

**RELACIÓN ENTRE EL ESTRÉS ACADÉMICO Y NIVELES DE ANSIEDAD  
ESTADO Y RASGO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA QUE SE ENCUENTRAN  
REALIZANDO SU PRACTICA PROFESIONAL DE UNA UNIVERSIDAD DEL VALLE  
ABURRÁ**

Wilson Alberto Agudelo George

German David Castrillón Ótalvaro

José Emiliano López Ramírez

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DE ENVIGADO

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

PSICOLOGÍA

ENVIGADO

2023

RELACIÓN ENTRE EL ESTRÉS ACADÉMICO Y NIVELES DE ANSIEDAD  
ESTADO Y RASGO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA QUE SE ENCUENTRAN  
REALIZANDO SU PRACTICA PROFESIONAL DE UNA UNIVERSIDAD DEL VALLE  
ABURRA

Wilson Alberto Agudelo George

German David Castrillón Ótalvaro

José Emiliano López Ramírez

Trabajo de grado presentado para optar al título de Psicólogo.

Asesor:

Diego Alfredo Tamayo Lopera

Magíster (MSc) En [Neuropsicología].

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DE ENVIGADO

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

PSICOLOGÍA

ENVIGADO

2023

### **Agradecimientos**

Quiero agradecer a mi madre y hermanos, quienes siempre me han brindado su apoyo desde el comienzo de mi carrera universitaria de manera absoluta, impulsándome día a día en el alcance de mis objetivos personales y académicos. Seres que humanamente han hecho pedagogía en mí a través de la vida y los buenos ejemplos, enseñándome que cada adversidad se puede superar siempre que se lucha desde la fortaleza y la fe en nuestras propias capacidades.

Agradezco a mi pareja y a su familia, por ser un punto fundamental en mi proceso educativo, por su acompañamiento y apoyo sin condiciones que siempre estuvieron presentes en los momentos cuando sentí necesitarlos.

A todos los docentes que hicieron parte en el desarrollo de mi proceso universitario les quiero agradecer por transmitir y compartir conmigo el conocimiento necesario para lograr esta gran meta en mi vida, con sus guías y enseñanzas aprendí lo valioso que tiene el ser humano, la capacidad de poder ayudar al otro.

Agradezco a mi familia, a mis abuelos por su incondicionalidad, ejemplo y enseñanzas, a mi compañera por su interminable fortaleza y amor. A la vida, por su inigualable y sabia manera de hacerme entender y a los que siempre estuvieron y se mantuvieron con fe, Disciplina y constancia.

## Tabla de contenido

Abstract.....	10
Introducción .....	11
1. Planteamiento del Problema .....	12
1.1.....Pregunta problema	
16	
2. Justificación .....	16
3. Objetivos .....	18
3.1. Objetivo General:.....	18
3.2. Objetivos Específicos: .....	19
4. Marco Referencial.....	19
4.1 Antecedentes .....	19
4.1.1. <i>Antecedentes Internacionales</i> .....	19
4.1.2. <i>Antecedentes Nacionales</i> .....	23
4.1.3. <i>Antecedentes locales</i> .....	27
4.2. Marco teórico .....	29
4.3. Marco ético legal.....	32

5. Metodología .....	35
5.1. Enfoque .....	35
5.2. Diseño: .....	35
5.3. Tipo de estudio.....	36
5.4. Nivel de estudio .....	36
5.5. Población y muestra.....	37
5.6. Técnicas e instrumentos de recolección de la información .....	38
5.6.1. Encuestas .....	38
5.6.2. Escala de ansiedad estado rasgo (STAI) .....	38
5.6.3. Inventario SISCO .....	40
5.7. Tabla de operacionalización de variables .....	42
5.8. Técnicas de Análisis .....	227
5.9. Procedimiento: .....	227
6. Resultados .....	227
7. Discusión.....	232
8. Conclusiones .....	234
9. Limitaiones .....	2343
10. Recomendaciones .....	2343

11. Referencias..... 237

### Lista de Tablas

Tabla 1 Operacionalización de variables _____	42
Tabla 2 Estadísticos descriptivos sociodemográficos del grupo de 37 practicantes de psicología de la IUE _____	228
Tabla 3 Resultados inventario SISCO _____	229
Tabla 4 Descriptivos Ansiedad estado – Rasgo _____	229
Tabla 5 Correlación entre estrés académico y ansiedad estado – rasgo _____	230
Tabla 6 Asociación resultados SISCO y las variables sociodemográficas, sexo nivel de inglés y estrato socioeconómico _____	230
Tabla 7 Asociación resultados STAI y las variables sociodemográficas, sexo, nivel de inglés y edad. _____	231

	<p>PLANTILLA TRABAJO DE GRADO FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES, HUMANAS Y EDUCACIÓN</p>	Código: <b>F-DO-0029</b>
		Versión: <b>02</b>
		Página <b>9</b> de <b>68</b>

## Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo establecer la relación entre el estrés académico y los niveles de ansiedad estado rasgo en un grupo de estudiantes que realizan su práctica profesional en el programa de psicología de la IUE, teniendo en cuenta algunas variables sociodemográficas. La metodología utilizada en la investigación fue de un enfoque cuantitativo, no experimental, de tipo trasversal, descriptivo-correlacional. Con una población general de 252 estudiantes, para una muestra de 152 participantes, obteniendo respuesta solamente del 24,1 % equivalente a 38 participantes. Se utilizaron el inventario SISCO (Barraza, 2017) para medir el estrés académico y el inventarios STAI (Spilberger & Gorsuch, 1982) para medir los niveles de ansiedad estado rasgo. Los resultados arrojaron que la mayoría de participantes correspondió al sexo femenino. El 81,1% de los evaluados presentó estrés académico en nivel moderado, así mismo se evidenció que existe relación entre ansiedad estado y síntomas psicológicos, síntomas comportamentales y la totalidad de los síntomas de estrés académico y entre ansiedad rasgo y síntomas psicológicos, físicos, de comportamiento, totalidad de síntomas y las estrategias de afrontamiento. Conclusión: Se obtuvo mayor respuesta por participantes del sexo femenino, se presenta un estrés moderado en la mayoría de los participantes y finalmente se da una relación entre las variables del estrés académico y los niveles de ansiedad estado rasgo.

**Palabras clave:** Estrés académico, Ansiedad estado - rasgo, estudiantes universitarios, Prácticas profesionales, psicología.

### **Abstract**

With the objective of establishing the relation between academic stress and anxiety state trait in a group of students that are found doing their professional practice in the program of psychology of the IUE, having consider some sociodemographic variables. The methodology used in the investigation was of an approach quantitative, it's not experimental, cross, descriptive, correlational. With a population general of 252 students, for a sample of 152 participants, with a response rate of 24, 1% equivalent to 38 participants. It were used the inventory SISCO (Barraza, 2017) for measure the academic stress and the inventory STAI (Spilberger & Gorsuch, 1982) for measure the levels of anxiety state trait. The results showed that the majority of participants were of the female sex with the 67,6% of frequency compared to men with 32,4. In the 81, 1% of the participants were presented a moderate level of academic stress. In addition, evidenced that exists relationship between academic stress and the levels anxiety state trait. Conclusion: It was obtained greater response for participants of the female sex, presents itself a stress moderate in the majority of the participants and finally silk a relation between variables of the academic stress and the levels of anxiety state trait.

**Keywords:** Academic stress, anxiety state – trait, University students, Professional practices, Psychology.

## Introducción

Los Trastornos de Ansiedad (TA) son enfermedades mentales comunes que pueden causar sufrimiento y discapacidad, y representan una carga significativa en los aspectos sociales y económicos. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), son más frecuentes en las mujeres (7.7%) que en los hombres (3.6%) (Chacón, et al., 2021). La ansiedad, en sí misma, es una respuesta emocional normal ante situaciones amenazantes para el individuo. Sin embargo, cuando se vuelve excesiva o persistente, puede convertirse en un trastorno. Es por esto por lo que es importante resaltar el papel superlativo que cumple esta variable psicológica en los ámbitos educativos y de aprendizaje y así mismo el estudio de causas y diferentes situaciones que hacen que se pueda desarrollar tanto un estado transitorio de ansiedad o el trastorno como tal. Por otro lado, la importancia del estudio en cuestión radica en visibilizar todas las variables que están en relación con la ansiedad en entornos educativos, la afectación psicológica que se puede tener por parte de los actores educativos y como se afecta de manera potencial el rendimiento profesional en las personas, generando alteraciones o complicaciones en el desarrollo de sus actividades o responsabilidades.

El estrés académico y los niveles de ansiedad estado – rasgo, son problemáticas que surgen de manera frecuente en los ambientes educativos; tanto en los establecimientos educativos de formación media o pregrado y postgrado, apareciendo en distintos momentos, con más reiteración en aquellos donde los estudiantes se conforman a fases nuevas y que de alguna manera exigen una buena planificación y ejecución de sus tareas o responsabilidades académicas

por atender, lo que nos llevó a preguntarnos Cuál es la relación que se da entre factores estresores académicos y los niveles de ansiedad estado rasgo en estudiantes universitarios que realizan su práctica profesional en el programa de psicología de la IUE? por lo que se buscó mediante una investigación establecer qué relación se da entre factores del estrés académico y los niveles de ansiedad estado rasgo en un grupo de estudiantes que se encuentran realizando su práctica profesional del programa de psicología de la IUE.

La elaboración de este estudio otorgará un beneficio para concientizar sobre la importancia de esta investigación y de esta manera se prestaría atención a un asunto que además abarca a todas las profesiones cuando los estudiantes están iniciado sus prácticas y que los resultados o hallazgos puedan volverse un tipo de referente o base al momento de crear un plan estratégico para proporcionar apoyo y fortalecer habilidades a quienes presentan dificultades que pueden ser vistas como las consecuencias de factores estresores de índole académicos y los niveles de ansiedad y que por alguna razón, ejecutan un manejo inadecuado de sus recursos internos o externos para afrontar de manera efectiva dicha situación.

## **1. Planteamiento del Problema**

El estrés académico y los niveles de ansiedad estado – rasgo, son problemáticas que se presentan a menudo en los contextos educativos, desarrollándose en diversos momentos, con más frecuencia en aquellos donde los estudiantes se enfrentan a etapas nuevas y que de alguna

manera exigen una buena planificación y ejecución de sus tareas o responsabilidades académicas por atender.

Las prácticas profesionales son un aporte concreto a la formación del profesional en psicología, no solo en lo clínico, sino que también en otros campos en los que se desarrolla la psicología (Bermúdez et al., 2022). Uno de los procesos que puede generar mayor estrés en los estudiantes universitarios es el de las prácticas profesionales, las cuales forman parte de su desarrollo académico. Esta etapa, además, de ser un punto estratégico en la formación profesional y la adquisición de habilidades para los estudiantes, es un requisito de necesario cumplimiento para la obtención del título universitario.

El estrés y la ansiedad también afectan de manera potencial el rendimiento profesional de las personas, generando alteraciones o complicaciones en el desarrollo de sus actividades o responsabilidades. El estrés aparece cuando los recursos con los que cuenta una persona resultan insuficientes ante las exigencias del entorno, esto, provoca efectos que no han sido experimentados anteriormente por el individuo, viéndose forzado a enfrentar metas que comprometen su estatus social y laboral, causando un desequilibrio en su condición física y mental, lo que conlleva a que el individuo experimente un estado de ansiedad al visualizar problemáticas futuras que le afectan negativamente el desempeño profesional (Delgado, et al., 2020).

Según silva et al. (2020) para los estudiantes universitarios el estrés se ha convertido en un asunto con la necesidad de analizar y estudiarlo a profundidad, dado que esto los afecta de manera negativa en lo psicológico, emocional y físico. En un estudio con 255 estudiantes

teniendo como objetivo determinar los niveles de estrés, fue utilizado el inventario de estrés académico (SISCO), para establecer el nivel de estrés en jóvenes universitarios. Los resultados arrojaron que más de la mitad de los participantes presentan un nivel de estrés moderado.

En un estudio realizado en los Estados Unidos por Beiter et al. (2015), se determinó que los cinco principales causantes de estrés en los estudiantes de universidad son "la presión académica", "la preocupación por el futuro", "los problemas económicos", "la ausencia de sueño" y "su preocupación por las relaciones personales". El factor de "presión académica" incluye elementos relacionados con la carga académica, como la carga de trabajo y las expectativas de rendimiento.

Según Castellano (como se citó en Flores et al., 2016), en Colombia en un estudio realizado con 36 estudiantes de Psicología de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia, que estaban iniciando sus prácticas profesionales, se encontró cuatro tipos de resultados donde se presentaron niveles de ansiedad máxima, ansiedad moderada a severa, ansiedad mínima a moderada y sin ansiedad. Indicando así, que un porcentaje poco más de la mitad de la población estudiada mostró ansiedad de moderada a máxima, mientras que el resto de estudiantes presentó ansiedad mínima o ninguna ansiedad. Estos resultados enfatizan que las principales preocupaciones de los estudiantes estaban relacionadas con el temor hacia el inicio de prácticas profesionales y al proceso de adaptación que lleva dicho proceso.

Los psicólogos se involucran en una extensa variedad de escenarios, donde se brindan soluciones a diversos problemas que puede llegar a afrontar, trabajando sobre la prevención de problemáticas de nivel psicológico y promoviendo la buena salud mental en los distintos

entornos. Para los psicólogos conceptos familiares, laborales, comunitarios y de educación exigen un conocimiento principal que se fundamenta en una práctica adecuada de su ejercicio profesional y clínico implicando la trazabilidad de conexiones con los demás profesionales, a su vez aprendiendo el manejo de la multiplicidad encaminados a dar una mejora en el desarrollo de sus atenciones según Martin (como se citó en Colpsic, 2014).

Estudios realizados como el de Pineda et al. (2020) donde examinaron la prevalencia de trastornos mentales comunes, incluyendo los niveles de ansiedad, en poblaciones universitarias de Bogotá, Colombia. Se halló en los estudiantes una alta prevalencia de ansiedad. Este estudio proporciona indicios de que la ansiedad es una problemática presente en los jóvenes de las universidades de Colombia, sumado a esto la investigación realizada sobre estrés académico como la de Restrepo et al. (2020) en el que se obtuvo como resultado que el porcentaje con más prevalencia es el de la carga masiva de tareas, responsabilidades y trabajos académicos seguidos por diferentes factores comportamentales relacionados al proceso académico.

Estos estudios demuestran que las evaluaciones realizadas tanto al estrés académico, como a los niveles de ansiedad en estudiantes, se han desarrollado con cada concepto por aparte, sin realizar generalmente un tipo de evaluación en la relación entre ambos factores de manera específica, pero al encontrar estudios donde se evalúen ambos conceptos, estrés académico y ansiedad estado-rasgo el objetivo correlacional de dichos estudios se enfocan en la evaluación de esta relación, frente a un factor singular tales como la práctica clínica o algún otro campo de la práctica profesional, factores con número de créditos o de índole psicosocial, entre otros.

Además de los compromisos académicos que tiene el estudiante también debe responder a los retos de la práctica profesional y sus compromisos personales, lo que en algunos casos podría ser un detonante de niveles de ansiedad y estrés académico en la población universitaria que cursan 8º, 9º y 10º semestre de una universidad del valle de aburra.

Para los estudiantes de psicología de la IUE que están realizando prácticas profesionales, este proceso presenta un reto para el desarrollo de sus capacidades, ya que (IUE), es una institución acreditada en alta calidad por el ministerio de educación nacional, reflejando esto una exigencia directa al proceso académico de los estudiantes, los cuales pueden ser percibidos como estímulos estresores en su proceso de formación. A partir de los datos y problemáticas mencionadas anteriormente, y considerando los resultados obtenidos como base para la formulación del problema, surge la siguiente pregunta a resolver:

### **Pregunta problema**

¿Cuál es la relación que se da entre el estrés académico y los niveles de ansiedad estado rasgo en un grupo de estudiantes que realizan su práctica profesional en el programa de psicología de la IUE?

## **2. Justificación**

Este estudio investigativo considera el objetivo de explorar la posible relación que se da entre factores estresores académicos y los niveles de ansiedad estado - rasgo en jóvenes universitarios que se están desarrollando sus prácticas profesionales del programa de psicología de la IUE. Con la realización de este estudio sobre los factores antes mencionados, en dicha

población, la cual se encuentra próxima a su experiencia de transición al mundo laboral, tendría utilidad para concientizar sobre la importancia de esta situación específica, y de esta manera se prestaría atención a un asunto que además abarca a todas las profesiones cuando los estudiantes están iniciado sus prácticas y que los resultados o hallazgos puedan volverse un tipo de referente o base al momento de crear un plan estratégico para proporcionar apoyo y fortalecer habilidades a quienes presentan dificultades que pueden ser vistas como las consecuencias de la ansiedad y el estrés académico y que por alguna razón, ejecutan un manejo inadecuado de sus recursos internos o externos para afrontar de manera efectiva dicha situación.

Este proyecto de investigación tiene también su importancia en los ámbitos teórico, práctico y profesional. Se entiende que es un proceso investigativo y académico que exige a su ejecutor poner en práctica su conocimiento en relación a los temas a tratar, fomenta el interés por el ámbito investigativo, desde conocer hasta estudiar los diferentes postulados teóricos, necesarios para el desarrollo del proyecto y además la experiencia adquirida para un futuro desarrollo como profesional, con bases investigativas y de conocimiento para una adecuada ejecución de su vida profesional.

Con el presente estudio, además, se brindaría la posibilidad de iniciar procesos en la institución universitaria, donde se implementen futuros proyectos de índole psico-educacional con un enfoque a brindar apoyo y acompañamiento a estudiantes de psicología, con la facilidad de poder extenderse a otras carreras donde los estudiantes vivencian esta situación como un factor estresor, por medio de proyectos de desarrollo de familiarización temprana con las prácticas profesionales, asesorías grupales o individuales, campañas y talleres en donde se

fomente un acercamiento y un adecuado afrontamiento con esta etapa específica de su carrera universitaria.

Como impacto esperado en el orden regional y local es que a través de los resultados obtenidos, se pretende que futuros estudiantes cuenten con herramientas adecuadas para enfrentar la problemática generada por el estrés académico en la última etapa de su carrera universitaria y posiblemente se logre así, tener un control previo o estrategias de afrontamiento ante la ansiedad como episodio que afecta su estado de ánimo y la gestión de sus emociones, influyendo en el desarrollo de su conducta y su correcta prevención.

Con revisión del repositorio de la IUE hasta el momento no se han llevado a cabo estudios específicos que evalúen la relación que se puede hallar entre factores del estrés académico y niveles de ansiedad estado - rasgo en el contexto de Envigado o la IUE. Por lo tanto, sería de alto beneficio para la realización de investigaciones en este ámbito, para explorar dicha relación en la población a evaluar y el contexto local como punto principal que no se ha resuelto en el contexto universitario de la IUE.

### **3. Objetivos**

#### **3.1. Objetivo General:**

Establecer la relación entre el estrés académico y los niveles de ansiedad estado rasgo en un grupo de estudiantes que realizan sus prácticas profesionales del pregrado de psicología de la IUE.

### 3.2. Objetivos Específicos:

Identificar los niveles de ansiedad estado rasgo en estudiantes practicantes del programa de psicología de la IUE.

Caracterizar los niveles de estrés académico en estudiantes practicantes del programa de psicología de la IUE.

Establecer la asociación entre algunas variables sociodemográficas y las variables de estrés académico.

Analizar la relación dada en el estrés académico con los niveles de ansiedad estado rasgo en jóvenes practicantes del programa de psicología de la IUE.

## 4. Marco Referencial

### 4.1 Antecedentes

#### 4.1.1. Antecedentes Internacionales

Sánchez et al. (2022) llevaron a cabo un estudio acerca del estrés en factores académicos y la ansiedad en estudiantes del pregrado de psicología, con el objeto de caracterizar que tanto prevalece el estrés académico y la ansiedad en estos estudiantes y también explorar la posible relación que se da entre ambos conceptos. El estudio utilizó una metodología transversal, cuantitativa, correlacional y descriptiva con más de 100 estudiantes de educación superior. Se utilizó la escala de ansiedad estado rasgo (IDARE) y el cuestionario de estrés académico (CEA) como herramientas de medición. Sus resultados mostraron que 104 participantes, equivalente al 68.4%, presentaban niveles moderados de estrés académico, y 115 participantes, correspondiente al 75.7%, tenían niveles considerables de ansiedad-rasgo. Además, encontraron correlación

moderada positiva ( $r_s = 0.368$ ,  $p < 0.01$ ) entre las variables estudiadas. Este estudio proporcionó evidencia de que los jóvenes que estudian el pregrado de psicología experimentan proporciones altas de ansiedad como estado y rasgo y niveles significativos de estrés académico que pueden estar influenciados por su desarrollo académico al que se enfrentan continuamente.

En México Tijerina et al. (2018) sobre la ansiedad, la depresión y el estrés en estudiantes que ingresan a la universidad, realizaron una investigación, teniendo como objetivo, determinar la frecuencia de las variables depresión, estrés y ansiedad en estudiantes de primer semestre en una universidad pública. Estudio de corte transversal. Con un grupo de 520 participantes. Y como instrumento de medición fue utilizado el (DASS-21), con el que se estableció el nivel en que prevalece el estrés, la ansiedad y la depresión. Mediante la prueba no paramétrica de independencia se realizó el análisis estadístico. El resultado arrojó que en edad el promedio fue de 18 ( $DE \pm 1.82$ ) años, las mujeres representaron el 80.8% de la y de hombres fueron el 19.2%, casi el 20% presentaron algún nivel de ansiedad, la depresión se presentó en casi el 37% y un poco más del 19% presentaron estrés. Con lo que se pudo concluir que dichos factores (depresión, estrés y ansiedad) tiene algún tipo de asociación. Se encontró asociaciones en las variables ansiedad-estrés y depresión-ansiedad para el sexo mujeres y para el género masculino solo tuvo prevalencia relacional la variable depresión-ansiedad.

Cruz (2021) realizó un estudio sobre prevalencia de ansiedad y factores académicos relacionados en estudiantes de una Facultad de Medicina de El Salvador. Con un enfoque cuantitativo de tipo observacional, descriptivo transversal e inferencial. Con una participación de más de 200 individuos, hombres y mujeres. Y donde se utilizaron como instrumentos el Test de

Ansiedad de Beck (BAI) y el cuestionario de factores académicos y utilizaron la prueba Rho de Spearman para la prueba de hipótesis. Los resultados evidenciaron una prevalencia de ansiedad del 24.72% entre los estudiantes universitarios, siendo el género femenino mujeres más propenso a experimentar ansiedad. En cuanto a los factores académicos, el estudio encontró una débil aunque positiva relación entre la ansiedad y las horas dedicadas por semana al estudio, los exámenes y el estudio virtual; pero la metodología el sistema evaluativo y la carga académica no se correlacionaron significativamente con la ansiedad.

En el 2019 en un estudio referente al estrés académico en alumnos de Licenciatura en Enfermería de la Universidad Juárez Autónoma en Tabasco. Con el objetivo de identificar niveles de estrés y como este se relaciona con los variables semestre y sexo en estudiantes de Enfermería. Investigación de carácter cuantitativo, descriptivo y correlacional se realizó en una muestra poblacional de casi 190 participantes, seleccionados de manera aleatoria mediante muestreo probabilístico. Utilizaron datos sociodemográficos y el inventario (SISCO). Hallaron que los participantes presentan un nivel moderado de estrés. No se Hallaron asociaciones en el factor semestre con el nivel de estrés ( $p=.678$ ) y tampoco con el factor sexo ( $p=.476$ ). En conclusión, los participantes que se encuentran realizando la Licenciatura en Enfermería presentaron nivel moderado de estrés ya que sortean diferentes factores estresores en el proceso académico. De igual manera, tiene importancia hacer énfasis en que debido al estrés se detonan reacciones psicológicas, físicas, y comportamentales impactando el bienestar de los jóvenes universitarios (Silva et al., 2019).

Con el objetivo de hacer una caracterización del estrés académico, sus estresores principales y la manera en cómo lo afrontan los estudiantes universitarios y realizar un análisis de la diferencia del estrés en estudiantes de año 1 y los de años finales en una ciudad de Brasil. Kloster & Perrotta (2019). Realizaron un estudio descriptivo-comparativo, transversal. En una muestra que se seleccionó por medio de un muestreo no probabilístico, compuesta por un poco más de 160 estudiantes universitarios, que cursaban primero, cuarto y quinto año, entre los 17 y los 38 años. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario (SISCO) de Estrés Académico de Barraza Macías (2007) y los estudiantes en cuestión también completaron un cuestionario sociodemográfico que permitió indagar acerca de la edad, sexo, estado civil, nivel socioeconómico, la carrera a la que pertenecían, año que cursaban, su autodefinición como estudiantes (regular, bueno, muy bueno o excelente) y si trabajaban además de estudiar. Se encontró como resultados que los estudiantes presentaron un grado moderado de estrés académico, desde un juicio estadístico no se encontró diferencia que sea significativa en los estudiantes de año 1 y los de los años 4 y 5 para el estrés académico. Pero pudo observarse que los estudiantes de año 1 de universidad presentaron un nivel mayor de estrés académico frente a los de los años 4 y 5. Como conclusión podemos determinar que, si hay una diferencia, así sea significativa entre los primeros y los últimos años de estudio con relación a como se percibe el estrés académico.

Con el objetivo de Conocer los niveles de ansiedad de quienes participaron y poder analizar qué relación puede existir entre niveles de ansiedad con algunas variables sociodemográficas que se relacionan con el ámbito educativo. Fernández et al. (2021) en la

Facultad de Medicina y Enfermería de Córdoba. Realizaron un estudio observacional, descriptivo y transversal, realizado en estudiantes de la Universidad de Córdoba que cursaban los estudios de medicina, fisioterapia y enfermería, para medir la ansiedad utilizaron el STAI (inventario de Ansiedad Estado-Rasgo). Arrojó como resultados una puntuación media de 23.63 para la ansiedad estado y la ansiedad rasgo obtuvo una de 6.49. Se halló una relación inversa entre la edad, horas de sueño diarias y el nivel de ansiedad rasgo. Se concluyó que las mujeres, dormir poco, el desempeño académico, sus dificultades y estudiar una carrera universitaria tenía asociación de nivel mayor con la ansiedad estado y la edad de los participantes con el nivel de ansiedad rasgo.

#### ***4.1.2. Antecedentes Nacionales***

Monterrosa et al. (2020) en un estudio que realizaron sobre Ansiedad y Depresión en estudiantes universitarios del área de la salud de la universidad autónoma de Bucaramanga. Con el objetivo de identificar que tanto prevalecen y cuáles son los factores asociados a la depresión y la ansiedad en los alumnos del área asociada a las salud. Se llevó a cabo una investigación transversal en alumnos de química, medicina y enfermería. Casi 700 jóvenes fueron los participantes, con una edad prevalente de 20 años. Los resultados mostraron una prevalencia alta de síntomas de depresión y ansiedad en quienes estudian una carrera relacionada a la salud. Se identificaron en el 49.8% sintomatologías de ansiedad y en el 80.3% sintomatologías de depresión. Se encontró relación significativa entre la escala de ansiedad y la escala de depresión ( $p < 0.05$ ). En conclusión, en el 50% de los participantes se identificó ansiedad y en el 80% de cada 10 estudiantes se identificó depresión.

Un estudio sobre el nivel de estrés y ansiedad en estudiantes de enfermería en práctica clínica de La Fundación Universitaria de San Gil (UNISANGIL), realizado por Fandiño et al. (2020). Tuvo el objetivo de identificar diferentes niveles de estrés y ansiedad en estudiantes de enfermería que realizaban la práctica clínica. Estudio con un enfoque cuantitativo, descriptivo y transversal. Su muestra poblacional fue conformada por estudiantes que realizaban la práctica clínica de enfermería de la UNISANGIL de manera probabilista aleatoria simple. Los instrumentos utilizados fueron el BAI (inventario de ansiedad de Beck) y el KEZKAK (cuestionario bilingüe de estresores de los estudiantes en las prácticas clínicas). Entre los resultados se halló que 10 de los 55 estudiantes evaluados a través del BAI manifestaron niveles moderados y severos de ansiedad, con una prevalencia más alta en el sexo femenino con 7 mujeres evidenciando en ellas un nivel moderado de ansiedad y 1 con un nivel severo de ansiedad, contrario al sexo masculino, de los cuales solo 2 hombres evidenciaron ansiedad severa. Se concluyó que se encuentra una diferencia significativa con relación a que los hombres y las mujeres perciben de diversa forma el estrés y la ansiedad en escenarios académicos.

Llorente et al. (2019). Con estudiantes de enfermería de montería, llevaron a cabo un estudio sobre estrés académico, en Colombia. Con el objetivo de establecer el estrés académico que se presenta durante las prácticas de formación universitaria en enfermería en una ciudad de la región de Córdoba. Metodología de enfoque cuantitativo, descriptivo y transversal. Contó con una participación de casi 250 estudiantes como muestra, la cual se calculó un muestreo de formato intencional. Se utilizaron los instrumentos SISCO SV – 21 y encuesta de variables sociodemográficas. Los Hallazgos evidenciaron que, en la investigación se obtuvo mayor

participación de mujeres, promedio en edad de 21 años, la mayoría hacían parte del estrato socioeconómico 2 pertenecientes a la zona urbana. Más del 90% de los evaluados presentó algún nivel de estrés, con el 66.94% en moderado y con el 47.04 nivel medio. Como agente estresor más frecuente se encontró la forma de evaluación de los profesores, lo que generó en la mayoría de participantes, sentimientos de depresión y tristeza. Esto concluye la necesidad de que se establezcan programas de intervención al interior de los programas de educación superior que estén enfocados en el manejo del estrés y ansiedad.

Vinaccia & Ortega (2021) realizaron un estudio sobre depresión y ansiedad y sus variables asociadas en jóvenes estudiantes de pregrado. Su objetivo fue evaluar qué relación puede existir entre depresión, ansiedad y variables sociodemográficas en jóvenes universitarios de una institución de la costa Atlántica en Colombia. Con una metodología de diseño transversal. En el estudio participaron hombres y mujeres, los evaluados debieron completar el test PROMIS y una encuesta sociodemográfica, se examinó la comorbilidad y prevalencia de la depresión y la ansiedad por medio de un análisis descriptivo. Con el método de regresión logística se analizó las consecuencias en la depresión y ansiedad respecto a las variables sociodemográficas. Con los siguientes hallazgos: Más del 55 % de los estudiantes presentó sintomatologías de ansiedad, sintomatologías de depresión lo presentó más del 30 % y más del 28 % presentó morbilidad asociada. Algunas variables sociodemográficas como el estado civil, el nivel económico, el género y su razón étnica para la ansiedad y la depresión concurren como pronósticos significantes. Los resultados indicaron que la depresión y la ansiedad son estadías que prevalecen en los estudiantes de carreras universitarias, según el estudio se concluyó promover lo importante

que tiene el desarrollo de intervenciones en pro de la salud mental en el desempeño de las prácticas profesionales de los universitarios.

Sobre el predominio de la depresión y la ansiedad en estudiantes de pregrado en el área metropolitana de Bucaramanga, Colombia, Rodríguez & Rodríguez (2020) materializaron una investigación con el objetivo de establecer el predominio de la depresión y la ansiedad en un grupo de estudiantes de pregrado en la ciudad de Bucaramanga. La investigación cuantitativa descriptiva. Realizada en una población de más de 70 estudiantes que se seleccionaron por medio del muestreo no probabilístico tipo bola de nieve. En cuanto a los instrumentos utilizados, con el fin de realizar una medición a la ansiedad se utilizó el cuestionario IDARE y para medir la depresión fue utilizada la prueba CES-D. Los resultados evidenciaron que la ansiedad tiene un predominio del 100% en las personas encuestadas, superando el promedio por todos, y en más del 40% se presentó depresión. También, según los datos sociodemográficos indagados se halló que las mujeres son las más afectadas en sus alteraciones del estado de ánimo. Como conclusión significativa y según este estudio, demuestra que en los espacios académicos se presenta un nivel alto y prevaeciente de ansiedad.

Con el objetivo de hacer un análisis sobre el estrés académico en estudiantes de una Universidad de La Guajira en Colombia. Pinto et al. (2022) llevaron a cabo una investigación acerca del estrés de índole académico en jóvenes de pregrado de la Universidad de la Guajira, Colombia. Este estudio se realizó mediante un enfoque cuantitativo, positivista, descriptivo, de diseño no experimental, transaccional. Con más de 830 participantes. Se utilizó un cuestionario de 12 ítems, con validación y fiabilidad de la formula alfa Cron Bach (0,87). Empleando la

 <p>INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DE ENVIGADO</p> <p>Ciencia, educación y desarrollo</p>	<p>PLANTILLA TRABAJO DE GRADO FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES, HUMANAS Y EDUCACIÓN</p>	Código: <b>F-DO-0029</b>
		Versión: <b>02</b>
		Página <b>27</b> <b>de 68</b>

estadística descriptiva para el análisis de los datos. Se halló en los estudiantes estrés académico en un nivel moderado. Como conclusión se formuló que los estudiantes al enfrentarse a nuevas responsabilidades, tales como: la carga académica, la presión familiar, miedo a fracasar, cambios en los hábitos alimenticios, entre otros, se detona el estrés académico.

#### ***4.1.3. Antecedentes locales***

Como puede observarse en el trabajo de Álvarez (2019) con la realización de un estudio en estudiantes de odontología de una Universidad Pública de Medellín, su bienestar psicológico y sus factores relacionados, teniendo como objetivo el Análisis de la prevalencia de signos y sintomatologías sugerentes de la mala salud mental, el estrés, la depresión y ansiedad y factores sociodemográficos con relación a jóvenes universitarios que estudian Medicina oral en una universidad pública de Medellín. Análisis de metodología transversal. Se realizó un sondeo a más de 200 integrantes teniendo en cuenta variables sociodemográficas, generalizaciones de la salud y el bienestar psíquico. Utilizando diferentes cuestionarios tales como: el GHQ-12, Test de Zung, variables descriptivas y cálculo de Odds Ratio. Se encontró que el 43% de los estudiantes presentaba mala salud mental, con la ansiedad presente en el 50% de estos casos. Este estudio destacó nuevamente la relevancia del estrés y como la ansiedad se presenta en un gran porcentaje de estudiantes universitarios con alta prevalencia de sintomatologías y signos que determinaron falencias en el bienestar psicológico, hallándose desemejanzas según en factores sociodemográfico y género.

Restrepo et al. (2020) presentaron una investigación en estudiantes universitarios evaluando el estrés académico. Con el objeto de hacer un análisis del estrés académico en

alumnos universitarios, por medio de la identificación de las circunstancias ambientales del entorno académico que se pueden percibir como factores potencialmente estresantes, caracterización de las respuestas conductuales y psicofisiológicas y la identificación de las formas frecuentes de afrontarlas. Mediante metodología cuantitativa, descriptiva y transversal, realizada en 450 participantes de diferentes instituciones de educación superior de la ciudad de Medellín. Se utilizó el inventario de estrés académico (SISCO). Se obtuvo como resultados; en la categoría factores estresores, el mayor porcentaje para los ítem fue para el de intensidad en la carga de responsabilidades escolares, para condición síntomas el porcentaje más alto fue para Inquietud y para el factor estrategias de afrontamiento, el apartado con la prevalencia porcentual más alta fue el de habilidad asertiva. Este estudio demuestra que los factores que componen el estrés académico, perjudican la capacidad y las habilidades intelectuales para el rendimiento educativo de los alumnos de pregrado de las universidades, su salud mental y muy probablemente el planteamiento y la ejecución eficaz de un proyecto de vida.

A partir de las anteriores investigaciones y al haber tenido en cuenta los resultados proporcionados por cada una de ellas, se pudo concluir que los factores académicos del estrés y los niveles de ansiedad estado-rasgo son conceptos que se presentan de manera recurrente durante el proceso educativo de los jóvenes universitarios. Y al relacionarse estas variables con otros componentes de índole educacional, producen en los estudiantes alteraciones emocionales y psicológicas que interfieren en la conducta de las personas. Por lo tanto creemos importante el relacionamiento que probablemente existe con el estrés académico y los niveles de ansiedad estado-rasgo, conceptos claves a estudiar en nuestra investigación.

 <p>INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DE ENVIGADO</p> <p>Ciencia, educación y desarrollo</p>	<p>PLANTILLA TRABAJO DE GRADO FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES, HUMANAS Y EDUCACIÓN</p>	Código: <b>F-DO-0029</b>
		Versión: <b>02</b>
		Página <b>29</b> <b>de 68</b>

## 4.2. Marco teórico

### **Carga Cognitiva, su teoría (CLT)**

Esta teoría la formuló originalmente John Sweller en la década de 1980 y se ha convertido en una teoría fundamental para el desarrollo de la psicología en el campo educativo y la investigación en instrucción (Sweller, 1988, 2011). Según Sweller, la CLT se basa en el hecho de que la capacidad de la memoria de trabajo es limitada en términos de la cantidad de información que puede procesar simultáneamente (Sweller, 2011). Esta capacidad limitada impone restricciones para la cantidad de carga cognitiva o mental que una persona puede manejar a la vez. Si la carga es demasiado alta, puede reducir la efectividad del aprendizaje y el rendimiento.

### ***Estrés***

El estrés es entendido a manera de aquel grupo de comportamiento de índole psicofisiológico que puede experimentar una persona en su organismo cuando es sometido a fuertes demandas, este tema ha sido de interés y naciente preocupación para un amplio número de científicos y es pecientas de la salud mental, ya que este conlleva repercusiones para el comportamiento humano, ya que su impacto repercute en el bienestar físico y psíquico, así como también en el desempeño personal educativo y profesional. Provocando episodios de cavilación y desazón que logran conducir a afecciones psicológicas personales, turbación familiar o de índole social (Montero, 2022).

### ***Estrés académico***

Este tipo de estrés es definido como la respuesta conductual, corporal, psicológica y emotiva que se produce al enfrentarse una persona a situaciones relacionados con lo educativo, donde se altera el sistema para dar respuestas en los individuos tanto en lo cognitivo como en lo fisiológico y su parte motora. Esta alteración repercute en el desempeño educativo de manera negativa (Berrio & Mazo, 2011).

En los jóvenes universitarios este tipo de estrés es un problema y se logra evidenciar en muchas universidades dentro y fuera del país logrando repercutir en lo cognitivo, sus emociones y lo fisiológico. Se entiende como aquella reacción contra positiva que infiere en las personas cierto desequilibrio producto de la desigualdad de la tensión y las capacidades que se posee para hacerle frente a dicha situación. El factor estresante no es lo que causa estrés, es la manera en cómo la persona percibe ese factor, generándose al momento en que el individuo cree que la demanda en cada situación de su entorno sobrepasan sus capacidades, catalogándolas como un factor estresor. La particularidad de cada factor determina la predisposición de la persona al estrés, de esta manera, cada factor estresor se puede percibir de distinta manera por cada persona, explicando así que cada respuesta dada a los factores de estrés se dan de forma individual y subjetivamente, reflejando las habilidades con las que se adapta cada persona (Silva et al., 2020).

### ***Ansiedad***

Los TA (Trastornos de Ansiedad) son enfermedades mentales comunes que causan padecimientos e incapacidad, además representan cargas significativas en aspectos socioeconómicos. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), son más frecuentes en las mujeres (7.7%) que en los hombres (3.6%) (Chacón, et al., 2021). La ansiedad, en sí misma, es

una respuesta emocional normal ante situaciones amenazantes para el individuo. Sin embargo, cuando se vuelve excesiva o persistente, puede convertirse en un trastorno.

En Bahamas, Jamaica, Granada y otros países dentro de las Américas, los TA se ubican en segundo lugar de los trastornos mentales más incapacitantes (Chacón et al., 2021). Esto resalta la importancia de abordar adecuadamente estos trastornos para crear un mejoramiento en la condición de vida de quienes son afectados.

Para Lazarus & Folkman (como se citó en Rusiñol, 1993) la ansiedad al proceso evaluativo se entiende como aquella ansiedad ocasionada por factores del entorno educacional que se relaciona con el aprendizaje y el desempeño académico. Referente a esto la ansiedad a las evaluaciones se ve como una respuesta delimitante al fenómeno del estrés. Dicha respuesta se evoca al momento en que las habilidades cognitivas, la motivación, el factor social y la aptitud de los estudiantes se exceden por la demanda que se produce desde el mismo sujeto como desde los demás individuos con significancia para él o provenientes de su propio entorno educativo.

### ***Dimensiones de la ansiedad***

Existen dos tipos de ansiedad: La AE (ansiedad estado) y la AR (ansiedad rasgo) las cuales podemos diferenciar de esta manera:

**Ansiedad-estado:** Se le conoce como una transición emotiva que surge en respuesta a un evento específico y varía en nivel intensivo y duración con el paso de los días. Este tipo de ansiedad puede manifestarse en situaciones como presentaciones públicas, exámenes, entregas de trabajos u otras actividades que son percibidas como amenazantes. Es una respuesta emocional

inmediata caracterizada por sentir presión, nerviosidad, ideas desagradables y angustia, acompañados de cambios corporales dicho por Spielberger (como se citó en Burgos 2013).

Ansiedad-rasgo: En este caso, el individuo ve cada una de las experiencias que vive como una amenaza, experimentando ansiedad de manera frecuente e intensamente. La AR hace referencia a las diferencias de cada persona en la ansiedad, esto quiere decir, que la disponibilidad o tendencias de la persona a experimentar niveles elevados de ansiedad de manera consistente. Estas características ansiosas son consideradas como un rasgo distintivo de la personalidad y que influyen en la manera en que la persona enfrenta diversas situaciones dicho por Spielberger (como se citó en Burgos 2013).

#### **4.3. Marco ético legal**

Las leyes 1090 de 2006, la Ley 30 de 1992, la Ley 1616 de 2021 y la Resolución 8430, desempeñan un papel fundamental en el presente proyecto de investigación, ya que regulan y velan por el cumplimiento de los diferentes aspectos relacionados con la educación y la salud.

Ley 1090 de 2006: Esta ley establece el Código Deontológico y Bioético del Psicólogo. Esta, define los principios éticos que los profesionales en Psicología deben seguir. Dichos principios incluyen el respeto a los derechos de las personas, la privacidad, la confidencialidad, la diversidad y la autonomía de las personas. También prohíbe cualquier forma de discriminación y exige mantener la confidencialidad de la información. Estos principios éticos y deontológicos son fundamentales para garantizar una práctica ética y respetuosa en el ámbito Psicológico.

Ley 30 de 1992 regula la educación en el ámbito universitario en Colombia. Promueve el derecho a adquirir un conocimiento integral y busca el pleno desarrollo de los alumnos a nivel académico y profesional. Con la Ley 30 se respalda el objetivo del presente proyecto al reconocer la importancia de la formación educativa y profesional de los estudiantes de educación superior.

Ley 1616 de 2021: Esta ley tiene como objetivo que se garantice el buen proceder del Derecho a la salud mental en Colombia, dando prioridad a infantes y jóvenes. Pone énfasis en la importancia del bienestar psicológico y prevenir las afecciones psicológicas. La ansiedad, como objeto de la investigación, es un trastorno mental que afecta a muchas personas, especialmente a los jóvenes. Con esta ley se respalda la relevancia de abordar la salud mental y promover estrategias de prevención y atención integral.

Las consideraciones éticas del presente estudio se basan en la Resolución 8430/93 del Ministerio de Salud de Colombia y se enfocan en garantizar el respeto a los derechos de las personas que participan en este y el manejo de la información de manera confidencial. A continuación, se resumen las principales consideraciones éticas:

**Derecho a la información:** Los participantes recibirán información detallada sobre los propósitos, procedimientos y análisis de datos del estudio. Los investigadores se comprometen a aclarar cualquier duda que los participantes puedan tener sobre la investigación.

**Derecho a la no-participación:** Los participantes tienen autonomía para decidir si desean participar en el estudio o no. No se ejercerá ninguna presión o coacción para su participación.

**Confidencialidad:** Se garantizará el anonimato de los participantes y se protegerá su privacidad. Los investigadores y encuestadores no divulgarán nombres ni datos de los evaluados que permitan ser identificados en ninguna publicación o actividad de divulgación.

**Remuneración:** La participación en el estudio no implicará ninguna contraprestación económica o de otra índole. El estudio se enfoca en fines académicos y profesionales.

**Divulgación:** Los resultados del estudio se presentarán en eventos académicos, manteniendo manejando así de forma adecuada el secreto profesional.

**Disponibilidad de tratamiento:** La presente investigación no contempla diagnóstico ni intervención en los participantes. Su objetivo es encontrar la correlación de factores estresores y los niveles de ansiedad estado y rasgo.

**Molestias o riesgos esperados:** No se espera que los participantes experimenten riesgos físicos o psicológicos. Se llevará a cabo una investigación continua para detectar posibles molestias, como cansancio durante la realización de la encuesta.

**Beneficios:** La participación en el estudio puede contribuir al desarrollo profesional de los futuros psicólogos de la institución universitaria y ayudar a identificar situaciones del entorno que logran influir en el rendimiento académico de los jóvenes universitarios.

**Custodia informacional:** Todos los datos recopilados se almacenarán de manera segura y se conservarán por un período de 10 años. Solo los investigadores tendrán acceso a la información, y se protegerá con encriptación y contraseñas.

**Aval institucional:** Se solicitará el aval institucional por escrito a la Institución Universitaria de Envigado, informando sobre los objetivos, beneficios y metodología del estudio.

Estas consideraciones éticas aseguran que el estudio se lleve a cabo de manera ética y responsable, respetando los derechos y la privacidad de los participantes.

## **5. Metodología**

### **5.1. Enfoque**

En el presente trabajo, se adoptó un enfoque cuantitativo involucrando la utilización de pruebas de medición, test y cuestionarios aplicados a la población de estudio. El propósito es recolectar información de manera sistemática con el fin de obtener resultados cuantitativos sobre la correlación que se puede dar entre factores estresores académicos y niveles de ansiedad estado – rasgo en jóvenes Practicantes del programa de psicología.

La investigación cuantitativa se caracteriza por ser un proceso estructurado que implica la recopilación y análisis de datos provenientes de diferentes fuentes utilizando instrumentos informáticos, estadísticos y matemáticos para la obtención de resultados. Su enfoque es convincente, ya que busca la cuantificación del problema y comprender qué tanto se puede generalizar una población más amplia por medio de la búsqueda de resultados que sean protestables (Babativa, 2017)

### **5.2. Diseño:**

No experimental

Nuestro diseño investigativo es no experimental, ya que se desarrolla sin la manipulación deliberada de las variables. Se basó de manera fundamental en observar la fenomenología que se da en cierto contexto natural para posteriormente hacer un análisis.

El proceso investigativo no experimental es donde no se da la manipulación de valores. Lo que se toma como el tipo de estudio donde no se realiza de manera intencional una manipulación de las variables independientes. (Agudelo et al., 2008).

### **5.3. Tipo de estudio**

Trasversal

El presente estudio es de tipo transversal ya que se realizó el análisis de datos y variables recopilada en una muestra de estudiantes predefinida, además es un estudio que ocurre en una sola instancia y las variables en ningún momento cambian a lo largo de la investigación.

El estudio transversal es clasificado como un estudio observacional de base individual en el que se tiene dos propósitos: describir y analizar. También se conoce como un tipo de investigación prevalente o encuesta transversal, con el objetivo de realizar una identificación de la frecuencia de alguna condición en la población que se está estudiando (Rodríguez & Mendivelso, 2018).

### **5.4. Nivel de estudio**

Descriptiva y correlacional

En este estudio se presenta el nivel descriptivo y correlacional, ya que busca describir el tema de investigación y llevar a cabo una correlación entre ambas variables estudiadas.

El estudio Descriptivo, se refiere a la tendencia de la puntualización las caracteres de una población estudiada. Estando el centro metodológico en el qué y no en el (por qué? De quien se evalúa en la investigación (Pachas & Romero, 2020).

### 5.5. Población y muestra

La población se encuentra conformada por 257 estudiantes activos e inscritos en el periodo semestral 2023-2 que estaban realizando la práctica universitaria del programa de psicología de la IUE.

La muestra estará conformada por 152 estudiantes, esta se obtiene mediante un cálculo de tamaño de finita, con base en la siguiente fórmula, con un total de 257 estudiantes, un parámetro de probabilidad de nivel de confianza del 95% y probabilidad de error de 5%, un 58% de que ocurra el evento estudiado y un 42% de que este no ocurra, se aclara que para este trabajo investigativo la tasa total de respuesta no corresponde al total de la muestra obtenida, por lo tanto se expone el número de evaluados que corresponde a 37 individuos correspondientes al 24.1 % de la muestra de los 152 que correspondían a la muestra total de la investigación.

$$n = \frac{N * Z_{\alpha}^2 * p * q}{e^2 * (N - 1) + Z_{\alpha}^2 * p * q}$$

Donde=

$n$  = Tamaño de muestra buscado

$N$  = Tamaño de la Población o Universo

$Z$  = Parámetro estadístico que depende el Nivel de Confianza (NC)

Siendo=

$n$  = 152 estudiantes

$N$  = 257

$$Z = 1,960$$

$$e = 5\%$$

$$p = 58\%$$

$$q = 42\%$$

## 5.6. Técnicas e instrumentos de recolección de la información

### 5.6.1. Encuestas

Este método emplea un grupo de procesos estandarizados de investigación, por medio de estos se hace la recolección y el análisis de la información adquirida en una muestra con la que se representa una población del análisis general de una investigación con la pretensión de explicar, examinar o especificar ciertas particularidades (Casas et al., 2003)

Según Casas et al. (2003) La encuesta es una técnica que se utiliza como proceder investigativo, dado que posibilita la obtención, manejo y elaboración de datos de una manera eficiente y rápida.

En el presente estudio investigativo se pueden utilizar encuestas para medir factores estresores académicos mediante el SISCO (Inventario de estrés académico) y el STAI (Inventario de ansiedad estado – rasgo) permitiendo encontrar factores ansiosos mediante su evaluación.

### 5.6.2. Escala de ansiedad estado-rasgo (STAI)

Este cuestionario de ansiedad estado-rasgo creado por Spielberger, Gorsuch y Lushore, este mide la ansiedad estado-rasgo por medio de 20 ítems en sus dos variables, sus respuestas son en escala tipo Likert con 4 posibilidades. En su primera parte se evalúa la ansiedad como

estado y contiene los ítems con posibilidad de respuesta numérica de 0 a 3 y descriptiva de nada a mucho, por su parte para medir la ansiedad como rasgo contiene ítems de respuesta numérica de 0 a 3 y descriptiva de casi nunca a casi siempre. En ambas partes del cuestionario se presenta un conjunto de los ítems se evalúan de manera invertida, evaluando la ausencia de sintomatologías de ansiedad. Lo demás reactivos tiene referencia a la existencia de dichos síntomas ansiosos. Finalmente el total de su puntuación es obtenida mediante la suma de los ítems tras (Guillen y Buela, 2015).

Validación y adaptación: Tal vez el primer antecedente de la adaptación española del STAI sea el estudio de (1977) con su Tesis doctoral; este trabajo empleó una versión experimental del STAI para las escalas Estado y Rasgo como en el estudio de los sujetos en una tarea fácil (test) y otra difícil (test de inteligencia). Se utilizó una muestra de más de 500 casos a los que se les aplicó el STAI con unos elementos muy a lo que ahora se ofrecen como versión (excepto que en el 34 se invirtió el sentido: "Trato de...", en vez de "Evito..." que ahora tiene). (Buela, et, al, 2015).

Por otra parte, en estos análisis se utilizó la escala original de 1 a 4 puntos en cada, y de ahí que a sus directas sea restarle 20 puntos para poder con las obtenidas en la y análisis que vienen cuando se hace esta se observa que sus en Estado (16,81) y Rasgo (18,15) son comparables a los de la tipificación.

En los análisis factoriales que realiza Bermúdez (1977) con sus datos obtuvo como resultado cuatro dimensiones. Esta estructura es muy similar a la que se halló en la adaptación original del cuestionario y a la que se obtiene con los datos actuales.

	<p>PLANTILLA TRABAJO DE GRADO FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES, HUMANAS Y EDUCACIÓN</p>	Código: <b>F-DO-0029</b>
		Versión: <b>02</b>
		Página <b>40</b> <b>de 68</b>

Un segundo antecedente de esta adaptación española es otra tesis doctoral (Urraca, 1981), en la que, mediante las aplicaciones de varios cuestionarios (entre ellos el STAI, versión de Bermúdez, 1977), se han estudiado las actitudes ante la muerte.

La muestra era más amplia que la anterior ( $n = 1,282$ ) y universitarios de varias facultades de trabajadores y enfermos). No se ha podido disponer de las puntuaciones directas de este estudio para su comparación con las de la versión definitiva, y en los análisis factoriales de Urraca solo se introducen los 20 elementos de cada escala, es decir, se independiza Estado de Rasgo a la hora de conocer su estructura factorial. Sin embargo, los elementos de cada escala se agrupan de modo muy similar a como resultan en los análisis de Bermúdez (1977) en los de su primera adaptación (Seisdedos, 1982) y en los actuales de esta edición; se encuentran dos factores en cada escala, de tipo afirmativo y negativo de la ansiedad (transitoria o permanente).

### ***5.6.3. Inventario SISCO***

El inventario SISCO es un instrumento de auto-información creado por Arturo Barraza Macías que permite evaluar la reacción, psicológica y del comportamiento que se relacionan con factores estresores del ámbito académico, se administra por el mismo evaluando, aplicándose a cada individuo de manera singular o en grupos. Se puede obtener información sobre factores de estrés académico siendo esta la principal variable de la cantidad de participantes en los que se presenta el estrés académico, su estado y prevalencia. Otros indicadores son los factores intermedios o elementos que componen el estrés académico, la prevalencia con la que se toman como estresores lo que el entorno demanda, el nivel de prevalencia de la sintomatología, la tasa en la utilización de estrategias de afrontamiento. Para la evaluación de los resultados del

inventarios SISCO se deben tener en cuenta cada uno de los ítems, obtener la media por ítems, seguido de la obtención de la media de las medias anteriormente obtenidas, luego por medio de la regla de 3 simple se obtiene el valor final que se entiende como el nivel de estrés según la tabla de baremos, la cual indica tres niveles de estrés, leve (0 a 33%), moderado (34% a 66%) y severo (67% al 100%) (Barraza, 2017).

Validación y adaptación: se realiza mediante una investigación llevada a cabo en la universidad pontificia Bolivariana sede Bucaramanga, donde se orientó dicha investigación a validar el inventario de estrés académico SISCO para la comunidad universitaria, con un muestra de 330 estudiantes de diversas carreras en edades entre los 18 y 22 años de edad, se lleva a cabo una metodología de corte instrumental, dicho procedimiento de validación se llevó a cabo de la siguiente manera: justificación del estudio, delimitación conceptual del instrumento, contracción y evaluación cualitativa de los ítems, análisis psicométrico y estadístico. Se obtuvo como resultado una correlación ítem-total, alfa de cron Bach (0.861), coeficiente de dos mitades (80.804), grupos contrastados y el análisis factorial exploratorio, a través de rotación varimax, se demostró una variabilidad y validez sobre el inventario SISCO del estrés académico, validado en el contexto universitario (Jiménez, 2008).

## 5.7. Tabla de operacionalización de variables

*Tabla 1*

*Operacionalización de variables*

Variable	Medición	Codificación	Naturaleza	# indicadores	Fuente de información	Técnica de recolección
Independiente	Tipo de practica	(1) Práctica profesional I (2) Práctica profesional II (3) Práctica clínica	Cualitativo	<b>1</b>	Estudiantes de psicología de la IUE, que se encuentran realizando la práctica profesional	Cuestionario
Independiente	Edad	(1) 16 a 20 años (2) 21 a 30 años (3) 31 a 40 años (4) 41 a 50 años (5) 50 años o más	Cualitativo	<b>1</b>	Estudiantes de psicología de la IUE, que se encuentran realizando la práctica profesional	Cuestionario

Independiente	Sexo	(1) Femenino (2) Masculino (3) Otro	Cualitativo	1	Estudiantes de psicología de la IUE, que se encuentran realizando la práctica profesional	Cuestionario
Independiente	Estrato socioeconómico	1 2 3 4 5 6	Cuantitativo	1	Estudiantes de psicología de la IUE, que se encuentran realizando la práctica profesional	Cuestionario
Independiente	Estado civil	(1) Soltero (2) Unión libre (3) Casado (4) Divorciado (5) Viudo	Cualitativo	1	Estudiantes de psicología de la IUE, que se encuentran realizando la práctica profesional	Cuestionario
		Nivel 1 Nivel 2			Estudiantes de psicología de la	

Independiente	Nivel de ingles	Nivel 3 Nivel 4 Nivel 5 Nivel 6	Cuantitativo 1	IUE, que se encuentran realizando la práctica profesional	Cuestionario
Dependiente	Ansiedad estado-rasgo	0 (Nada) 1 (Algo) 2(Bastante) 3(Mucho)	Cualitativo 40	Estudiantes de psicología de la IUE, que se encuentran realizando la práctica profesional	Cuestionario
Independiente	Estrés académico	1 (Nunca) 2 (Rara vez) 3 (Algunas veces) 4 (Casi siempre) 5 (siempre)	Cualitativo 31	Estudiantes de psicología de la IUE, que se encuentran realizando la práctica profesional	

### 5.8. Técnicas de Análisis

**Análisis descriptivo.** Se realizará un análisis descriptivo de las variables utilizando medidas de tendencia central, como la media y la desviación estándar, para examinar la distribución y la variabilidad de los datos.

**Análisis de correlación.** Se calcularon coeficientes de correlación, con la prueba CHI- CUADRADO desde la prueba de independencia evaluando la correlación que se puede dar entre el estrés académico y niveles de ansiedad estado - rasgo. Según Tinoco (2008) la mencionada prueba posibilita establecer la existencia de una correlación entre dos variables categóricas, indicando la existencia o no de dicha relación que se pretende buscar en las variables, sin embargo no determina el nivel o el tipo de relación.

### 5.9. Procedimiento:

Diagnóstico general

Planteamiento de la problemática

Justificación

Rastreo bibliográfico de antecedentes

Aplicación de inventarios

Evaluación y análisis de los resultados

Realización de conclusiones

Sustentación de trabajo investigativo

## 6. Resultados

En el presente trabajo investigativo se puede apreciar que los datos sociodemográficos más relevantes son: prevalencia en un 67,6% de participación del sexo femenino, la mayoría de los participantes están en la categoría de edad entre 21 a 30 años (70,3%), el estrato socioeconómico que prevalece en los estudiantes de la IUE es el estrato 3 (62,2%), solo una tercera parte de los participantes cursaron el nivel 6 de inglés (29,7%). (Ver tabla 2)

**Tabla 2**

*Estadísticos descriptivos sociodemográficos del grupo de 37 practicantes de psicología de la IUE*

<b>Variables sociodemográficas</b>		<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Tipo de práctica	Práctica 1	16	43,2
	Práctica 2	16	43,2
	Práctica Clínica	5	13,5
Sexo	Femenino	25	67,6
	Masculino	12	32,4
Grupos etarios	Entre 18 a 20	3	8,1
	Entre 21 a 30	26	70,3
	Entre 31 a 40	7	18,9
	Entre 41 a 50	1	2,7
Estrato socioeconómico	1	2	5,4
	2	7	18,9
	3	23	62,2
	4	5	13,5
Estado civil	Sin pareja	33	89,2
	Con pareja	4	10,8
Nivel de inglés	0	1	2,7
	1	9	24,3
	2	5	13,5
	3	4	10,8
	4	2	5,4

5	5	13,5
6	11	29,7

En cuanto a las categorías de estrés académico medidos con el inventario SISCO se encontró que el 81,1 % de los practicantes de psicología de la IUE presentan estrés académico moderado. (Ver tabla 3)

**Tabla 3**

**Resultados inventario SISCO**

Medida	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Moderado	30	81,1	81,1	81,1
Severo	7	18,9	18,9	100,0

Con respecto a el inventario STAI que mide la presencia de ansiedad estado – rasgo, se encontró que hay una media de 68,78 de Ansiedad estado y 65,14 de Ansiedad rasgo. (Ver tabla 4)

**Tabla 4**

**Descriptivos Ansiedad estado – Rasgo**

Percentiles	Ansiedad- Estado	Ansiedad-Rasgo
Media	68,78	65,14
Desv. Estándar	24,442	26,227

Se encontraron correlaciones estadísticas significativas entre ansiedad estado y síntomas psicológicos, síntomas comportamentales y la totalidad de los síntomas de estrés académico, pero no se halló correlación con el resultado final de la prueba

SISCO. También se encontraron correlaciones entre ansiedad rasgo y síntomas físicos, síntomas psicológicos, síntomas comportamentales, la totalidad de síntomas y la estrategia de afrontamiento que se midieron con el inventario SISCO. (Ver tabla 5)

**Tabla 5**

**Correlación entre estrés académico y ansiedad estado – rasgo**

<b>Ansiedad Estado</b>	<b>Factores estresores</b>	<b>Síntomas físicos</b>	<b>Síntomas psicológicos</b>	<b>Síntomas comportamentales</b>	<b>Total síntomas</b>	<b>Estrategias de afrontamiento</b>	<b>Total SISCO</b>
Coefficiente de correlación	0,101	0,308	,543**	,592**	,556**	-0,309	0,117
Sig. (bilateral)	0,554	0,064	0,001	0,000	0,000	0,063	0,491
<b>Ansiedad Rasgo</b>							
Coefficiente de correlación	0,263	,456**	,729**	,555**	,673**	-,345*	0,241
Sig. (Bilateral)	0,116	0,005	0,000	0,000	0,000	0,036	0,151

Con relación a las variables sociodemográficas, sexo, nivel de inglés y estrato socioeconómico, se encontró que solo hay asociamiento significativo entre estrés académico y el nivel de inglés. (Ver tabla 6)

**Tabla 6**

**Asociación resultados SISCO y las variables sociodemográficas, sexo nivel de inglés y estrato socioeconómico**

Variable sociodemográfica	Descripción	Moderado n (%)	Severo n (%)	Chi cuadrado	Valor p
Sexo	Femenino	20 (80%)	5 (20%)	0,059	0,809
	Masculino	10 (83,3%)	2 (16,7%)		
Nivel de inglés	1 al 3	18 (94,7%)	1 (5,3%)	4,748a	0,029
	4 al 6	12 (66,7%)	6 (33,3%)		
Estrato socioeconómico	Bajo	7 (77,8%)	2 (22,2%)	,085a	0,771
	medio	23 (82,1%)	5 (17,9%)		

Con relación a las variables sociodemográficas, sexo, nivel de inglés y edad, solo se encontró asociación entre ansiedad rasgo y la edad. (Ver tabla 7)

**Tabla 7**

**Asociación resultados STAI y las variables sociodemográficas, sexo, nivel de inglés y edad.**

Variable sociodemográfica	Descripción	N(Media ) Ansiedad Estado	Prueba t	Valor P	N(Media) Ansiedad Rasgo	Prueba t	Valor P
Sexo	Femenino	25 (27,24)	0,167	0,868	25 (26,92)	0,882	0,384

	Masculino	12 (26,58)			12 (24,00)		
Nivel de inglés	1 al 3	19 (29,42)	1,374	0,178	19(26,11)	0,087	0,931
	4 al 6	18 (24,50)			18(25,83)		
Edad	Menor a 30	29 (28,14)	1,173	0,249	29 (27,66)	2,179	0,036
	Mayor a 30	8 (23,00)			8 (19,88)		

## 7. Discusión

En el estudio que se realizó con los estudiantes Practicantes del programa de psicología de la IUE, sobre la relación que se puede dar entre el factores estresores académicos y los niveles de Ansiedad Estado- Rasgo se mostró que más del 50% de los participantes no han realizado los niveles 4,5 y 6 de inglés, por ello se encontró, que hay una relación entre Factores estresores académicos evaluados en el inventario SISCO y el atraso en los cursos de inglés, a pesar de que los estudiantes ya se encuentran realizando su práctica profesional, casi a punto de culminar su carrera universitaria, lo que se convierte en una carga académica. Restrepo et al., (2020) en su trabajo investigativo encontró que la sobrecarga de tareas y trabajos escolares aumenta los síntomas de estrés académico, por ello, en los últimos semestres donde se realiza la

práctica profesional, además de los compromisos de estos niveles en la carrera, la falta en los cursos de inglés se convierte en una carga que aumenta el estrés académico.

En la presente investigación se encontró que la mayoría de participantes fueron del sexo femenino, además, el mayor porcentaje pertenece a evaluados que mostraron niveles moderados de estrés académico; en la variable de estresores académicos el ítem con mayor frecuencia en ser tomado como estresor académico fueron los tipos de trabajos que los profesores piden, de la misma manera en el estudio realizado por Llorente et al., (2019) más del 50% las personas que participaron fueron mujeres y el total de la muestra estudiada presentó estrés académico moderado, y como factor estresante con más relevancia es la manera en como evalúan los profesores, según el inventario SISCO. Los estudiantes tienden de alguna manera a percibir las evaluaciones de los profesores y su manera de desarrollar el método pedagógico como factor estresor.

En el presente estudio investigativo que se realizó con los estudiantes de psicología de la IUE, se pudo hallar una correlación entre la ansiedad estado y las variables síntomas Psi-comportamentales de estrés académico, los participantes presentaron niveles significativos de ansiedad Estado. Así mismo Tijerina et al. (2018) en su estudio realizado sobre el estrés, la ansiedad y la depresión en estudiantes, encontró una alta prevalencia de ansiedad moderada relacionada con el estrés. Lo que permite identificar que los estudiantes experimentan niveles de ansiedad estado detonados por factores de estrés académico.

En el presente proyecto de investigación se encontró correlación entre la ansiedad Rasgo, la totalidad de síntomas y otras variables medidas por el inventario

SISCO, además más de la mitad de los participantes presentaron un nivel alto de ansiedad Rasgo. De la misma manera Sánchez et al. (2022) en su estudio encontró que más del 50% de los participantes presentaron niveles altos de ansiedad rasgo y encontró de igual manera una correlación moderada entre las variables estudiadas, estrés académico y niveles de ansiedad estado-rasgo. Lo que evidencia que los estudiantes de psicología influenciados por el desarrollo académico presentan niveles de estrés académico que se correlacionan con niveles de ansiedad rasgo.

En esta investigación se logró evidenciar que la ansiedad Estado y la Ansiedad Rasgo no están asociadas con las variables sociodemográficas sexo y nivel de inglés, pero si hay una asociación entre la ansiedad Rasgo y la variable edad, ya que las personas menores a 30 años presentan niveles mayores de ansiedad Rasgo. Por su parte Fernández et al. (2021) en su estudio realizado halló una mayor prevalencia de la ansiedad Rasgo y una relación significativa entre esta variable y la edad de los participantes que fue en su mayoría de un promedio de los 20 años.

## **8. Conclusiones**

El estrés académico y los niveles de ansiedad estado rasgo son variables que se producen de manera frecuente durante el proceso académico de los jóvenes que estudian un pregrado. Factores que, al relacionarse con otros componentes de índole educacional, producen en los estudiantes alteraciones emocionales y psicológicas que interfieren en la conducta y los pensamientos de las personas.

La mayoría de los estudiantes presentan atraso en la aprobación o realización de los niveles de inglés necesarios para la culminación de su proceso académico, lo cual detona en más de la mitad de los participantes una prevalencia de estrés académico sobre todo para aquellos quienes se encuentran por debajo del nivel 3 de inglés.

Los niveles de ansiedad estado rasgo y el estrés académico, son problemáticas que se producen en los alumnos universitarios, con más frecuencia en aquellos donde los estudiantes se enfrentan a etapas nuevas y que de alguna manera exigen una buena planificación y ejecución de sus tareas o responsabilidades académicas por atender como lo son las prácticas profesionales.

Uno de los factores más estresantes para el estudiante que se encuentra culminando su etapa de desarrollo profesional es el cúmulo de sobrecargas no solo académicas sino también personales como lo pueden ser en el ámbito laboral y familiar llevándole a pensar en un posible fracaso académico, provocando así alteraciones en su conducta en el ámbito social.

El estrés académico medido por el inventario SISCO muestra que se presenta en un nivel moderado de estrés académico en los estudiantes que se encuentran realizando la práctica profesional, lo que permite observar que el periodo de prácticas profesionales que deben realizar los estudiantes de psicología, son un factor que genera estrés en los estudiantes logrando de algún modo desviar la capacidad que posee cada uno de ellos para desarrollar de manera adecuada su culminación académica en la universidad.

Más del 50% de los estudiantes que participaron en la investigación se encuentran por debajo o en el nivel 3 de los cursos de inglés, lo que demuestra que

aunque la mayoría de ellos se encuentra en la etapa final de su proceso educativo, están limitados por el estudio obligatorio de una segunda lengua para obtener su título profesional.

El mayor porcentaje de participantes en la investigación fue de personas menores a los 30 años, lo que demuestra que el rango de edad de los estudiantes de psicología que se encuentran realizando su práctica profesional son jóvenes adultos generando tendencia a percibir más comúnmente los factores académicos como factores estresores.

### **9. Limitaciones**

Para nuestra investigación como limitación principal se encontró el poco interés, apoyo y participación de los estudiantes para hacer parte en el proceso investigativo mediante la resolución de inventarios aplicados a los participantes.

### **10. Recomendaciones**

Desde el presente trabajo investigativo se propone la realización de un proyecto donde se estudie y analice las capacidades cognitivas y su relación con las dificultades para el aprendizaje de una segunda lengua y el estrés académico.

Realizar un estudio sobre los estilos de personalidad de los estudiantes y su percepción de la carga académica y como esta afecta su desempeño en la práctica profesional.

## 11. Referencias

- Agudelo Viana, G., Aignerren Aburto, J. M., & Ruiz Restrepo, J. (2008). Diseños de investigación experimental y no-experimental. *La Sociología en sus Escenarios*, (18), 1–46. <https://hdl.handle.net/10495/2622>
- Álvarez, L.J., Carmona, Y.A., Holguín, V.A., Ortiz, M.A., Patiño, S.A., Vélez, S. (2019). Salud mental en estudiantes de odontología de una Universidad Pública de Medellín (Colombia) y sus factores relacionados. *Revista Nacional Odontológica*, 15(29), 1-19. DOI:10.16925/2357-4607.2019.02.08
- Babativa, C. (2017) Investigación Cuantitativa. *Fondo editorial Areandino*. 13-14. <https://core.ac.uk/download/pdf/326424046.pdf>
- Bedoya, G. T. & Ramírez, C. (2018). La Ansiedad Estado Y Ansiedad Rasgo Ante El Inicio De Las Prácticas Académicas, El Estrés Académico Y Las Estrategias De Afrontamiento Utilizadas Por Los Estudiantes De Psicología De Octavo De Semestre De La Universidad De Antioquia. *Universidad de Antioquia, Facultad de ciencias sociales y humanas, departamento de psicología*, 43-62. <https://hdl.handle.net/10495/16285>
- Berrio, N., & Mazo, R. (2012). Estrés Académico. *Revista De Psicología Universidad De Antioquia*, 3(2), 55–82. DOI: 10.17533.11369

Burgos, P. & Gutiérrez, A. (2013). Adaptación y Validación del Inventario Ansiedad

Estado- Rasgo (STAI) en Población Universitaria de la Provincia de Ñuble.

*Universidad del Bio-Bio. Red de bibliotecas – Chile.* 09-12.

<http://repobib.ubiobio.cl/jspui/handle/123456789/265>

Casas, J., Repullo, J.R. & Donado, J. (2003). La encuesta como técnica de

investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos

(I). *Revista Aten Primaria* 31(08), 1-11.

<http://www.unidaddocentemfyclaspalmas.org.es/resources/9+Aten+Primaria+2003.+La+Encuesta+I.+Cuestionario+y+Estadistica.pdf>

Colpsic, c. c. (2014). Perfil y competencias del psicólogo en Colombia, en el contexto

de la salud. *Colpsic*, 18-20. [https://www.colpsic.org.co/wp](https://www.colpsic.org.co/wp-content/uploads/2022/06/Psicologia-Oct-2014.pdf)

[content/uploads/2022/06/Psicologia-Oct-2014.pdf](https://www.colpsic.org.co/wp-content/uploads/2022/06/Psicologia-Oct-2014.pdf)

Chacón, E., Xatruch, D., Fernández, M. & Murillo, R. (2021). Generalidades Sobre El

Trastorno De Ansiedad. *Revista Cúpula*; 35 (1), 23-36.

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

Cruz, V. (2021). Prevalencia de ansiedad y factores académicos relacionados en

estudiantes de una Facultad de Medicina de el Salvador año 2021. *Revista*

*científica Crea ciencia*, 73-84. DOI: 10.5377

Delgado, S.K., Calvanapón, F.A., Rodríguez, K. (2020). El estrés y desempeño laboral

de los colaboradores de una red de salud. *Revista Eugenio Espejo*, 14 (2), 11-18.

DOI: 10.37135

Fandiño, M.I., Henríquez, N.M., Rivera, D.E. (2020). Nivel De Estrés Y Ansiedad En Estudiantes De Enfermería En Práctica Clínica De La Fundación Universitaria De San Gil. *Universidad Autónoma de Bucaramanga Programa de Psicología Extensión en la Fundación*, 66-136. DOI: 20.500.12749/12423

Hernández, M.A., Belmonte, L. & Martínez, M.M. (2018). Autoestima y ansiedad en los adolescentes. *ReiDoCrea*, (7), 5-10. <https://www.ugr.es/~reidocrea/7-21.pdf>

Kloster. K. & Perrota F. (2019). Estrés Académico en Estudiantes Universitarios de la Ciudad de Paraná. *Universidad Católica Argentina* , 31-59.  
<https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/9774>

Llorente, Y. J. Herrera, J. L. Hernández, D. Y. Padilla, M. Padilla, C. I. (2019). Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería. *Revista Cuidarte*; 11(3), 1-9. DOI: 10.15649.1108

Monterrosa, Á., Ordosgoitia, E., & Beltrán, T. (2020). Ansiedad y depresión identificadas con la Escala de Golberg en estudiantes universitarios del área de la salud. *MedUNAB*, 23(3), 5-16. DOI: 10.29375/01237047.3881

Moreno, E.M., Naranjo, T., Poveda, S. & Izurieta, D. (2022). Estrés académico en universitarios durante la pandemia de COVID-19. *Revista Médica Electrónica*, 44(3), 468-482.  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1684-18242022000300468&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242022000300468&lng=es&tlng=es).

Neill, J. T., & Cortes, A. (2018). Procesos Y Fundamentos De La Investigación Científica. *Editorial UTMACH*, 69-85.

<http://repositorio.utmachala.edu.ec/handle/48000/12498>

Ochoa, J., & Yunkor, Y. (2021). El estudio descriptivo en la investigación científica. *ACTA JURÍDICA PERUANA*, 2(2).

<http://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/AJP/article/view/224>

Pinto Aragón, E. E., Villa Navas, A. R., & Pinto Aragón, H. A. (2022). Estrés académico en estudiantes de la Universidad de La Guajira, Colombia. *Revista De Ciencias Sociales*, 28, 87-99. DOI: 10.31876/28.38147

Pineda-Marín, C., Aguirre-Acevedo, D. C., & Gómez-Restrepo, C. (2020). Prevalencia de trastornos mentales comunes en estudiantes universitarios en Bogotá, Colombia. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 49(2), 123-130. DOI: 10.1016.2016.06.010

Ramírez, A. M.-F.-Z. (2022). Factores Asociados A Los Niveles De Estrés En Una Muestra De Estudiantes De Práctica En Psicología Clínica Trabajo De Investigación Opción De Grado Modalidad Presencial. *Institución Universitaria Politécnico Gran Colombiano*, 16-34. <http://hdl.handle.net/10823/6696>

Restrepo, J. E., Sánchez, O. A., & Castañeda, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*, 14(24), 17–37. DOI: 10.25057/21452776.1331

Rodríguez, M. & Mendivelso, F. (2018). Diseño de investigación de corte transversal.

*Revista Médica Sanitas*, 21(3), 141-144.

<http://revistas.unisanitas.edu.co/index.php/rms/article/view/368>

Rodríguez & Rodríguez, (2020). Prevalencia de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios de la ciudad de Bucaramanga y su área Metropolitana.

*Universidad Cooperativa de Colombia, Facultad de ciencias sociales*. 19-29.

<http://hdl.handle.net/20.500.12494/28349>

Rusiñol, J. J. G. M. V. (1993). Relaciones entre estrategias de afrontamiento y la ansiedad ante la situación de examen. *Revista de psicología general y aplicaciones*, 46(1), 1-4.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2383380>

Sánchez D. J. P. & E. D. (2022). Estrés académico y ansiedad en estudiantes de psicología. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 2-10. DOI: 10.46377/10.3283

Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J., & Columba Meza-Zamora, M. E. (2020).

Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79),

75-83. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>

Sweller, J. (1988). Cognitive load during problem solving: Effects on learning.

*Cognitive Science*, 30-58. DOI: 10.1016/0364-0213(88)90023-7

Tijerina, L.Z. González, E. Gómez, M. Cisneros, M.A. Rodríguez, K.Y. & Ramos, E.G. (2018). Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de nuevo ingreso a la

educación superior. *Revista de Salud Pública y Nutrición*, 17(4), 41-47. DOI:  
10.29105/17.4-5

Vinaccia, S. & Ortega, A. (2021). Variables asociadas a la ansiedad-depresión en  
estudiantes universitarios. *Universitas Psychological*, 19-27. DOI: 10.11144/19.

## 12. Anexos

### Anexo 1

Porcentaje de respuesta al consentimiento informado

¿Está usted de acuerdo con su participación y el manejo de los datos y resultados en  
el ejercicio investigativo?

39 respuestas



### Anexo 2

Porcentaje de respuesta a la pregunta general e inicial del inventario SISCO para  
evaluar el nivel de estrés en la población a investigar

Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosísimo?

39 respuestas



### **Anexo 3**

#### **Consentimiento informado**

A continuación encontrarás preguntas relacionadas con algunos aspectos de tu desarrollo académico, este cuestionario hace parte de un estudio investigativo que se está llevando a cabo en la IUE, como parte del requisito de trabajo de grado, con el objetivo general de establecer la relación entre el estrés académico y los niveles de ansiedad estado rasgo en un grupo de estudiantes que realizan su práctica profesional en el programa de psicología de la IUE, se realizará la aplicación de dos inventarios de evaluación, por lo que es necesario contar con su consentimiento para el manejo de datos y resultados obtenidos del mismo. Los compromisos éticos de los investigadores son los siguientes: La información recolectada en el presente estudio se utilizara solo con fines investigativos y no será divulgada a ninguna instancia, se guardará absoluta confidencialidad de la información con forme a a los principios del código deontológico del psicólogo en Colombia. La presente investigación no genera daños físicos o

psicológicos a la persona que participan de la evaluación. Su participación es libre y voluntaria.

¿Está usted de acuerdo con su participación y el manejo de los datos y resultados en el ejercicio investigativo?

- Si
- No

Se muestra la gráfica con el porcentaje de respuesta dada al consentimiento informado por parte de los participantes en la investigación. (Ver anexo 1)

#### Anexo 4

Formulario del inventario de ansiedad estado rasgo transcrito y aplicado a los participantes mediante encuesta de google forms.

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

### ANSIEDAD-ESTADO

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

1. Me siento calmado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
2. Me siento seguro	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
3. Estoy tenso	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
4. Estoy contrariado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
5. Me siento cómodo (estoy a gusto)	0. Nada	1. Algo

	2. Bastante	3. Mucho
6. Me siento alterado	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
7. Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
8. Me siento descansado	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
9. Me siento angustiado	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
10. Me siento confortable	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
11. Tengo confianza en mí mismo	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
12. Me siento nervioso	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
13. Estoy desasosegado	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
14. Me siento muy «atado» (como oprimido)	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
15. Estoy relajado	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
16. Me siento satisfecho	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
17. Estoy preocupado	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
18. Me siento aturdido y sobreexcitado	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
19. Me siento alegre	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
20. En este momento me siento bien	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho

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

**ANSIEDAD-RASGO**

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

21. Me siento bien	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
22. Me canso rápidamente	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
23. Siento ganas de llorar	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
24. Me gustaría ser tan feliz como otros	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
25. Pierdo oportunidades por no decidirme pronto	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
26. Me siento descansado	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
27. Soy una persona tranquila, serena y sosegada	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
28. Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
30. Soy feliz	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
31. Suelo tomar las cosas demasiado seriamente	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
32. Me falta confianza en mí mismo	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
33. Me siento seguro	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
34. No suelo afrontar las crisis o dificultades	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
35. Me siento triste (melancólico)	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre

36. Estoy satisfecho	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
37. Me rondan y molestan pensamientos sin importancia	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
38. Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlos	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
39. Soy una persona estable	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
40. Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales me pongo tenso y agitado	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces Casi siempre

## Anexo 5

Inventario SISCO de estrés académico, donde se evalúan de conceptos principales, factores estresores, síntomas y técnicas de afrontamiento, se presenta en su formato original, el cual fue transcrito y presentado a los participantes mediante formulario de google forms.

### Inventario SISCO de estrés académico

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

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

- Si  
 No

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

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

1	2	3	4	5

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

Estresores	N	RV	AV	CS	S
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

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

Síntomas					
<b>Reacciones físicas</b>					
	<b>N</b>	<b>RV</b>	<b>AV</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
<b>Reacciones psicológicas</b>					
	<b>N</b>	<b>RV</b>	<b>AV</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
<b>Reacciones comportamentales</b>					
	<b>N</b>	<b>RV</b>	<b>AV</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
<b>Otras (especifique)</b>					

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

	N	RV	AV	CS	S
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
Otra					
Especifique					