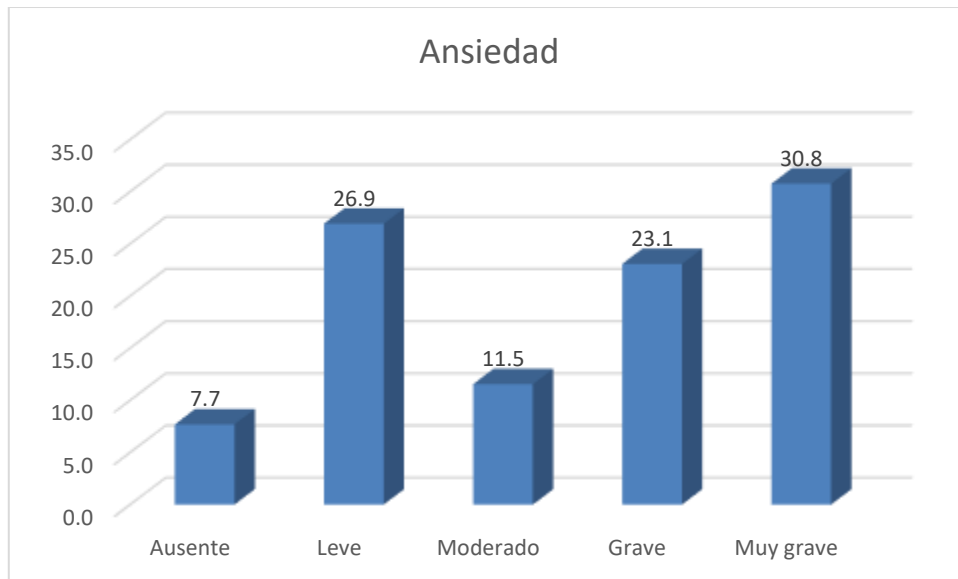
Tabla 1

Ansiedad

Ansiedad					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Ausente	2	7.7	7.7	7.7
	Leve	7	26.9	26.9	34.6
	Moderado	3	11.5	11.5	46.2
	Grave	6	23.1	23.1	69.2
	Muy grave	8	30.8	30.8	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

Figura 1

Ansiedad



Interpretación

En los resultados de la investigación sobre la ansiedad, se observa que el 30.8 % de los estudiantes evaluados presenta un nivel de ansiedad muy grave, mientras que el 23.1 % se encuentra en un nivel de ansiedad grave. Un 11.5 % muestra ansiedad en un nivel moderado, y un 26.9 % presenta ansiedad leve. Solo un 7.7 % de los estudiantes no presenta ansiedad.

Estos datos reflejan que la mayoría de los estudiantes experimenta ansiedad en niveles preocupantes.

Resultado frente al objetivo específico 1

Analizar el nivel de los síntomas físicos de la ansiedad en estudiantes de quinto grado de secundaria en la institución educativa Galileo de Cusco en el año 2024.

Tabla 2

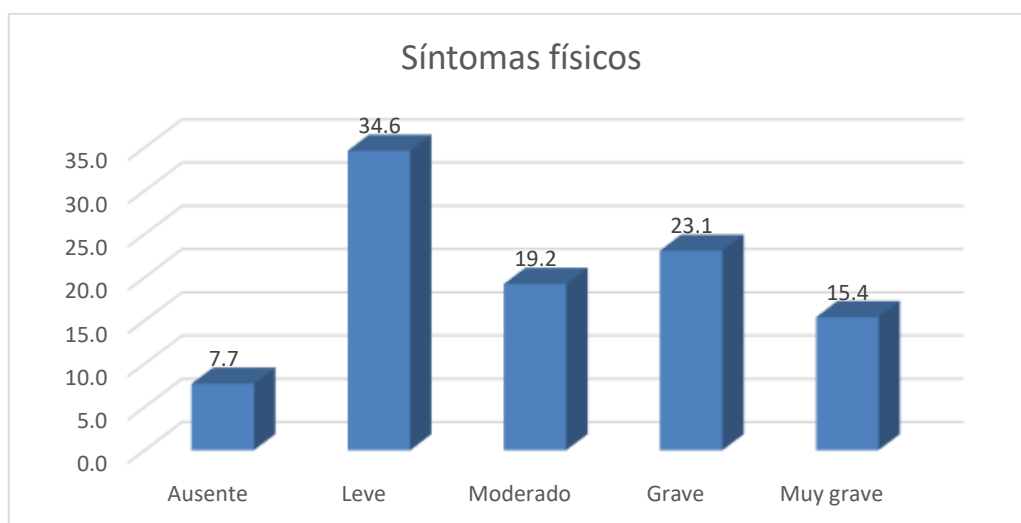
Resultado frente al objetivo específico 1

Síntomas físicos					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Ausente	2	7.7	7.7	7.7

Leve	9	34.6	34.6	42.3
Moderado	5	19.2	19.2	61.5
Grave	6	23.1	23.1	84.6
Muy grave	4	15.4	15.4	100.0
Total	26	100.0	100.0	

Figura 2

Resultado frente al objetivo específico 1



Interpretación

Frente al objetivo específico 1, los resultados evidencian que un 34.6 % de los estudiantes presenta síntomas físicos de ansiedad en un nivel leve, seguido por un 23.1 % en nivel grave y un 19.2 % en nivel moderado. Además, un 15.4 % manifiesta síntomas físicos en un nivel muy grave, mientras que solo un 7.7 % no presenta síntomas físicos de ansiedad.

Este resultado pone en evidencia la presencia significativa de manifestaciones somáticas de la ansiedad en esta población escolar.

Resultado frente al objetivo específico 2

Describir el nivel de los síntomas físicos de la ansiedad en estudiantes de quinto grado de secundaria en la institución educativa Galileo de Cusco en el año 2024.

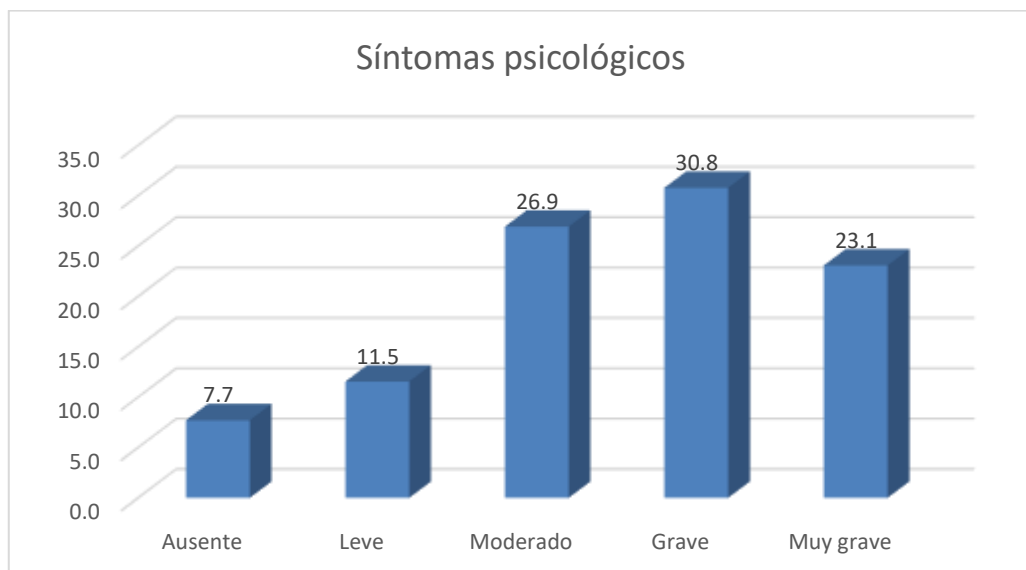
Tabla 3

Resultado frente al objetivo específico 2

Síntomas psicológicos					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Ausente	2	7.7	7.7	7.7
	Leve	3	11.5	11.5	19.2
	Moderado	7	26.9	26.9	46.2
	Grave	8	30.8	30.8	76.9
	Muy grave	6	23.1	23.1	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

Figura 3

Resultado frente al objetivo específico 2



Interpretación

En relación con el objetivo específico 2, los resultados muestran que un 30.8 % de los estudiantes presenta síntomas psicológicos de ansiedad en un nivel grave, seguido por un 26.9

% en nivel moderado y un 23.1 % en nivel muy grave. Asimismo, un 11.5 % muestra síntomas psicológicos en un nivel leve, y solo un 7.7 % no presenta este tipo de síntomas.

Este resultado refleja una afectación importante en el bienestar emocional y mental de los estudiantes, la cual requiere asistencia psicológica.

Resultado frente al objetivo específico 3

Conocer el nivel de los síntomas cognitivos de la ansiedad en estudiantes de quinto grado de secundaria en la institución educativa Galileo de Cusco en el año 2024.

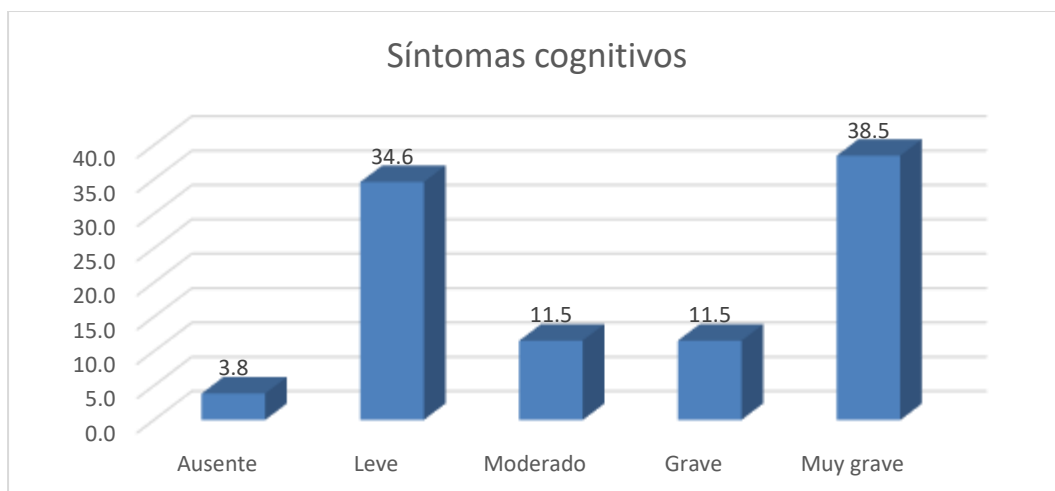
Tabla 4

Resultado frente al objetivo específico 3

Síntomas cognitivos					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Ausente	1	3.8	3.8	3.8
	Leve	9	34.6	34.6	38.5
	Moderado	3	11.5	11.5	50.0
	Grave	3	11.5	11.5	61.5
	Muy grave	10	38.5	38.5	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

Figura 4

Resultado frente al objetivo específico 3



Interpretación

Respecto al objetivo específico 3, los resultados indican que el 38.5 % de los estudiantes presenta síntomas cognitivos de ansiedad en un nivel muy grave, seguido por un 34.6 % en nivel leve. Además, un 11.5 % reporta síntomas en nivel moderado y otro 11.5 % en nivel grave. Solo un 3.8 % no presenta síntomas cognitivos.

Este resultado evidencia una afectación significativa en los procesos mentales como la atención, la concentración y el pensamiento, aspectos fundamentales en el rendimiento académico y la estabilidad emocional del estudiante.

5.2. Discusión

Los resultados de la presente investigación evidencian un alto nivel de ansiedad en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa Galileo de Cusco en el año 2024. Se observa que el 30.8 % presenta un nivel de ansiedad muy grave, el 23.1 % un nivel grave y el 11.5 % un nivel moderado. Es decir, más de la mitad de los estudiantes evaluados manifiesta síntomas de ansiedad en niveles que requieren atención prioritaria. Asimismo, un 26.9 % presenta ansiedad leve, mientras que solo el 7.7 % no manifiesta síntomas de ansiedad.

Estos hallazgos reflejan una situación preocupante, ya que la ansiedad, en cualquiera de sus niveles, puede afectar significativamente el bienestar emocional, el rendimiento

académico y las relaciones interpersonales de los estudiantes. La etapa de la adolescencia, especialmente en el último año de secundaria, suele estar marcada por una elevada presión académica, expectativas familiares y la incertidumbre respecto al futuro, lo que puede intensificar los síntomas ansiosos.

En este contexto, el estudio Bueno (2016), evidenció que el 60 % de los estudiantes evaluados presentaron un nivel de ansiedad moderado, mientras que el 22,22 % se ubicaron en niveles altos de ansiedad. Esto indica que la mayoría de los estudiantes experimentan ansiedad en un grado moderado, lo cual podría influir en su desempeño académico y en su bienestar emocional general.

Por lo tanto, se puede afirmar que la ansiedad en la adolescencia, y particularmente en el último año escolar, se convierte en un factor crítico que puede comprometer no solo el bienestar emocional de los estudiantes, sino también su rendimiento académico y sus relaciones interpersonales. Este periodo suele estar cargado de múltiples demandas, como la presión para obtener buenos resultados, las expectativas familiares, y la incertidumbre sobre el futuro educativo y profesional, todos elementos que pueden exacerbar los síntomas ansiosos. Por este motivo, es fundamental que las instituciones educativas implementen estrategias de apoyo psicológico, programas de manejo del estrés y espacios de contención emocional para los estudiantes. De este modo, se pueden mitigar los efectos de la ansiedad y favorecer un entorno que promueva no solo el aprendizaje, sino también la salud mental y el desarrollo integral de los adolescentes.

Estos hallazgos guardan relación con lo reportado por Luna (2022), quien identificó que un porcentaje importante de adolescentes manifestaba niveles graves de ansiedad, alcanzando un 20 %. Al igual que en el presente estudio, Luna concluye que las manifestaciones de ansiedad son una problemática relevante en esta etapa del desarrollo, especialmente en contextos escolares. Asimismo, los resultados coinciden con los aportes de Solís y Gonzales

(2020), quienes, en su estudio sobre los niveles de ansiedad en adolescentes de bachillerato en Cuenca, Ecuador, reportaron que el 57.4 % de los estudiantes presentaba un nivel medio de ansiedad. Ambos estudios reflejan que la ansiedad es una problemática constante en el ámbito escolar, siendo las preocupaciones sociales y las manifestaciones fisiológicas las más recurrentes entre los adolescentes.

Asimismo, el trabajo de Crespin (2023), sobre el nivel de ansiedad en los alumnos de secundaria, evidenció un nivel medio de ansiedad en un 57 %, seguido por un nivel bajo en un 37 %, demostrando que más de la mitad de los estudiantes presentan un nivel moderado de ansiedad, lo que resalta la necesidad de implementar estrategias preventivas y de apoyo emocional en el ámbito educativo para mejorar su bienestar integral.

Los resultados de la presente investigación, en concordancia con estudios previos mencionados, refuerzan la importancia de que las instituciones educativas desarrollen programas orientados a la prevención y tratamiento de la ansiedad en adolescentes. Es necesario implementar estrategias que aborden tanto los síntomas físicos como los emocionales, para promover el bienestar integral de los estudiantes y prevenir posibles afectaciones en su rendimiento académico y calidad de vida. Este resultado pone en evidencia la presencia significativa de manifestaciones somáticas de la ansiedad en esta población escolar.

Frente al primer objetivo específico, los resultados de la presente investigación revelan que un 34.6 % de los estudiantes presenta síntomas físicos de ansiedad en un nivel leve, seguido de un 23.1 % en nivel grave, un 19.2 % en nivel moderado y un 15.4 % en nivel muy grave. Solo un 7.7 % de los estudiantes no presenta síntomas físicos de ansiedad, lo que evidencia que una gran mayoría manifiesta algún grado de afectación fisiológica relacionada con la ansiedad, afirmando que los síntomas físicos de ansiedad, pueden comprometer su bienestar emocional y su rendimiento académico si no se detectan y abordan a tiempo.

Al contrastar estos resultados con el estudio de Solís y Gonzales (2020), se ha encontrado una coincidencia importante en cuanto a la alta prevalencia de la ansiedad en adolescentes. Dicho estudio reportó que el 57.4 % de los estudiantes presenta un nivel medio de ansiedad, el 24.6 % un nivel alto y el 9.8 % un nivel preocupante. Además, se identificaron como más frecuentes las ansiedades relacionadas con preocupaciones sociales/concentración y la ansiedad fisiológica, lo cual guarda relación directa con los síntomas físicos descritos en la presente investigación.

Por otro lado, el estudio de Zegarra (2024), en su estudio sobre la ansiedad generalizada en estudiantes de secundaria, evidenció con relación a los niveles de ansiedad generalizada. Se encontró que el 40.5 % (n=154) presentó ansiedad leve, el 33.7 % (n=128) ansiedad moderada, el 18.9 % (n=72) no evidenció síntomas de ansiedad y un 6.8 % (n=26) mostró ansiedad severa. Se concluye que la mayoría de los estudiantes evaluados presentan niveles de ansiedad leve, seguidos por aquellos con ansiedad moderada, mientras que una menor proporción no presenta ansiedad y solo un pequeño grupo presenta ansiedad severa. Estos resultados resaltan la necesidad de implementar estrategias de apoyo emocional y prevención dentro del contexto educativo para mejorar el bienestar psicológico de los estudiantes.

Por ello, se constituye un problema relevante en la etapa adolescente. Factores como el estrés escolar, las exigencias académicas, la presión social y la incertidumbre frente al futuro contribuyen a la aparición de estos síntomas. Esto evidencia la necesidad de fortalecer los programas de apoyo emocional dentro de las instituciones educativas, incorporando estrategias preventivas y de intervención temprana orientadas al manejo adecuado de la ansiedad en los estudiantes.

Asimismo, se hace evidente que muchos adolescentes no expresan su ansiedad en palabras, sino a través de síntomas corporales que pueden pasar desapercibidos si no se cuenta con una mirada integral por parte de los docentes, padres y profesionales de salud mental. Por

este motivo, es crucial que las instituciones educativas incorporen evaluaciones periódicas del estado emocional de sus estudiantes, así como espacios seguros para el acompañamiento psicológico, con el fin de prevenir consecuencias más graves en su desarrollo personal y académico.

Los resultados obtenidos en relación con el segundo objetivo específico reflejan que una proporción significativa de los estudiantes presenta síntomas psicológicos de ansiedad en niveles graves y muy graves. En particular, se observa que el 30.8 % manifiesta síntomas en un nivel grave, el 26.9 % en nivel moderado y el 23.1 % en un nivel muy grave, lo que evidencia un impacto profundo en el bienestar emocional de los adolescentes. Aunque un porcentaje menor (11.5 %) reporta síntomas leves y solo el 7.7 % no presenta manifestaciones, los resultados confirman que la mayoría enfrenta una afectación emocional que va más allá de episodios pasajeros de estrés.

Estos hallazgos coinciden con lo señalado por Zagazeta (2023), quien en su estudio sobre ansiedad manifiesta en adolescentes de Lima Metropolitana concluyó que casi la mitad de los estudiantes presentaban niveles medios de ansiedad, con un porcentaje adicional que manifestaba niveles altos. Ambos estudios coinciden en resaltar que la ansiedad en adolescentes no solo es frecuente, sino que se manifiesta de manera sostenida y afecta áreas tanto sociales como psicológicas.

Por otro lado, el estudio de Saavedra (2023), encontró que el nivel de ansiedad leve fue el más frecuente, presentándose en el 36.36 % de los estudiantes, mientras que la ansiedad severa tuvo la menor prevalencia, con un 17.48 %. En efecto, la mayoría de los estudiantes de secundaria presentaron síntomas de ansiedad, destacándose el nivel leve como el más común. Además, el quinto grado fue el curso con la mayor incidencia de ansiedad.

Los síntomas psicológicos identificados, tales como pensamientos intrusivos, preocupación excesiva, irritabilidad, dificultad para concentrarse o sensación de pérdida de

control, impactan directamente en el desarrollo integral del adolescente. En este sentido, los resultados ponen de manifiesto la necesidad urgente de que las instituciones educativas y los entornos familiares brinden un mayor apoyo emocional y psicológico a los adolescentes. Se deben implementar programas de prevención e intervención temprana que permitan detectar y gestionar los síntomas de ansiedad a tiempo, evitando que estos se conviertan en trastornos más severos que afecten su bienestar y desarrollo futuro.

Los resultados obtenidos respecto al tercer objetivo específico reflejan el nivel de síntomas cognitivos de los estudiantes, donde el 38.5 % de los estudiantes presenta síntomas cognitivos de ansiedad en un nivel muy grave, mientras que un 34.6 % se encuentra en nivel leve. Por otro lado, un 11.5 % reporta síntomas en niveles moderado y otro 11.5 % en nivel grave, y apenas un 3.8% no presenta síntomas cognitivos de ansiedad. En el resultado encontrado se manifiesta la falta de confianza en las propias capacidades, lo que puede reforzar un ciclo de inseguridad y bajo rendimiento académico en los estudiantes.

Estos hallazgos guardan relación con lo expuesto por Álvarez (2020) en su estudio sobre ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria, quien encontró que, aunque la mayoría de los estudiantes se ubicaba dentro de límites normales de ansiedad, un porcentaje significativo presentó niveles de ansiedad entre mínima y moderada, y un 9.15 % manifestó ansiedad alta, predominando los síntomas de tipo cognoscitivo. Ambas investigaciones coinciden en que la ansiedad, particularmente en su manifestación cognitiva, afecta el bienestar y el desempeño académico de los adolescentes.

Por otro lado, el estudio de Casildo et al. (2024), sobre la ansiedad académica en estudiantes, ha encontrado que un 65,9 % de los estudiantes presentó niveles elevados de ansiedad, lo que sugiere una predisposición constante a experimentar ansiedad como parte de su forma habitual de reaccionar ante diversas situaciones. Aquí, más de la mitad de los adolescentes evaluados tienden a experimentar ansiedad de manera persistente, lo cual puede

tener implicaciones importantes en su bienestar emocional y desempeño académico.

Chávez (2023), encontró que el 100 % de los adolescentes evaluados presentaron algún nivel de ansiedad, tanto en su forma estado como rasgo. Además, todas las participantes femeninas experimentaban estrés en distintos niveles. El estudio identificó al sexo femenino y la etapa adolescente como factores sociodemográficos de riesgo para desarrollar ansiedad, mientras que pertenecer a una familia nuclear o extensa actuó como factor protector. Entre los estilos de vida, la falta de actividad física, el sobrepeso u obesidad y dormir menos de seis horas diarias se asociaron con niveles elevados de ansiedad y estrés.

Por otro lado, Huampfotupa y Rodríguez (2022), reportaron que el 83 % de los estudiantes que realizaban clases virtuales presentaron niveles elevados de ansiedad estado, relacionada con situaciones temporales y específicas, como la modalidad virtual de enseñanza. En contraste, solo el 25 % mostró niveles altos de ansiedad de rasgo, que implica una tendencia más estable a la ansiedad. Estos resultados resaltan la importancia de considerar los factores situacionales que incrementan la ansiedad en el contexto educativo virtual.

Por lo tanto, se refuerza la necesidad de que las instituciones educativas adopten medidas preventivas y estrategias de intervención que permitan identificar y atender oportunamente a los estudiantes que presentan estos síntomas. Abordar los aspectos cognitivos de la ansiedad es fundamental no solo para mejorar el rendimiento académico, sino también para proteger la salud mental de los adolescentes y favorecer un entorno escolar más saludable y propicio para su desarrollo integral.

Dicho esto, se resalta la importancia de abordar integralmente los síntomas cognitivos de ansiedad, con el fin de favorecer el equilibrio mental de los estudiantes y potenciar su desempeño académico y su bienestar emocional.

CONCLUSIONES

Primera: Se concluye que la mayoría de los estudiantes de quinto grado de secundaria de la institución educativa Galileo de Cusco en el año 2024 presenta niveles preocupantes de ansiedad, con un 30.8 % en nivel muy grave y un 23.1 % en un nivel grave.

Segunda: Se concluye que los síntomas físicos de ansiedad están presentes de manera significativa en esta población estudiantil, destacando que el 34.6 % presenta un nivel leve y el 38.5 % niveles moderados, graves o muy graves.

Tercera: Se concluye que existe una fuerte afectación emocional en los estudiantes evaluados, dado que el 80.8 % presenta síntomas psicológicos de ansiedad en niveles que van desde el leve hasta el muy grave.

Cuarta: Se concluye que los síntomas cognitivos de ansiedad afectan de manera alarmante a los estudiantes, ya que el 38.5 % se encuentra en un nivel muy grave y el 34.6 % en un nivel leve. La ansiedad está impactando en funciones mentales esenciales como la atención, la concentración y el pensamiento, comprometiendo seriamente el rendimiento académico y la estabilidad emocional.

RECOMENDACIONES

- A los docentes de la institución educativa Galileo de Cusco, se recomienda implementar programas de intervención que aborden la ansiedad en los estudiantes. Esto puede incluir actividades educativas y psicológicas que enseñen a las estudiantes técnicas de manejo del estrés, así como estrategias para mejorar la concentración, a través de sesiones de apoyo psicológico regulares y la promoción de un ambiente educativo que favorezca la calma y el enfoque puede ayudar a reducir los niveles de ansiedad y mejorar la atención en clase.
- Al área de psicología de la institución, se sugiere realizar evaluaciones individuales de los estudiantes que presenten síntomas físicos de ansiedad para detectar otros posibles problemas psicológicos. De ser necesario, se podrían establecer planes de tratamiento que incluyan tanto intervenciones psicológicas para reducir la ansiedad como estrategias pedagógicas adaptadas a las necesidades de atención de los estudiantes. Es importante crear un entorno educativo que considere los aspectos físicos y psicológicos de los estudiantes, fomentando una comunicación constante con los padres para el apoyo integral.
- Al área de psicología de la institución educativa Galileo de Cusco, se recomienda poner en marcha programas de orientación que trabajen específicamente los síntomas psicológicos de la ansiedad. Esto incluye la organización de talleres grupales o sesiones de terapia individual para ayudar a los estudiantes a identificar y manejar pensamientos ansiosos que puedan interferir en su capacidad de concentración. Además, se sugiere promover actividades que refuercen la autoestima y la autorregulación emocional para mejorar el bienestar psicológico de los estudiantes.
- A los psicólogos escolares, se les recomienda incorporar en sus planes educativos actividades y estrategias que ayuden a mejorar la atención cognitiva de los estudiantes

con síntomas de ansiedad. Estas estrategias podrían incluir ejercicios de atención plena, técnicas de relajación y prácticas que estimulen el enfoque, la organización y la memoria.

REFERENCIAS

- Álvarez, M. (2020). *Ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de la Institución Educativa N° 006 Mercedes Matilde Avalos de Herrera - Tumbes, 2018* [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio ULADECH.
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/17624/ANSIEDAD_MINIMA_ALVAREZ_BARRIENTOS_MALENA_JACQUELINE.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- Axelsson, E. (2020). Tres décadas de aumento de la ansiedad por la salud: revisión sistemática y metaanálisis de los cambios en la cohorte de nacimiento en muestras de estudiantes universitarios de 1985 a 2017. *Journal of anxious diseases*, 71, 102208.
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102208> .
- Beck, A., & Clark, D. (2010). *Cognitive therapy of anxiety disorders*. New York: Guilford.
- Bueno, J. (2016). *Niveles de ansiedad en estudiantes de séptimo año de educación general básica* [Trabajo de titulación, Universidad de Cuenca]. Repositorio UCuenca.
<http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/26420>
- Casildo, D. (2024). Explorando la ansiedad académica en estudiantes de una preparatoria en Montemorelos, Nuevo León. *Revista Enfermería Herediana*, 17. DOI:
<https://doi.org/10.20453/renh.v17i.2024.5692>.
- Chavez, J. (2023). *Factores de riesgo del estrés y ansiedad en adolescentes de 15-16 años de la Institución Educativa Educandas, Cusco, periodo julio-diciembre 2022* [Tesis de Licenciatura, Universidad Andina del Cusco]. Repositorio UAndina.
<https://hdl.handle.net/20.500.12557/5916>.
- Crespin, S. (2023). *Nivel de ansiedad en los alumnos del 5° grado de secundaria del colegio “Manuel T, García Cerrón: I E N° 3071”, junio- 2023* [Tesis de Licenciatura,

Universidad Privada San Juan Bautista]. Repositorio UPSJB.

<https://hdl.handle.net/20.500.14308/5294>.

Diario Perú 21. (24 de abril de 2023). *Preocupante: en los primeros tres meses de 2023 se han atendido 434,731 casos vinculados a salud mental*. Obtenido de

<https://peru21.pe/lima/salud-mental-minsa-depresion-ansiedad-estres-preocupante-en-los-primeros-tres-meses-de-2023-se-han-atendido-434731-casos-vinculados-a-salud-mental-noticia/>

Diez, E., Arrospide, A., Mar, J., Alvarez, U., & Belaustegi, A. (2012). Efectividad de una intervención preoperatoria de enfermería sobre el control de la ansiedad de los pacientes quirúrgicos. *Enfermería Clínica*. *Enfermería Clínica.*, 22(1), 18-26.

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=2709652&pid=S1132-1296201300010001300026&lng=es.

Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación*. Mexico: McGraw-Hill Education.

Huaman, E., & Cruz, E. (2022). *Programa ELAN y ansiedad en estudiantes de 5° de secundaria de la I.E. Ramiro Prialé Prialé –Paucartambo, 2019* [Tesis presentada para optar al título profesional de Licenciada en Psicología]. Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

<https://repositorio.unsaac.edu.pe/handle/20.500.12918/6265>.

Huampotupa, M., & Rodríguez, A. (2022). *Ansiedad en estudiantes de secundaria que realizan clases virtuales en la Institución Educativa General Ollanta de Urubamba-Cusco 2021* [Tesis de Licenaitura, Universidad Autónoma de Ica]. <https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00>.

Luna, M. (2022). *Identificación de los niveles de ansiedad en adolescentes en una institución religiosa en Santo Domingo de los Tsáchilas*. Universidad Central de Ecuador .

- Macías, M. (2023). Trastornos de ansiedad: revisión bibliográfica de la perspectiva actual. *Centro de Investigaciones Cerebrales, Universidad Veracruzana, campus Xalapa*.
https://eneurobiologia.uv.mx/index.php/eneurobiologia/article/view/2544/4545?utm_source=chatgpt.com.
- Meneses, S., & Medina, R. (2020). Estrategia metodológica basada en tecnologías de la información y comunicación en expresión oral del idioma inglés. *INNOVA Research Journal*, 6(1), 111-128.
- Merino, C. (2019). Gulf of the Farallones National Marine Sanctuary Advisory Council. Washington, USA: *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*.
- Montero, E. (2013). Conceptual and methodological referents regarding the modern notion of validity in measurement instruments: implications for the evaluation of people with special educational needs. *Actualidades en Psicología*, 27(114), 113-128.
- Moscoso, U., & Nuñez, N. (2024). Causas de la ansiedad en adolescentes durante la pandemia por Covid-19: Una revisión sistemática. *Revista De Psicología*, 13(2), 159-169. <https://doi.org/10.36901/psicologia.v13i2.1609>.
- Muñoz, M., & Perez, E. (2017). Eficacia del entrenamiento en inoculación de estrés en el control de la ansiedad. *Revista de ansiedad y estres Facultad de Medicina. Universidad Complutense*, 225-244.
- OMS. (2019). *Suicidio, Organización Mundial de Salud*,. Obtenido de <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide> .
- OMS. (8 de septiembre de 2025). *Trastornos de ansiedad*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
- Penninx, B., Pine, D., Holmes, E., & Reif, A. (2021). Trastornos de ansiedad. *The Lancet*, 397, 914-927. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)00359-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)00359-7)

- Rodriguez, E. (2019). Sigmund Freud: psicología, psicoanálisis y método científico. *Universidad Autónoma de Santo Domingo*.
<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/pp/v6e7n10/a12.pdf>.
- Saavedra, C. (2023). *Niveles de ansiedad en estudiantes de secundaria en el retorno a la presencialidad en Colegio Nacional de JLO–Chiclayo, 2022* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Pedro Ruiza Gallo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12893/11335>.
- Sierra, J., & Ortega, V. (2018). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar E Subjetividade*, 3(1), pp. 10 - 59.
<https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>.
- Solis, J., & Gonzales, D. (2020). *Niveles de ansiedad en adolescentes* [Tesis de Licenciatura, Universidad de Cuenca]. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/29681>.
- Zagazeta, R. (2023). *Ansiedad manifiesta en adolescentes de una Institución Educativa del este en Lima Metropolitana* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Federico Villareal].
https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/7320/UNFV_FP_Zagazeta_Mego_Rosa_Violeta_Titulo_profesional_2023.pdf;jsessionid=A5AC073BF67B689287E5C766BCA63FE6?sequence=1.
- Zegarra, C. (2024). Ansiedad generalizada en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional del cono Norte. *Revista científica Cuidado y salud pública*, 4(2).
DOI: <https://doi.org/10.53684/csp.v4i2.114>

ANEXOS Y APÉNDICES

Anexo 1: Matriz de consistencia

Título: “Ansiedad en estudiantes de quinto año de secundaria en la institución educativa Galileo, Cusco 2024”				
Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	Variable : Ansiedad	Población: 120 estudiantes del 5° de secundaria de la institución educativa Galileo Cusco 2024 Muestra: 120 estudiantes del 5° de secundaria de la institución educativa Galileo Cusco 2024 Técnica y tipo de muestreo: Censal- probabilístico Técnica de recolección de datos: Encuesta. Instrumento de recolección: Cuestionario.
¿Cuál es el nivel de ansiedad de los estudiantes de 5to año de secundaria en la institución educativa Galileo Cusco 2024?	Analizar el nivel de ansiedad de los estudiantes de 5to año de secundaria en la institución educativa Galileo Cusco 2024.	No aplica		
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas		
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es el nivel de los síntomas físicos de la ansiedad en estudiantes de 5to año de secundaria en la institución educativa Galileo Cusco 2024? • ¿Cuál es el nivel de los síntomas psicológicos de la ansiedad en estudiantes de 5to año de secundaria en la institución educativa Galileo Cusco 2024? • ¿Cuál es el nivel de los síntomas cognitivos de la ansiedad en estudiantes de 5to año de secundaria en la institución educativa Galileo Cusco 2024? 	<ul style="list-style-type: none"> • Analizar el nivel de los síntomas físicos de la ansiedad en estudiantes de 5to año de secundaria en la institución educativa Galileo Cusco 2024. • Describir el nivel de los síntomas físicos de la ansiedad en estudiantes de 5to año de secundaria en la institución educativa Galileo Cusco 2024 • Conocer el nivel de los síntomas cognitivos de la ansiedad en estudiantes de 5to año de secundaria en la institución educativa Galileo Cusco 2024 	No aplica		
Bibliografía de sustento para la justificación y delimitación del problema			Bibliografía de sustento usada para el diseño metodológico	
Ansiedad (Aguilera, 2017): <i>Aguilera, P. (2017). ANSIEDAD EN NIÑOS DE SIETE A ONCE AÑOS DURANTE Y DESPUES DE LA HOSPITALIZACION . Mexico: : Universidad Autonoma denuevo leon.</i>				

Anexo 2: Instrumento de evaluación

ESCALA DE ANSIEDAD DE HAMILTON

Nombre.....

Fecha:.....

Seleccione para cada ítem la puntuación que corresponda, según su experiencia. Las definiciones que siguen al enunciado del ítem son ejemplos que sirven de guía. Marque en el casillero situado a la derecha la cifra que defina mejor la intensidad de cada síntoma en el paciente. Todos los ítems deben ser puntuados.

SÍNTOMAS DE LOS ESTADOS DE ANSIEDAD	Ausente	Leve	Moderado	Grave	Muy grave/Incapacitante
1. Estado de ánimo ansioso. Preocupaciones, anticipación de lo peor, aprensión (anticipación temerosa), irritabilidad					
2. Tensión. Sensación de detención, imposibilidad de relajarse, reacciones con sobresalto, llanto fácil, temblores, sensación de inquietud.					
3. Temores. A la oscuridad, a los desconocidos, a quedarse solo, a los animales grandes, al tráfico, a las multitudes.					
4. Insomnio. Dificultad para dormirse, sueño interrumpido, sueño insatisfactorio y cansancio al despertar.					
5. Intelectual (cognitivo) Dificultad para concentrarse, mala memoria.					
6. Estado de ánimo deprimido. Pérdida de interés, insatisfacción en las diversiones, depresión, despertar prematuro, cambios de humor durante el día.					
7. Síntomas somáticos generales (musculares) Dolores y molestias musculares, rigidez muscular, contracciones musculares, sacudidas clónicas, crujir de dientes, voz temblorosa.					

<p>8. Síntomas somáticos generales (sensoriales) Zumbidos de oídos, visión borrosa, sofocos y escalofríos, sensación de debilidad, sensación de hormigueo.</p>					
<p>9. Síntomas cardiovasculares Taquicardia, palpitaciones, dolor en el pecho, latidos vasculares, sensación de desmayo, extrasístole.</p>					
<p>10. Síntomas respiratorios Opresión o constricción en el pecho, sensación de ahogo, suspiros, disnea.</p>					
<p>11. Síntomas gastrointestinales Dificultad para tragar, gases, dispepsia: dolor antes y después de comer, sensación de ardor, sensación de estómago lleno, vómitos acuosos, vómitos, sensación de estómago vacío, digestión lenta, borborigmos (ruido intestinal), diarrea, pérdida de peso, estreñimiento.</p>					
<p>12. Síntomas genitourinarios Micción frecuente, micción urgente, amenorrea, menorragia, aparición de la frigidez, eyaculación precoz, ausencia de erección, impotencia.</p>					
<p>13. Síntomas autónomos Boca seca, rubor, palidez, tendencia a sudar, vértigos, cefaleas de tensión, piloerección (pelos de punta).</p>					
<p>14. Comportamiento en la entrevista (general y fisiológico) Tenso, no relajado, agitación nerviosa: manos, dedos cogidos, apretados, enrollar un pañuelo; inquietud: pasarse de un lado a otro, temblor de manos, ceño fruncido, cara tirante, aumento del tono muscular, sudor, palidez facial. Síntomas vegetativos: rubor, taquicardia de reposo, frecuencia respiratoria por encima de 20 res/min, sacudidas enérgicas de tendones, temblor, pupilas dilatadas, nistagmos (preposición anormal del globo del ojo), sudor, tics en los párpados.</p>					

Anexo 3: Asentimiento informado

Institución : INSTITUCION EDUCATIVA GALILEO
Investigadora : JERALDINE DENISSE MOLLO ROZAS

Título: Ansiedad en estudiantes de quinto año de secundaria de la institución educativa Galileo, Cusco 2024

PRESENTACIÓN.: Por medio del presente como tenga el cordial saludo como ese. Este documento se emite. A usted, con la finalidad de solicitar el permiso. De la participación de su persona en la investigación titulada.:

“Ansiedad en estudiantes de quinto año de secundaria de la institución educativa Galileo, Cusco 2024”

PROPÓSITO DEL ESTUDIO:

La investigación esta conducido por: Jeraldine Denisse Mollo Rozas Bachiller en Psicología: le estamos invitando a participar en un Proyecto de Investigación titulado: **“Ansiedad en estudiantes de quinto año de secundaria de la institución educativa Galileo, Cusco 2024”**.

La participación de los estudiantes tiene como propósito completar los instrumentos de recolección de datos con un (X)

1. ESCALA DE HAMILTON

Asimismo, el tiempo de aplicación de cada instrumento será: **15 a 20** minutos aproximadamente, donde usted tendrá que responder con toda honestidad las preguntas que consigne el cuestionario, así mismo, podrá retirarse en cualquier momento si usted lo decide.

La información será archivada de manera anónima.

Al requerir mayor información, contácteme al correo electrónico: mollorozasdenisse@gmail.com y al celular 966744633

DECLARACIÓN Y CONSENTIMIENTO DEL PARTICIPANTE

Manifiesto que he leído y me ha sido explicado la hoja de información que se me ha entregado.

Presto libremente mi conformidad para participar en el Proyecto de Investigación **Ansiedad y déficit de atención en estudiantes de quinto año de secundaria de la institución educativa Galileo, Cusco 2024**


PARTICIPANTE

Nombre:
DNI:

INVESTIGADORA

Nombre: Jeraldine Denisse Mollo Rozas
DNI: 71745837

Anexo 4: Autorización Para la aplicación de instrumentos

 **Colegio Galileo**
Educación para formar Seres Humanos de Excelencia
Cuzco, Perú
084 2661122
informes@galileocuzco.pe
www.colegiogalileocuzco.edu.pe

"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO"

Cusco, 11 de Junio del 2024

CARTA N°001 - 2024-GR CUSCO



Señorita
Bach. Jeraldine Denisse Mollo Rozas
Ciudad. Cusco

Asunto: Autorización para realización de aplicación de tesis

De mi consideración:
Previo un cordial saludo, quien suscribe Director **ROMULO ALBERTO ARREDONDO ALVIZ**, en mi condición de Director de la Institución Educativa Galileo, me dirijo a Ud., para informarle que he revisado la solicitud para realizar **APLICACIÓN DE TESIS** de la estudiante **Jeraldine Denisse Mollo Rozas**, con N° de DNI 71745837, le comunicó que mi dirección en coordinación con el equipo de la Institución da la **ACEPTACIÓN FAVORABLE**

Sin otro particular, le hago llegar mis sentimientos de estima personal.

ATENTAMENTE.

 INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA GALILEO

Prof. Romulo Alberto Arredondo Alvi
DIRECCION GENERAL

Anexo 5: Constancia de haber sido aprobado por el Comité de Ética



Huancayo, 04 de noviembre del 2024

OFICIO N°0937-2024-CIEI-UC

Investigadores:

JERALDINE DENISSE MOLLO ROZAS

Presente-

Tengo el agrado de dirigirme a ustedes para saludarles cordialmente y a la vez manifestarles que el estudio de investigación titulado: **ANSIEDAD Y DÉFICIT DE ATENCIÓN EN ESTUDIANTES DE QUINTO AÑO DE SECUNDARIA EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GALILEO, CUSCO 2024.**

Ha sido **APROBADO** por el Comité Institucional de Ética en Investigación, bajo las siguientes precisiones:

- El Comité puede en cualquier momento de la ejecución del estudio solicitar información y confirmar el cumplimiento de las normas éticas.
- El Comité puede solicitar el informe final para revisión final.

Aprovechamos la oportunidad para renovar los sentimientos de nuestra consideración y estima personal.

Atentamente,




Walter Calderón Gerstein
Presidente del Comité de Ética
Universidad Continental

C.c. Archivo.

Arequipa Av. Los Incas S/N, José Luis Bustamante y Rivero (054) 412 030 Calle Alfonso Ugarte 607, Yanahuara (054) 412 030	Cusco Urb. Manuel Prado - Loto B, N° 7 Av. Colasuyo (084) 480 070 Sector Angostura KM. 10, carretera San Jerónimo - Saylla (084) 480 070
Huancayo Av. San Carlos 1080 (064) 481 430	Lima Av. Alfredo Mendivila 5200, Los Olivos (01) 213 2760 Ir. Junín 355, Miraflores (01) 213 2760

ucontinental.edu.pe

Anexo 6: Autorización para hacer uso del nombre de la institución



"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA
CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO"

Cusco, 14 de Julio del 2024

Director :
Romulo Arredondo Valdivia
Universidad Continental
Ciudad. Cusco

Asunto : Autorización para realización del uso del nombre

De mi consideración:

Previa un cordial saludo, quien suscribe Director **ROMULO ARREDONDO VALDIVIA**, en mi condición de Director de la Institución Educativa Galileo, me dirijo a Ud., para informarle que he revisado la solicitud para la **AUTORIZACION DEL USO DEL NOMBRE DE LA INSTITUCION** de la estudiante **Jeraldine Denisse Mollo Rozas**, con N° de DNI **71745837**, le comunicó que mi dirección en coordinación con el equipo de la Institución da la **ACEPTACIÓN FAVORABLE**

Sin otro particular, le hago llegar mis sentimientos de estima personal.

ATENTAMENTE.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA GALILEO
Romulo
Prof. Rómulo Alberto Arredondo Alva
DIRECTOR GENERAL

Anexo 7: Galería fotográfica





Anexo 8: Validación de instrumento Huaman y Cruz (2022)

VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

1. DATOS GENERALES.

1.1. TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN:

"EFECTOS DEL PROGRAMA ELAN DE HABILIDADES SOCIALES PARA ADOLESCENTES EN EL NIVEL DE ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DEL 5° GRADO DE SECUNDARIA DEL COLEGIO RAMIRO PRIALE PRIALE DE LA PROVINCIA DE PAUCARTAMBO, 2019".

1.2. INVESTIGADORAS:

- Bach. en Psicología, Elizabeth María Huamán Tóica.
- Bach. en Psicología, Annie Eva Cruz Supanta.

2. DATOS DEL EXPERTO:

2.1. NOMBRES Y APELLIDOS:

Raul Huaman Saitta

2.2. ESPECIALIDAD:

Psicología

2.3. LUGAR Y FECHA:

Hospital de Salud Alameda San Juan Pablo II

2.4. CARGO E INSTITUCIÓN DONDE LABORA:

Psicólogo Clínico

HOJA DE PREGUNTAS PARA LA VALIDACIÓN

PREGUNTA	ESCALA DE VALORACIÓN				
	1	2	3	4	5
1 ¿Considera usted que los ítems del instrumento, mide lo que pretende medir?					X
2 ¿Considera usted que la cantidad de ítems registrados en esta versión son suficientes para tener una comprensión de la materia en estudio?				X	
3 ¿Considera usted que los ítems contenidos en este instrumento son una muestra representativa del universo materia en estudio?				X	
4 ¿Considera usted que si aplicamos en reiteradas oportunidades este instrumento a muestras similares, obtendríamos también datos similares?					X
5 ¿Considera usted que los conceptos utilizados en este instrumento, son todos y cada uno de ellos, propios de las variables en estudio?				X	
6 ¿Considera usted que, todos y cada uno de los ítems contenidos en este instrumento tiene los mismos objetivos?					X
7 ¿Considera usted que, el lenguaje utilizado en el presente instrumento es claro, sencillo y no da lugar a diversas interpretaciones?				X	
8 ¿Considera usted que, la estructura del presente instrumento es adecuada al tipo de usuario a quien se dirige el instrumento?					X
9 ¿Considera usted que, las escalas de medición utilizadas son pertinentes a los objetos materia en estudio?					X

