



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Nivel de estrés académico y ansiedad en adolescentes de 12 a 15
años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
Licenciada en Enfermería

AUTORES:

García Chávez, Karina Daniela (orcid.org/0000-0003-0648-7238)

Rodríguez Amaya, Danyelo (orcid.org/0000-0002-4316-7084)

ASESORA:

Mg. Leydi Susan Fajardo Vizquerra (orcid.org/0000-0003-4642-0518)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud Mental

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

Lima – Perú

2023

Dedicatoria

Dedicado a Dios por darnos la sabiduría y encaminarnos siempre por el buen camino

Dedicado a nuestras familias porque nos apoyaron desde el principio, sin ellos no habría sido posible llegar hasta aquí

Nos dedicamos ambos esta investigación porque iniciamos siendo compañeros, luego mejores amigos y aquí estamos juntos de la mano y con mucho amor siendo el complemento perfecto, porque ambos sabemos cuánto esfuerzo y dedicación nos costó llegar aquí, ahora y siempre seguiremos para lograr mucho más.

Agradecimiento

Agradecemos a Dios por siempre guiarnos y a nuestras familias por darnos todo el apoyo que necesitamos, también a nuestra asesora la Mg. Leydi Susana Fajardo Vizquerra por sus enseñanzas.

Índice de Contenidos

Carátula.....	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Índice de Contenidos	iv
Índice de Tablas.....	v
Índice de Gráficos y Figuras	vi
Resumen.....	vii
Abstract.....	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA.....	11
3.1. Tipo y Diseño de investigación	11
3.1.1. Tipo de investigación	11
3.1.2. Diseño	11
3.2. Variables y operacionalización	11
3.2.1. Variable dependiente: Estrés Académico.....	11
3.3. Población, muestra y muestreo	12
3.3.1. Población censal	12
3.3.2. Muestra	13
3.3.3. Muestreo	13
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	13
3.5. Procedimientos	14
3.6. Métodos de análisis de datos	14
3.7. Aspectos éticos.....	14
IV. RESULTADOS	16
V. DISCUSIÓN.....	23
VI. CONCLUSIONES	27
VII. RECOMENDACIONES.....	28
Referencias	
Anexos	

Índice de tablas

Tabla 1. Nivel de estrés académico en los adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022	17
Tabla 2. Nivel de estrés académico por dimensión en los adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.....	17
Tabla 3. Nivel de ansiedad en los adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.....	19
Tabla 4. Nivel de ansiedad por dimensión en los adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022	20
Tabla 5. Relación entre la ansiedad de estado y ansiedad de rasgo con el estrés académico en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.....	21
Tabla 6. Relación entre el estrés académico y la ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.	22

Índice de gráficos y figuras

Gráfico 1. Nivel de estrés académico en los adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022	17
Gráfico 2. Nivel de estrés académico por dimensión en los adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022	17
Gráfico 3. Nivel de ansiedad en los adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.....	20
Gráfico 3. Nivel de ansiedad por dimensión en los adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022	20

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre el estrés académico y la ansiedad adolescentes de 12 a 15 años en la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022. Metodológicamente se trató de un estudio de enfoque cuantitativo, tipo descriptivo, nivel correlacional, teniendo un diseño no experimental, de corte transversal. La población estuvo conformada por 82 estudiantes de 1er a 4to de secundaria a quienes se les aplicó el Cuestionario de SISCO para medir el estrés académico y el Cuestionario de Ansiedad Rango/estado para medir la ansiedad. los resultados permiten constatar que existe un alto nivel de estrés académico en el 62% de los participantes, así como un 82% de nivel medio de ansiedad. entre ambas variables existe una correlación positiva muy fuerte ($r_s = ,824$), lo cual lleva a concluir que el estrés académico influye directamente en los altos niveles de ansiedad observados, comprendiéndose que puede tratarse de una correlación a la inversa.

Palabras claves: *estrés académico, ansiedad académica, adolescentes*

Abstract

The present research aimed to determine the relationship between academic stress and anxiety among adolescents aged 12 to 15 years at the I.E.P. Salomon in Arequipa, 2022. Methodologically, it was a study with a quantitative approach, descriptive type, correlational level, having a non-experimental, cross-sectional design. The population consisted of 82 1st to 4th grade high school students who were applied the SISCO Questionnaire to measure academic stress and the Rank/Status Anxiety Questionnaire to measure anxiety. the results show that there is a medium level of academic stress in 62% of the participants, as well as 22% of high levels of anxiety. there is a very strong positive correlation between both variables ($R_s=,824$), which leads to the conclusion that academic stress directly influences the high levels of anxiety observed, understanding that it may be an inverse correlation.

Keywords: academic stress, academic anxiety, adolescents

I. INTRODUCCIÓN

El estrés académico es una reacción fisiológica ante exigencias escolares que superan las potencialidades adaptativas de los escolares. Se aprecia que aproximadamente 10 % al 30 % de este grupo ha experimentado cierto nivel de estrés académico durante la época escolar. De hecho, el estrés académico entre individuos de alto nivel académico tiene un gran impacto en su salud integral (1).

La Organización Mundial de la Salud (OMS), en el año 2021 propone que mundialmente el 7% de adolescentes entre 10 - 19 años sufre trastornos mentales (2). En el año 2022 propone que mundialmente la tasa de la ansiedad está categorizada como grave a moderada, de hecho, la mediana es 74 % en las Américas, 48 % en Norteamérica y 78 % en Latinoamérica y el Caribe (3).

Así mismo, la American College Health Association (ACHA) para el 2021, propone que el estrés académico es la dificultad de salud más compleja que afecta al desempeño académico de los adolescentes. Efectivamente, en un estudio realizado en 97,357 participantes, el 32 % indicó que el estrés académico había dado como resultado un curso incompleto, abandonado o en una calificación más baja, es decir, que los estresores comunes presentes en el entorno de la academia se vinculan a la presentación de exámenes, exceso de asignaciones, poca planificación en el horario de estudio, lo cual genera trastornos emocionales como la ansiedad (4).

En lo que respecta a la Ansiedad, la Asociación Americana de Psiquiatría (APA), en el 2021 declara que, está se trata de una alteración emocional que se caracteriza por la experimentación de tensión, intranquilidad mental, por los compromisos escolares y fluctuación en las cifras de presión arterial, vértigo, convulsiones, hiperhidrosis, taquicardia (5).

A nivel global, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) para el 2022 estima que, en Perú, entre las alteraciones de la salud mental que afectan a los adolescentes se encuentran los trastornos de conducta (21%), trastornos de ansiedad (18%) y estas cifras se asocian a situaciones estresantes como la academia (3). Por su parte, a nivel mundial, en la India en el año 2017, se realizó una investigación en la que correlacionaron las variables estrés académico y ansiedad en 470 estudiantes adolescentes, se encontró alta prevalencia de

ansiedad y estrés académico, el diagnóstico oportuno puede prevenir muchos trastornos psiquiátricos en su etapa inicial (6).

En este sentido, en México durante el 2020 se desarrolló un estudio con una muestra de 675 estudiantes se demostró la presencia de situaciones de estrés académico, son factores etiológicos para ansiedad de rasgo de los cuales el 86% de los estudiantes encuestado presentaban niveles de estrés académico a nivel medio y el resto lo tenía en un nivel alto (7).

En lo concerniente al contexto nacional, en Lima durante el año 2017 se realizó un estudio donde se tomaron en cuenta 326 adolescentes que asisten a centros de educación, al analizar la información obtenida, indica que estadísticamente se presenta una correlación positiva y fuerte, entre el afrontamiento del estrés y la ansiedad frente a los exámenes (8).

Ahora bien, en el ámbito local no se ha podido evidenciar investigaciones previas, relacionadas con el nivel de estrés y ansiedad en adolescentes escolares, sin embargo, en la I.E.P. Salomón en Arequipa, se han presentado una serie de situaciones de manejo de emociones, donde el estrés académico y la ansiedad en los estudiantes ha estado presente.

Debido a esta situación se plantea como problema general de investigación ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022?, los problemas específicos serán: ¿Cuál es el nivel estrés académico en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022?, ¿Cuál es el nivel de ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022?, ¿Cuál es la relación entre la ansiedad de estado y ansiedad de rasgo con el estrés académico en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022?

A nivel teórico, se justifica el presente estudio, puesto que se correlacionarán las variables en grupos de estudiantes de secundaria, en este sentido la información recopilada contribuirá a la literatura y argumentación científica de la categorización de estrés académico y ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022 de forma que futuras investigaciones generen maneras idóneas para abordar esta problemática.

A nivel práctico se justifica el estudio, ya que aportará un diagnóstico real sobre esta situación de estrés académico y ansiedad que sufren los adolescentes, todo ello servirá para que los entes gubernamentales, las familias, escuelas y sociedad en general, puedan afrontar esta situación de forma favorable y en esta medida favorecer la salud mental de este grupo etario.

En el aspecto metodológico, se justifica, ya que la aplicación de los instrumentos permitirá a los investigadores involucrarse y practicar la enfermería desde la perspectiva de la salud mental, un campo que presenta una demanda amplia en este aspecto de salud, especialmente en lo concerniente a la salud pública, con mayor interés en el grupo de adolescentes.

El objetivo general será: Determinar la relación entre el estrés académico y la ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022; siendo los objetivos específicos: Determinar el nivel estrés académico en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022, Determinar el nivel de la ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022, Establecer la relación entre la ansiedad de estado y ansiedad de rasgo con el estrés académico en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.

La hipótesis general será: Existe una relación significativa entre el estrés académico y la ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años en la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022 y la hipótesis nula será, no existe una relación significativa entre el estrés académico y la ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años en la I.E.P. Salomón en Arequipa 2022.

II. MARCO TEÓRICO

Con la finalidad de argumentar este estudio, se presentan investigaciones nacionales que se han desarrollado previamente. Amoretti Trujillo 2017, sustentaron en el trabajo ansiedad frente a exámenes y afrontamiento de estrés en adolescentes de un centro educativo de Villa el Salvador y plantearon determinar la relación entre la ansiedad frente a exámenes y el afrontamiento de estrés en alumnos de secundaria del Centro Educativo Cristo El Salvador, siendo un estudio correlacional, trabajando con una muestra censal de 326 estudiantes. Los resultados demuestran un nivel promedio de ansiedad ante los exámenes, presentándose niveles promedios de afrontamiento al estrés (9).

Alfaro Condori y Castro Yampi 2020, efectuaron el proyecto Estrés académico en los alumnos de secundaria, Arequipa - 2020. La investigación fue aplicada, cuantitativa, y transeccional. La muestra de análisis se conformó por 110 estudiantes, y se les aplicó como instrumento el SISCO. Se encontró un 50 % de estrés académico severo. Finalmente, como principales tácticas de afrontamiento al estrés académico, el 86,4 % destacó la concentración para resolver la situación problemática, el 77,3 % manifestó la habilidad asertiva (10).

Por su parte, Jiménez Noriega 2021, desarrolló una tesis con el objetivo de determinar la influencia de la depresión y ansiedad en las estrategias de afrontamiento de los adolescentes de una institución educativa. Metodológicamente trabajó con una muestra de 273 adolescentes, los cuales fueron escogidos a través de un muestreo por conveniencia, haciendo uso de una regresión binaria, sus resultados le llevaron a determinar que la mayoría de los adolescentes se ubicaron en el nivel medio para todas las variables estudiadas. En resumen, se halló influencia de la depresión y ansiedad en ciertos estilos de afrontamiento relacionados con la evitación, descarga emocional y la inactividad (11).

Asimismo, Toledo Quispe 2022, sustentó la tesis depresión, ansiedad y estrés en adolescentes de las instituciones educativas de Lima Norte, 2021. Metodológicamente siguió el paradigma cuantitativo, siendo de tipo correlacional, trabajando con una muestra de 563 estudiantes, a quienes se les aplicó la escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21). A partir de los resultados alcanzados

concluyó que existe una correlación directa y significativa entre la depresión, ansiedad y estrés (12).

Otro estudio fue desarrollado por Diaz Rosell 2022, quien en su tesis La depresión y ansiedad en adolescentes de una universidad de Cajamarca 2021. Se trató de un estudio de tipo correlacional, en la que se trabajó con una muestra de 70 estudiantes a quienes se les aplicó el Inventario de Depresión de Beck (BDI-II) y Escala de autovaloración de la Ansiedad, el cual permitió determinar que existe una relación directa entre la depresión y la ansiedad ($r_p = ,239$) (13).

A nivel internacional, se encuentra el estudio de Lagos San Martín et al., 2017 se concentraron en trabajar en el reconocimiento de los estresores asociados al fracaso académico y su relación con la ansiedad en los estudiantes de secundaria chilenos, razón por la que se trabajó con 1314 estudiantes de 15 instituciones educativas distintas, a quienes se les aplicó el inventario de ansiedad escolar y la Sydney Attribution Scale. Los resultados dan cuenta de altos niveles de ansiedad y estresores asociados a temores al fracaso en asignaturas como lengua y matemática, teniendo una relación positiva y significativa (14).

También, Caldera-Montes et al., 2017, en México se plantearon como objetivo identificar los predictores psicosociales asociados al desarrollo de estrés académico y ansiedad. Trabajaron con un total de 988 alumnos estudiantes de tres instituciones educativas de Jalisco, a quienes les aplicaron el Inventario de Estrés Académico, con cuyos resultados emplearon un análisis de regresión lineal múltiple para la elaboración de dos modelos predictivos, el primero asociado a situaciones de estrés y ansiedad y el segundo orientado hacia el afrontamiento del estrés y la ansiedad, lo cual los llevó a concluir que, era necesario incursionar en otros estudios en los que se incluyeran otras variables asociadas y que permitieran profundizar en la comprensión de este fenómeno (15).

Por su parte, Bermúdez, 2018 quien se había planteado como objetivo evaluar, entre otras cosas, los niveles de ansiedad y estrés de estudiantes de secundaria de la ciudad de Sevilla en España. Trabajó con una muestra de 141 estudiantes, a quienes les aplicó la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés DASS-21, con lo cual logró determinar altos niveles de ansiedad y depresión, con una correlación alta y

significativa, determinando que se tratan de elementos de atención inmediata desde las instituciones educativas para reducirlos (16).

Chao et al., 2021, en su investigación tuvo como objetivo averiguar qué factores demográficos están asociados con niveles más altos de estrés académico, depresión y ansiedad. Obteniendo como resultados que la tristeza y la ansiedad de los estudiantes graduados estaban correlacionadas con altos niveles de estrés académico en los estudios de regresión lineal. Género femenino, menos años en Shenzhen, bajo rendimiento académico, altos niveles de el estrés académico, los grados académicos más altos, no vivir en una vivienda propia y provenir de una familia rota fueron factores de riesgo para los síntomas depresivos, según la investigación (17).

Por su parte, Li et al., 2022, utilizaron un muestreo aleatorio por conglomerados de etapas múltiples, un total de 552 adolescentes fueron reclutados voluntariamente para completar la encuesta del cuestionario. Los resultados demostraron que el alto estrés académico se asoció con un alto nivel de ansiedad, lo que medió en la relación entre el estrés académico y la agresión. Además, el efecto mediador de la ansiedad fue moderado por la participación extracurricular. La asociación específica entre el estrés académico y la ansiedad fue más débil entre los adolescentes con más participación extracurricular que aquellos con menor participación extracurricular. Este estudio contribuye al conocimiento actual al revelar los mecanismos entre el estrés académico, la ansiedad (18).

A nivel teórico, en cuanto al estrés académico, McKay et al., 1998, conceptualizan el estrés como un síndrome que implica dolor emocional, a consecuencia de la combinación de pensamientos negativos, factores del entorno y respuestas físicas, los cuales interactúan en el individuo, provocando sensaciones de ansiedad, depresión y cólera (19).

Asimismo, Lazarus y Folkman 1986, manifiestan que el estrés engloba una serie de relaciones que se determinan a partir de la capacidad del sujeto para valorar una situación, y cómo la afronta. Estas relaciones provocan manifestaciones cognitivas, conductuales y emociones, además de tensión, que incide en la percepción individual de bienestar ante peligro, imaginario o real, que representa una función de adaptación del equilibrio sistémico ante nuevas situaciones (20).

Por su parte, González Velázquez 2020, concibe el estrés académico como situaciones de tensión emocional y física, relacionadas con las demandas académicas. Por lo tanto, la percepción de los estudiantes respecto a su capacidad para enfrentar las exigencias académicas, exitosamente, pueden originar emociones y pensamientos negativos, además de problemas de adaptación y afectaciones físicas(21). Chávez Parillo y Peralta Gómez 2019, señalan que el estrés académico representa una respuesta de estimulación emocional, de funcionamiento de los sistemas internos, conductual y cognoscitiva que padece el alumno delante determinados eventos académicos y estímulos a los que se expone (22).

En este sentido, tal como señalan Barraza Macías et al., 2019, el estrés académico representa el desarrollo metódico y procesual de la adaptación psíquica, que concuerda mediante con elementos esenciales: estresores, que hace referencia a la valoración de las demandas; sintomatología, que implica la práctica subjetiva del individuo ante el estrés, y la presencia de la inestabilidad integral; destrezas de afrontamiento, que se emplean con la finalidad de restaurar la moderación del sistema (23).

Sobre las dimensiones de esta variable se encuentran los estímulos estresores, Vega Martínez et al., 2019, definen los estímulos estresores como aquellas situaciones que provocan estrés, los cuales se presentan cotidianamente y generan molestias que, ante altos niveles de intensidad, tienen la capacidad de desequilibrar sistémicamente al sujeto que lo experimenta, y alterar su comportamiento (24).

Según Restrepo et al., 2020, los estresores académicos son los elementos del entorno académico que generan sobrecarga o presión en el estudiante, afectando negativamente el rendimiento académico. Dentro de estos estresores se encuentran los exámenes, horas de estudio, calificaciones, falta de tiempo, dificultad de las actividades académicas, hábitos de estudio, entre otros, que representan factores causales de estrés académico (25).

En cuanto a los síntomas, Escobar Zurita et al., 2018, manifiestan que todas las personas experimentan, en su vida cotidiana, reacciones de estrés, generalmente ante cambios que provocan desequilibrio en el sujeto, provocando altos niveles de

estrés. Entre la sintomatología principal, se encuentran experiencias de inquietud, tensión, agobio, cansancio, entre otras sensaciones semejantes (26).

Asimismo, Silva-Ramos et al., 2020, destacan que, el estrés académico provoca manifestaciones físicas individuales que generan transpiración, taquicardia, contracción de los músculos de las extremidades, roce de dientes, respiración entrecortada, trastornos de sueño, problemas de digestión, fatiga crónica, cefalea, entre otros. Mientras que, a nivel conductual, provoca aislamiento y problemas de desempeño (27).

Estrategias de afrontamiento según García et al., 2017, los estresores académicos generan desequilibrio sistémico en el individuo, el cual se manifiesta mediante diversos síntomas, y es aquí donde el estudiante debe aplicar habilidades de afrontamiento para restituir el equilibrio(28). Por su parte, Uribe Urzola et al., 2018, subrayan que estas estrategias se conciben como comportamientos desplegados por los alumnos para dar respuesta a las exigencias escolares, que provienen del entorno inmediato en el que se desenvuelve el adolescente y el proceso evolutivo propio (29).

La ansiedad, según Díaz Kuaik y De la Iglesia 2019, se concibe como un fenómeno paradigmático que se fundamenta mediante argumentos psicológicos y psiquiátricos, y que, terminológicamente, proviene del estado de confusión derivado de experiencias emocionales y estrechamente relacionadas con la angustia, el miedo y el estrés (30).

Asimismo, Soriano et al., 2019, definen la ansiedad como la agitación de un individuo al anticiparse ante una situación amenazante o peligrosa, la cual implica la aparición de sensaciones y síntomas psíquicos como respuesta al peligro inminente (31). Entonces, tal como señala Delgado Gómez 2017, la ansiedad representa la manifestación fisiológica frente a una adversidad latente, y engloba manifestaciones emocionales, cognitivas, motores y fisiológica (32).

Finalmente, Ávila Toscano et al., 2018, manifiestan que la ansiedad es la fase emotiva distinguida por experimentar nerviosismo, presión, preocupación y aprensión, que se presentan junto a reacciones fisiológicas que surgen a consecuencia de la estimulación del Sistema Nervioso Simpático (33). Cabe destacar que, la ansiedad presenta tres componentes principales básicos, es así

que, a nivel fisiológico, se encuentran desequilibrios biológicos originados a consecuencia de la ansiedad, y se caracteriza por la aceleración del SNA y otros focos periféricos, que generan alteraciones respiratorias y vasculares. Asimismo, se presenta tensión muscular, temblores, sudoración, palpitaciones, problemas respiratorios, malestar gástrico, mareos, jaquecas, escalofríos y reflejo nauseo (34).

Sobre la ansiedad estado, Spielberger 1972, señala que la ansiedad estado representa un estado emocional que se genera en el organismo de manera inmediata, y que se caracteriza por ser alterable en el tiempo, siendo una mezcla de emociones de aprensión, rigidez, nerviosidad, así como intranquilidades y pensamientos molestos, que se combinan con cambios fisiológicos (35). Mientras que, Del Río Olvera et al., 2018, manifiestan que, si se desea evaluar la ansiedad estado de los individuos, estos deben responder cómo se siente en un momento específico (36).

Entonces, la ansiedad conceptualizada como estado, hace referencia a la etapa de transición, considerando una duración e intensidad variable, y se caracteriza por presentarse repentinamente. Al respecto, Ávila Toscano et al., (2018), precisan que la apreciación de la situación es voluntaria de la tensión subjetiva individual y señalan que el estado de ansiedad se conceptualiza emocionalmente, fluctuante y transitorio en el tiempo, que se genera en el organismo ante una situación de riesgo o amenazante. Entonces, en situaciones percibidas como amenazantes, el estado de ansiedad es alto; sin embargo, en situación de bajo peligro es proporcional la ansiedad (33).

Y de la Ansiedad rasgo, son aquellas diferencias de manifestación de ansiedad, relativamente estables, en cada individuo, por lo que representa un rasgo, disposición o tendencia. Cabe señalar que la ansiedad rasgo es manifestada por conductas de forma directa, y se deriva de la periodicidad que tienen los sujetos para advertir incrementos en sus niveles de ansiedad. Entonces, si se desea evaluar la ansiedad rasgo de un individuo, este debe describir cómo este se siente generalmente. Es decir, la ansiedad concebida como rasgo hace referencia a la manera en que el individuo responde ansiosamente ante los estímulos considerados como amenazantes, respondiendo ante estos con ansiedad, es decir, hacen referencia a la predisposición característica de reacción ansiosa (37).

Como teoría en enfermería, se empleará la teoría de adaptación de Callista Roy, la cual profundiza en el argumento del afrontamiento del estrés, asumiendo como eje principal la capacidad de afrontar momentos adversos, permitiendo al individuo optimizar su propio bienestar. Esta teoría se encaminaba a individuos expuestos a una variedad de estresores o factores que afectarán su estado de salud; por ende, puede aplicarse a estudiantes adolescentes que están expuestos diariamente a una variedad de factores estresantes por su labor académica y entorno social (38).

En sentido la persona es una unidad biopsicosocial en permanente interrelación con el entorno variable; un individuo es un órgano vital, adaptable, con fisiología propia que le consienten mantener un cierto nivel de control sobre su entorno. El proceso regulador se encuentra entre los procesos o métodos de afrontamiento interno. El primero se basa en la respuesta autonómica ocasionada por métodos sintéticos, neurológicos y endocrinológicos, mientras que el segundo es fundamentado en el autoconcepto, la dependencia mutua y la realización de los roles; si se generan de forma adecuada, el individuo alcanzará la probidad (39).

Como muestra la definición, las personas están constantemente en contacto con su entorno, lo que requiere definir qué constituye un ambiente desde la perspectiva de adaptabilidad. El medioambiente se refiere a las situaciones y atribuciones que encierran y operan el comportamiento y la evolución de las personas; las alteraciones que ocurren en él incitan a las personas a responder con reacción de conciliación. En el ambiente existen elementos intrínsecos y extrínsecos que pueden ser positivos o negativos, y en los que se puede intervenir para prevenir o corregir un desequilibrio una vez que se ha producido.

La teoría de Callista Roy muestra nociones y axiomas relacionados con el argumento del estrés académico y la ansiedad; el estudiante está inmerso en un mundo de permanente cambios; la exigencia de padres y tutores, y el rendimiento académico, representan una gran carga de estrés académico y de ansiedad para los adolescentes. También tiene en cuenta la falta de reconocimiento social, que tiene un impacto innegable en el juego de roles adaptativo y la auto conceptualización (40).

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y Diseño de investigación

3.1.1. Tipo de investigación

El estudio de investigación fue de tipo básica, de enfoque cuantitativo- descriptivo. De nivel correlacional, porque las variables una vez descritas se relacionaron entre sí, para luego demostrar los objetivos y se establecieron las mediciones de las variables y se comprobaron las hipótesis (41).

3.1.2. Diseño

El estudio se ajustará al diseño no experimental básico, puesto que permitirá conocer la realidad de una forma organizada, rigurosa y sistemática. Así mismo, será de corte transversal (42).

3.2. Variables y operacionalización

3.2.1. Variable dependiente: Estrés Académico

- **Definición conceptual:** Es la situación generada en el alumno al percibir adversamente, distrés, las exigencias del medio en que se desenvuelve, debido a la angustia generada por situaciones que debe enfrentar durante el proceso de formación académica, provocando que pierda el control para afrontarla, además de manifestar síntomas como cansancio, ansiedad, insomnio, así como expresiones académicas, tales como desinterés profesional, rendimiento escolar, deserción o ausentismo.
- **Definición operacional:** Se midió mediante un cuestionario elaborado para evaluar el nivel de estrés académico en alumnos de secundaria a universitarios.
- **Indicadores:** estímulos estresores, síntomas, estrategias de afrontamiento.
- **Escala de medición:** Ordinal.

3.2.2. Variable independiente: Ansiedad

- **Definición conceptual:** La ansiedad, es una fase anímica que se caracteriza por la alerta y espera aprensiva o miedo, se encuentra entre la sintomatología psiquiátrica a menudo vivida y evidenciada en factores afectivos como miedo, aprensión o fisiológicos como latidos cardíacos acelerados, temblores, etc. (43)
- **Definición operacional:** La ansiedad se midió mediante un cuestionario diseñado para evaluar por separado la ansiedad como estado y la ansiedad como característica. El cuestionario consta de 40 ítems y es una escala autoadministrada.
- **Indicadores:** Ansiedad de estado y Ansiedad de rasgo.
- **Escala de medición:** Ordinal

3.3. Población, muestra y muestreo

3.3.1. Población censal

La población en estudio corresponde a estudiantes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022. Tomando en consideración el tamaño de la población, se decidió emplear un muestreo no probabilístico de tipo censal (44), pues se trabajó con la totalidad de los estudiantes.

- **Criterios de inclusión**

La selección de los estudiantes participantes se desarrolló a partir de los siguientes criterios: estudiantes con asistencia regular a clase; con edades entre 12 y 15 años de edad; tener indicios de estrés académico o ansiedad; consentimiento informado firmado por padres de familia; estar presente el día de la aplicación de los instrumentos.

- **Criterios de exclusión**

La no consideración de los estudiantes para participar en el estudio, se rigió a través de las siguientes consideraciones: estudiantes que, a pesar de tener consentimiento informado, no deseen participar en el estudio; estudiantes repitentes.

3.3.2. Muestra

La muestra fue conformada por una población de 82 estudiantes.

3.3.3. Muestreo

El muestreo fue no probabilístico.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

- **Técnica**

La técnica que se utilizó fue la encuesta. La encuesta puede entenderse como una técnica en donde se hace uso de un conjunto de procedimientos estandarizados para la recolección y análisis de datos en una muestra representativa, teniendo como finalidad explorar, describir, predecir o explicar una serie de características (42).

- **Instrumento**

Según lo planteado por Hernández et al. en el 2014, es un instrumento tipo cuestionario, se encuentra constituido por una serie sistemática de preguntas, las cuales deben estar asociadas a la hipótesis, variables e indicadores, cuyo fin es compilar datos para probar las hipótesis de trabajo (42). El cuestionario, fue el instrumentó que se utilizó para medir las variables; en el caso del estrés académico se empleó el Inventario Sistemico Cognoscitivista para la descripción del estrés académico (SISCO) de Quito (2019), de administración grupal o personal, con una duración de 15 minutos. Mientras que para medir la ansiedad de empleó la Escala de Ansiedad Estado Rasgo, revalidado por Espíritu (2018), tiene una duración de 20 minutos por persona y puede ser administración grupal o personal.

- **Validez**

En el caso del Inventario Sistemico Cognoscitivista, la validez fue determinada por Quito, 2019, quien realizó una validación de contenido mediante V de Aiken (0.9 - 1). Y validez de constructo mediante análisis factorial confirmatorio que identifica tres factores los cuales explican un 48.05% de varianza. Mientras que para empleó la Escala de Ansiedad Estado Rasgo, se utilizó el método de prueba recuperación para probar la validez del STAI, con resultados que oscilaron entre 0,73 y 0,86 para el cuestionario de rasgos y entre 0,16 y 0,54 para la escala de ansiedad de estado, realizado por Espíritu 2018 (45).

- **Confiabilidad**

En lo que respecta al caso del Inventario Sistemático Cognoscitivista la confiabilidad fue determinada por Quito (2019), quien, a través del coeficiente de Omega de McDonald, encontró que se trata de un instrumento altamente confiable ($\Omega = 0.871$). Por su parte, la confiabilidad del STAI está evaluada según el método test-pretest, siendo para la escala ansiedad rasgo valores significativamente altos, variando entre .73 a .86; mientras que ansiedad estado oscilaba valores entre .16 a .54. Por otro lado, para el Alfa Cronbach y de confiabilidad interna de la dimensión ansiedad rasgo, se hallaron coeficientes entre .83 a .92 para la escala ansiedad estado, los coeficientes variaron entre .86 a .92 (45).

3.5. Procedimientos

Se gestionaron las cartas de la Universidad César Vallejo, con el fin de solicitar la autorización en la I.E.P. Salomón en Arequipa para desarrollar el estudio. Posteriormente se solicitó la carta de aceptación por parte de la I.E.P. Salomón, Arequipa. El trabajo inició una vez que el consentimiento informado se les envías a los apoderados para que firmen y autoricen el estudio en sus menores hijos, posteriormente los estudiantes recibirán el formato del inventario de estrés escolar y el cuestionario de ansiedad, en ellas se describirán las instrucciones para responder, posteriormente se compilarán los datos.

3.6. Métodos de análisis de datos

A la información recibida de la muestra se les aplicó estadística descriptiva; posteriormente se determinó la correlación de las variables de estudio utilizando estadística inferencial, por lo que se empleó la prueba de normalidad de datos de Kolmogórov-Smirnov y se empleó el Rho de Spearman para determinar la correlación. La sistematización de los datos se utilizó Excel y análisis mediante SPSS versión 25.

3.7. Aspectos éticos

En cuanto al principio de autonomía, a la muestra de estudiantes de secundaria se le respetó su autonomía, y no se le ejerció ninguna influencia

o coacción por parte de los investigadores para que participen en la investigación. Así mismo, el Principio de beneficencia, porque, esta investigación generará un beneficio para la población estudiantil y de docentes puesto que se describirá este problema y con las conclusiones se ayudará a que se aborde de forma oportuna, eliminando el daño y haciendo el bien; base fundamental del rol de educadores en salud de los enfermeros

El principio de veracidad no se brindará ningún dato falso de los estudiantes y se tratará siempre con la verdad sin en juego la veracidad del trabajo. Sobre el Principio de no maleficencia, la investigación no propiciará maltrato intencional a ningún participante, ni se atentará contra su salud. En el Principio de justicia, la realización del estudio toda la muestra que se encuestará será tratada con igualdad, amabilidad y agradecimiento, dejando de lado la discriminación de todo aspecto (46). Del principio de confidencialidad, se garantizará que la información suministrada por la muestra se conservara de forma confidencial y ni sus resultados, ni sus nombres serán divulgados (47).

IV. RESULTADOS

Los datos recopilados y procesados luego de la aplicación de los instrumentos se presentan a continuación. En la tabla 1 se presentan las características sociodemográficas de los estudiantes de la I.E.P. Salomón en Arequipa para el año 2022.

Tabla 1. Características sociodemográficas de los estudiantes de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.

Características	Frecuencia	%
<i>Sexo</i>		
Femenino	35	42.68
Masculino	47	57.32
Total	82	100.00
<i>Edad</i>		
12	21	25.61
13	13	15.85
14	29	35.37
15	19	23.17
Total	82	100.00
<i>Grado</i>		
Primero	21	25.61
Segundo	21	25.61
Tercero	21	25.61
Cuarto	19	23.17
Total	82	100.00

Se puede verificar que, el 57.32% de los estudiantes corresponden con mayor frecuencia al sexo masculino, mientras que el 42.68% restante pertenecen al sexo femenino; en cuanto a la edad, se aprecia que, la mayor concentración se encuentra en la edad de 14 años con un 35.37%, seguido de los estudiantes con 12 años en un 25.61%, mientras que los de 15 años, agrupan un total de 23.17% y finalmente los de 13 años con un 15.85%; finalmente, en cuanto al grado, se encuentra que los estudiantes de primero, segundo y tercero, presentan una concentración de 25.61% respectivamente, mientras que en cuarto el porcentaje de estudiantes es de 23.17%.

Ahora bien, en la tabla 2 y gráfico 1 se muestra, en promedio, los niveles de estrés de los estudiantes de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.

Tabla 2. Nivel de estrés académico en los adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.

Niveles	f	%
Bajo	26	31.71
Medio	23	28.05
Alto	33	40.24
Total	82	100

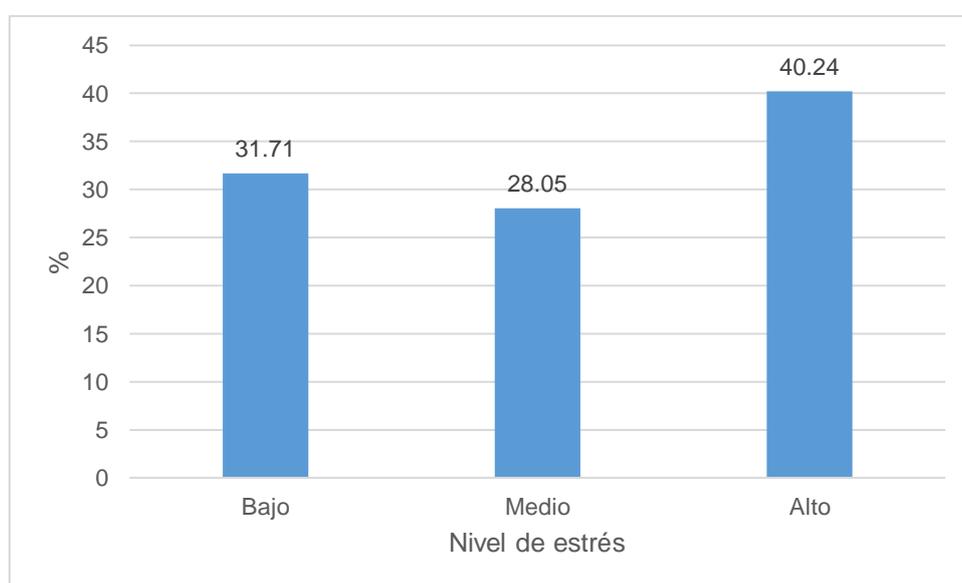


Gráfico 1. Nivel de estrés académico en los adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.

Se observa que de los adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, tienen estrés a nivel alto en un 40.24%, tienen estrés a nivel bajo en 31.71%, y un 28.05% en nivel medio; lo que indica que el 68.29% de los adolescentes presentan considerables niveles de estrés.

Con la finalidad de profundizar en esta comprensión, en la tabla 3 y figura 2, se pueden apreciar los niveles de estrés por cada una de las dimensiones que lo componen.

Tabla 3. Nivel de estrés por dimensión en los adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.

Dimensiones	Bajo		Medio		Alto	
	f	%	f	%	f	%
Estímulos estresores	29	35.37	28	34.15	25	30.49
Síntomas	29	35.37	18	21.95	35	42.68
Estrategias de afrontamiento	20	24.39	24	29.27	38	46.34

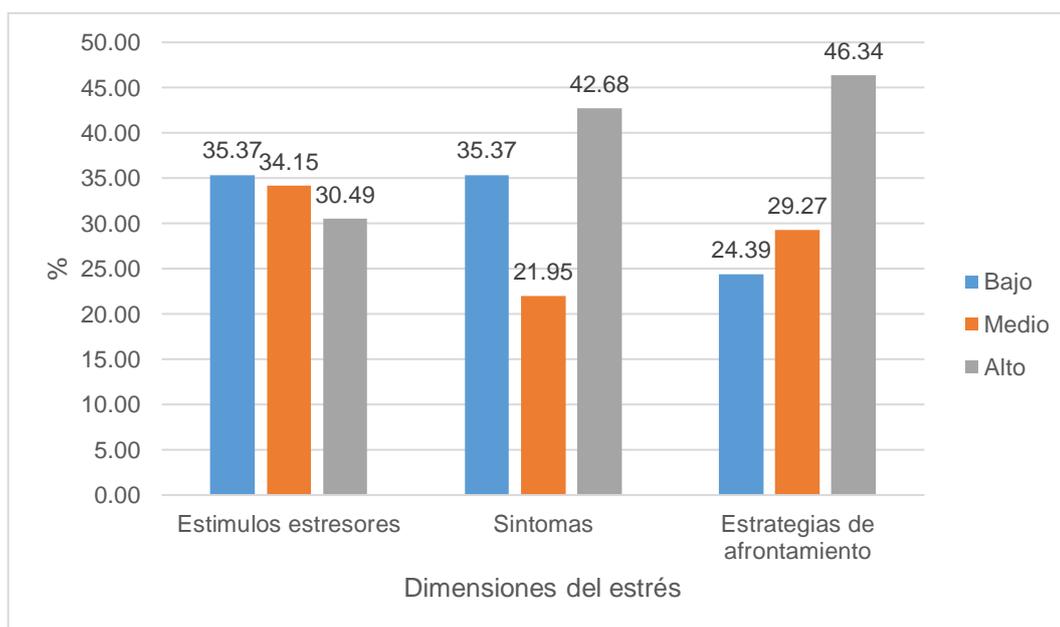


Gráfico 2. Nivel de estrés por dimensión en los adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.

Tal como se puede apreciar, en lo que respecta a los niveles de estrés por dimensión, este se encuentra más presente de acuerdo al manejo de las estrategias de afrontamiento, en un 75.61%, en donde se evidencia un nivel alto en el 46.34% de los casos, seguido de un 29.27% en nivel medio y finalmente, un 24.39 en nivel bajo. Ahora bien, la segunda dimensión del estrés con los valores más altos se asocia a los síntomas, en donde los estudiantes tienen en un 42.68% niveles altos, seguido de un 35.37% en nivel bajo y un 21.95% en nivel medio. Finalmente, la dimensión de estímulos estresores concentra un 64.64% de incidencia en el estrés, sin embargo, se puede notar que este se muestra bajo en un 35.37%, seguido de un 34.15% en niveles medios y solo un 30.49% presenta niveles altos

En lo que respecta a los niveles de ansiedad, en la tabla 4 y figura 3 se muestra el promedio de los mismos.

Tabla 4. Nivel de ansiedad en los adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.

Niveles	f	%
Bajo	22	26.80
Medio	44	53.70
Alto	16	19.50
Total	82	100

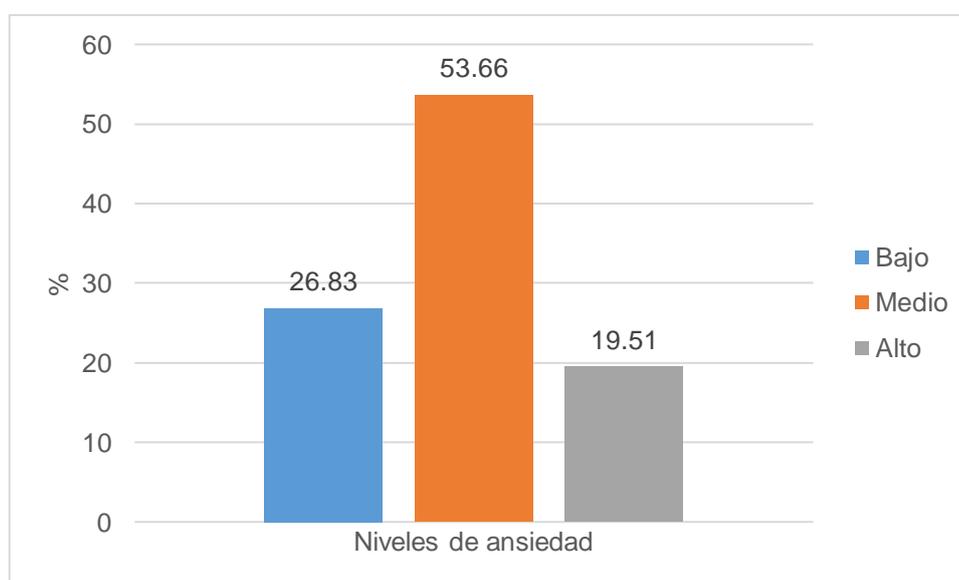


Gráfico 3. Nivel de ansiedad en los adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.

Se observa que el 53.66 % de los adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022, tienen ansiedad a nivel medio, el 26.83 % presentan niveles bajos de ansiedad, mientras que el 19.51% presentan niveles altos. Los resultados permiten comprender que, el 73.17% de los estudiantes presentan ansiedad.

Con la intención de profundizar en la comprensión de los niveles de ansiedad que presentan los estudiantes de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022, en la tabla 5 y figura 4 se muestran los resultados detallados considerando las dimensiones de la ansiedad, siendo estas: ansiedad estado y ansiedad rasgo.

Tabla 5. Nivel de ansiedad por dimensión en los adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.

Dimensiones	Bajo		Medio		Alto	
	f	%	f	%	f	%
Ansiedad estado	23	28.05	41	50.00	18	21.95
Ansiedad rasgo	22	26.52	47	57.32	13	15.85

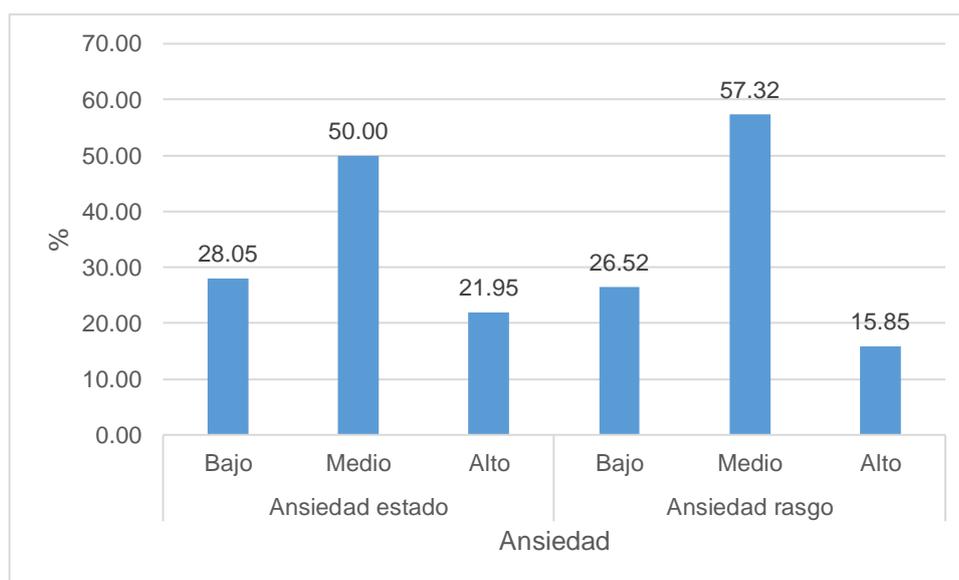


Gráfico 4. Nivel de ansiedad por dimensión en los adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.

Tal como se puede observar, los mayores índices de ansiedad se concentran en la ansiedad rasgo, en un 73.17%, en el cual predominan el nivel medio en un 57.32%, seguido de los niveles bajos con un 26.52%, con niveles altos en un 15.85%. por su parte, se puede evidenciar que la ansiedad estado concentra una ansiedad en un 71.95%, en la cual se identifica que en los niveles medios concurre el 50% de los estudiantes, seguido de los niveles bajos se agrupa el 28.05% y finalmente el 21.95% de los estudiantes que muestran niveles altos.

Tabla 6. Relación entre la ansiedad de estado y ansiedad de rasgo con el estrés académico en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.

		Ansiedad de estado	Ansiedad de rasgo	Estrés académico	
Rho de Spearman	Ansiedad de estado	Coeficiente de correlación	1,000	,627**	,727
		Sig. (bilateral)	.	,000	,000
		N	82	82	82
	Ansiedad de rasgo	Coeficiente de correlación	,627**	1,000	,826
		Sig. (bilateral)	,000	.	,000
		N	82	82	82
	Estrés académico	Coeficiente de correlación	,727	,826	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	,000	.
		N	82	82	82

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

Se puede observar que entre la ansiedad de estado y el estrés académico existe una relación positiva significativa de moderada a fuerte de 0.727, lo que indica que, a mayor ansiedad de estado, mayor será el estrés académico.

Al analizar la relación entre la ansiedad de rasgo y el estrés académico, se determinó que existe una relación significativa positiva de moderada a fuerte de 0.826 lo que indica que, a mayor ansiedad de rasgo, mayor será el estrés académico.

Al comprobar la hipótesis planteada se obtuvo lo siguiente:

H0: No existe una relación significativa entre el estrés académico y la ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años en la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.

H1: Existe una relación significativa entre el estrés académico y la ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años en la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022

Tabla 7. Relación entre el estrés académico y la ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022.

			Estrés académico	Ansiedad
Rho de Spearman	Estrés académico	Coeficiente de correlación	1,000	,824
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	82	82
	Ansiedad	Coeficiente de correlación	,824	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	82	82

Se puede observar que acepta la hipótesis de que existe una relación positiva y significativa entre estrés académico y la ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años en la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022. Es decir, existe una relación positiva significativa de moderada a fuerte de 0.824, lo que indica que a mayor estrés académico mayor será la ansiedad en los adolescentes.

V. DISCUSIÓN

La investigación desarrollada tuvo como objetivo general de estudio determinar la relación entre el estrés académico y la ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022, razón por la cual se aplicó una encuesta a una muestra de 82 estudiantes. Los resultados han podido demostrar que existe una correlación positiva muy fuerte ($r_s = ,824$) (48), con lo cual se demuestra que mientras mayores niveles de estrés académico, prevalecen mayores niveles de ansiedad en los estudiantes. Estos resultados concuerdan con los alcanzados por Amoretti Trujillo, quien determinó la influencia del estrés académico sobre la ansiedad en adolescentes con una correlación negativa muy fuerte ($r_s = -0,80$), explicando, además, que el sexo influye en el afrontamiento del estrés para disminuir los niveles de ansiedad (8).

Se entiende entonces que, el estrés académico en adolescentes influye significativamente en los niveles de ansiedad, sin embargo, se asume que, debido a la edad, los estudiantes pueden manejar a través de factores externos relajantes, como una alternativa para disminuir el estrés. Desde los postulados teóricos, se visualiza que, la ansiedad es una respuesta normal de los individuos ante situaciones amenazantes, sin embargo, frente a determinados contextos, esta puede convertirse en un trastorno que se traduce en otros problemas relacionados con la salud mental. En el caso de los escolares, se entiende que la ansiedad es producto del estrés académico, por lo que se asocia con el temor al fracaso y la presión social ante la que se encuentran expuestos (49).

La realidad de los resultados permite comprender que, si bien es cierto, la ansiedad es una respuesta ante situaciones amenazantes, cuando esta se vuelve persistente es considerada una patología que puede conducir a la procrastinación; en el caso de los escolares adolescentes, resulta conveniente poder prestar mayor atención a este tipo de situaciones con el fin de tomar medidas para mitigar sus efectos, los cuales, cuando se vuelve una ansiedad crónica, puede inducir al burnout académico, tal como lo han evidenciado Montoya-Restrepo et al (50).

En cuanto al primer objetivo específico, orientado a determinar el nivel estrés académico en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa,

2022, los resultados han permitido demostrar que, en promedio, el 68.29% de los estudiantes presentan, estrés académico alto, siendo la dimensión estrategias de afrontamiento la de mayor influencia en este aspecto, en un 75.61%. Estos valores concuerdan con los encontrados por Caldera-Montes et al (15), quienes encontraron elevados niveles de estrés en estudiantes de quinto año de secundaria en un 65.37%, asociado especialmente con la falta de estrategias de afrontamiento ante el estrés y la presencia de estresores como la depresión y la insatisfacción con la forma corporal, demostrando que los niveles de estrés repercuten directamente en procrastinación académica.

Desde la visión de los postulados teóricos, los resultados conllevan a reflexionar acerca de la comprensión que, el estrés académico es el resultado de un compendio de factores endógenos y exógenos, denominados también como estresores, que, de acuerdo a las exigencias escolares, terminan siendo fuentes amenazantes, debido a la percepción del individuo como fuente de éxito o de fracaso (51). Por ello, se puede entender las diversas investigaciones en las que se encuentran altos niveles de estrés en estudiantes de secundaria (52).

Resulta preciso destacar que, otras de las brechas que se puede percibir a partir de los resultados asociados con este objetivo, es el papel del docente, como un guía, para brindarle a los estudiantes apoyo y orientación acerca de las diversas estrategias de afrontamiento existentes para la reducción de los estresores, además de ayudarles a encontrar técnicas para reconocer los estresores presentes, a fin de que estos puedan gestionarlos de forma eficiente (53).

Por su parte, lo que respecta al segundo objetivo específico, que buscaba determinar el nivel de la ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022, este estudio ha permitido identificar que el 73.17% de los estudiantes han presentado un considerable desarrollo de la ansiedad, teniendo una mayor influencia la ansiedad rasgo en un 73.17%. Estos valores no se encuentran aislados, sino que se corresponden a los alcanzados por Lagos San Martín et al (14), quienes encontraron una elevada ansiedad en un 59.45% dentro de una muestra de escolares adolescentes, explicando que esta ansiedad actuaba como respuesta adaptativa ante fuentes de estrés académico.

Cabe destacar que, la ansiedad rasgo, entendida como esa manifestación de la conducta, en la que se perciben las personas y situaciones como amenazadoras (54), se presenta con mayor frecuencia en los estudiantes de este estudio, esta tendencia podría ser explicada a partir de los postulados teóricos que permiten aproximarse a la comprensión de la adolescencia como una etapa de la vida en la que, las experiencias de la vida suelen asumirse con una perspectiva más exponencial que lo usual, debido a los cambios cognitivos y físicos por los que atraviesa el individuo (55).

Definitivamente se entiende que, existe una relación vinculante entre el desarrollo de la ansiedad en escolares y el estrés académico. Los resultados alcanzados, ayudan a corroborar una realidad que, a todas luces, se encuentra presente en las instituciones educativas de secundaria en diversos contextos, tanto a nivel nacional como internacional, sin embargo, debe comprenderse que lo álgido del asunto no es conocer los niveles, sino encontrar medidas alternativas para reducir la presión socioeducativa a la que se encuentran expuestos los estudiantes, que terminan desencadenando en altos niveles de ansiedad.

Hecha esta salvedad, los resultados alcanzados por este estudio, en lo que respecta al objetivo específico en cuestión, pueden explicarse a través de los postulados epistemológicos que ayudan a comprender que, en el contexto escolar, la ansiedad es producto del estrés académico, surgiendo como una inadecuada regulación de respuestas emocionales ante las situaciones cotidianas, causando alteraciones que pueden variar en cuanto a la duración, pero que al ser persistentes y presentar somatización, puede llegar a conducir a problemas severos, conllevando al individuo a una elevada vulnerabilidad (56).

Por su parte, en lo que respecta el tercer objetivo específico dirigido a establecer la relación entre la ansiedad de estado y ansiedad de rasgo con el estrés académico en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022, la investigación pudo determinar que en lo que respecta a la ansiedad estado, existe una correlación positiva considerable ($r_s = ,727$), mientras que para la ansiedad rasgo se aprecia una correlación positiva muy fuerte ($r_s = ,826$) (48); los cuales permiten comprender que, en ambos casos a mayor prevalencia de niveles de ansiedad, mayor es el estado de estrés de los estudiantes. Estos resultados no son

aislados, sino que tienen correspondencia con los obtenidos por Bermúdez, quien encontró una fuerte correlación entre ambas variables, en el caso de la ansiedad estado, encontró una correlación muy fuerte ($r_s = ,831$), misma correlación encontró con la dimensión ansiedad rasgo ($r_s = 8,49$) (16).

Ineludiblemente, los resultados permiten apropiarse a una realidad existente dentro de las instituciones educativas en el nivel de secundaria, asociada a las diversas dimensiones de ansiedad y el estrés académico. La veracidad del comportamiento de esta tendencia puede explicarse desde la perspectiva teórica, al asumir que, la ansiedad es un fuerte indicador que aumenta los niveles de estrés en estudiantes de secundaria, lo cual conduce a considerables rasgos de depresión y por consecuencia incide directamente en el rendimiento académico, conduciendo indefectiblemente a otros problemas como la procrastinación y la deserción escolar (57).

Los resultados alcanzados dentro de esta investigación y de otras que dan sustento al reporte que se hace en la situación específica de la I.E.P. Salomón en Arequipa, aclaran dos puntos en particular, el primero, que indefectiblemente existe una realidad a ser atendida a través de la labor docente, quien haciendo uso de su rol tutorial, podría ayudar a los estudiantes a gestionar de forma eficiente las estrategias de afrontamiento ante situaciones de estrés, pero además, ayudarles a reconocer cuales son los estresores que mayor incidencia tienen en su desarrollo.

Comprender que, la ansiedad es una respuesta normal ante situaciones amenazantes, ayudará a los estudiantes a gestionar sus emociones, para evitar el desarrollo de forma exponencial de la ansiedad como trastorno mental, cuyas consecuencias pueden evidenciarse en situaciones de repitencia, procrastinación y burnout académico.

VI. CONCLUSIONES

1. Los resultados de esta investigación han permitido corroborar que existe una fuerte correlación entre las variables estrés académico y ansiedad ($r_s = ,824$), por lo que se concluye que en los estudiantes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022, el estrés académico influye directamente en los altos niveles de ansiedad observados, comprendiéndose que puede tratarse de una correlación a la inversa.
2. Los altos niveles de estrés académicos observados en la muestra de estudio ayudan a concluir que esta se trata de un problema socioeducativo que debe ser intervenido, pues se relaciona con la presión social que los adolescentes pueden sentir en función de las exigencias intrínsecas y extrínsecas, conllevando a niveles considerables de frustración y temor al fracaso.
3. Del mismo modo, los elevados niveles de ansiedad repercuten directamente en la salud mental de los escolares, pudiéndose determinar que se trata de una condición asociada a trastornos de ansiedad, producto de los mismos estresores a los cuales se encuentran expuestos.
4. En lo que respecta a la correlación positiva entre la ansiedad estado ($r_s = ,727$) y la ansiedad razón fuerte ($r_s = ,826$), con respecto al estrés, se asume que, en ambos casos, los estudiantes se encuentran expuestos a altos niveles de estrés, que se encuentran afectando su desempeño académico y estabilidad emocional.
5. Por último, esta investigación ha permitido realizar una aproximación a una realidad que se desarrolla en el contexto académico de la educación secundaria, especialmente, en comunidades y regiones donde se aprecian inequidades sociales y brechas educativas que deben ser intervenidas a fin de reducirlas y proseguir, en la construcción de una sociedad con mayor interés en la salud mental de los estudiantes.

VII. RECOMENDACIONES

1. A partir de las evidencias demostradas en esta investigación, recomendar a la institución educativa el desarrollo de una intervención psicoeducativa, a fin de fortalecer la salud mental de los estudiantes.
2. Adicionalmente, resulta esencial recomendar a las instituciones educativas del sector, a trabajar de forma mancomunada, con apoyo de especialistas en psicología y enfermería, a fin de educar a la comunidad educativa acerca de la importancia de la salud mental de la población, especialmente de los estudiantes, para reducir los niveles de estrés y ansiedad.
3. Resulta indispensable recomendar también a la institución educativa a desarrollar un programa de atención psicopedagoga, para que los estudiantes puedan mejorar su salud mental, reduciendo los niveles de estrés y ansiedad.
4. A partir de este estudio, resulta recomendable que otras investigaciones puedan desarrollar pesquisas que emerjan desde el paradigma sociocrítico, en las cuales se pueda intervenir una institución educativa y demostrar la transformación social con respecto al mejoramiento de la salud mental de los estudiantes, considerando ambas variables.
5. Finalmente, otros estudios que pueden emerger a partir del desarrollado, pueden orientarse a la elaboración de propuestas educativas, psicológicas o psicopedagógicas, que brinden a las instituciones académicas estrategias claras que apunten a la mitigación de los efectos adversos que pueden desencadenarse por el estrés y la ansiedad en estudiantes adolescentes.

REFERENCIAS

- (1) Alsulami S, al Omar Z, Binnwejim M, Alhamdan F, Aldrees A, Al-bawardi A, et al. Perception of academic stress among Health Science Preparatory Program students in two Saudi universities. *Adv Med Educ Pract.* 2018 Mar;9(9):159–64.
- (2) Organización Mundial de la Salud. Salud mental del adolescente [Internet]. Organización Mundial de la Salud. 2021 [cited 2022 Aug 24]. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- (3) Organización Panamericana de la Salud. Salud Mental [Internet]. Organización Panamericana de la Salud. 2022 [cited 2022 Aug 24]. Available from: <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>
- (4) Clabaugh A, Duque JF, Fields LJ. Academic Stress and Emotional Well-Being in United States College Students Following Onset of the COVID-19 Pandemic. *Front Psychol.* 2021 Mar 17;12.
- (5) American Psychological Association. Anxiety [Internet]. American Psychological Association . 2021 [cited 2022 Aug 24]. Available from: <https://www.apa.org/topics/anxiety>
- (6) Sandal R, Goel N, Sharma M, Bakshi R, Singh N, Kumar D. Prevalence of depression, anxiety and stress among school going adolescent in Chandigarh. *J Family Med Prim Care.* 2017;6(2):405–10.
- (7) Silva-Ramos MF, López-Cocotle JJ, Meza-Zamora MEC. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia de la Universidad Autónoma de Aguascalientes.* 2020 Jan 31;(79):75–83.
- (8) Amoretti T. Ansiedad frente a exámenes y afrontamiento del estrés en adolescentes en un centro educativo de Villa El Salvador [Internet] [Tesis de Licenciatura]. [Lima]: Universidad Autónoma del Perú; 2017 [cited 2022 Aug 24]. Available from: <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/364/AMORETTI%20TRUJILLO%2c%20TALIA%20MARGARITA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- (9) Amoretti Trujillo TM. Ansiedad frente a exámenes y afrontamiento de estrés en adolescentes de un centro educativo de Villa el Salvador [Internet] [Tesis de Licenciatura]. [Lima]: Universidad Autónoma del Perú; 2017 [cited 2022 Sep 8]. Available from: <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/364>
- (10) Alfaro Condori N, Castro Yampi N. Estrés académico en los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la IE Inmaculada Concepción, Arequipa - 2020 [Internet] [Tesis de Licenciatura]. [Arequipa]: Universidad Nacional San Agustín de Arequipa; 2020 [cited 2022 Aug 24]. Available from:

<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/11949/EDcayn%26alcon.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- (11) Jiménez Noriega RE. Ansiedad y depresión en las estrategias de afrontamiento al estrés en adolescentes en una institución educativa de Lima norte, 2021 [Internet] [Tesis Doctoral]. [Lima]: Universidad César Vallejo; 2021 [cited 2022 Sep 7]. Available from: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/91650/Jim%c3%a9nez_NRE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- (12) Toledo Quispe PM. Depresión, ansiedad y estrés en adolescentes de las instituciones educativas de Lima Norte, 2021 [Internet] [Tesis Doctoral]. [Lima]: Universidad César Vallejo; 2022 [cited 2022 Sep 8]. Available from: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/89275/Toledo_QPM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- (13) Diaz Rosell RS. La depresión y ansiedad en adolescentes de una universidad de Cajamarca 2021 [Internet]. [Lima]: Universidad Privada del Norte; 2022 [cited 2022 Sep 8]. Available from: <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/30716>
- (14) Lagos San Martín NG, Inglés Saura CJ, Ossa Cornejo CJ, González-Maciá C, Vicent-Juan M, García-Fernández JM. Relationship between attribution of success and failure and school anxiety in Chilean students of secondary education. *psicología desde el caribe*. 2017 May 1;33(2):21–38.
- (15) Caldera-Montes JF, Reynoso-González OU, Gómez-Covarrubia NJ, Mora-García O, Anaya-González BB. Modelo explicativo y predictivo de respuestas de estrés académico en bachilleres. *Ansiedad y Estrés*. 2017 Jan;23(1):20–6.
- (16) Bermúdez VE. Ansiedad, depresión, estrés y autoestima en la adolescencia. Relación, implicaciones y consecuencias en la educación privada. *Cuestiones Pedagógicas* [Internet]. 2018 [cited 2022 Sep 15];(26):37–52. Available from: https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/83493/03.%20MO%2003_26%20DEFINITIVO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- (17) Chao Wang Z, Yuen Sang C, Rao Vennalakanti N. A Study to find out the Association between Academic Stress and Mental Health Disease Symptoms in Chinese Teenagers in Late Elementary And Secondary Schools. *Natural Volatiles & Essential Oils* [Internet]. 2021 [cited 2022 Aug 24];8(5):4098–103. Available from: <https://www.nveo.org/index.php/journal/article/view/1335/1151>
- (18) Li C, Zhang X, Cheng X. Associations among academic stress, anxiety, extracurricular participation, and aggression: An examination of the general strain theory in a sample of Chinese adolescents. *Current Psychology*. 2022 May 28;

- (19) McKay M, Davis M, Fanning P. Técnicas cognitivas para el tratamiento del estrés. Barcelona: Ediciones Martínez Roca; 1998.
- (20) Lazarus R, Folkman S. Estrés y procesos cognitivos. Barcelona: Ediciones Martínez Roca; 1986.
- (21) González Velázquez L. Estrés académico en estudiantes enunciados asociado a la pandemia por COVID-19. Revista Espacio I+D Innovación más Desarrollo. 2012 Nov 1;9(25):158–79.
- (22) Chávez Parillo JR, Peralta Gómez RY. Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa-Perú. Rev Cienc Soc. 2019;25(1):384–99.
- (23) Barraza Macías A, González García LA, Garza Madero A, Cázares de León F. El estrés académico en alumnos de odontología. Revista Mexicana de Estomatología [Internet]. 2019 [cited 2022 Aug 24];6(1):12–26. Available from: <https://www.remexesto.com/index.php/remexesto/article/view/236/431>
- (24) Vega Martínez MC, Rodríguez García B, Arenal Gota T. Estresores académicos percibidos por estudiantes del grado de Enfermería en una universidad española. Revista Enfermería Castilla y León. 2019;11(1):16–21.
- (25) Restrepo JE, Sánchez OA, Castañeda Quirama T. Estrés académico en estudiantes universitarios. Psicoespacios. 2020 May 26;14(24):17–37.
- (26) Escobar Zurita ER, Soria De Mesa BW, López Proaño GF, Peñafiel Salazar D de los A. Manejo del estrés académico; revisión crítica. Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo [Internet]. 2018 [cited 2022 Aug 24]; Available from: <https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html>
- (27) Silva-Ramos MF, López-Cocotle JJ, Columba Meza-Zamora ME. Estrés académico en estudiantes universitarios. Investig Cienc [Internet]. 2020 [cited 2022 Sep 7];28(79):75–83. Available from: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/674/67462875008/html/index.html>
- (28) García P, Cano L, López S, Castillo Y, Gutiérrez G, Jiménez A. Nivel de estrés y consumo de alcohol en estudiantes universitarios. Paraninfo Digital [Internet]. 2017 [cited 2022 Aug 24];11(27):1–5. Available from: https://www.researchgate.net/publication/322700303_Nivel_de_estres_y_consumo_de_alcohol_en_estudiantes_universitarios
- (29) Uribe Urzola A, Ramos Vidal I, Villamil Benítez I, Palacio Sañudo JE. La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico en una muestra escolarizada de adolescentes. Psicogente. 2018 Jun 18;21(40):440–57.
- (30) Díaz Kuaik I, de la Iglesia G. Ansiedad: conceptualizaciones actuales. Summa Psicológica. 2019 Jun 11;16(1):42–50.

- (31) Soriano JG, Pérez-Fuentes M del C, Molero M del M, Tortosa BM, González A. Beneficios de las intervenciones psicológicas en relación al estrés y ansiedad: Revisión sistemática y meta-análisis. *European Journal of Education and Psychology*. 2019 Oct 28;12(2):191–206.
- (32) Delgado Gómez MS. Psiconeuroinmunoendocrinología. Inteligencia emocional y salud en estudiantes universitarios [Internet] [Tesis Doctoral]. [Murcia]: Universidad Católica de Murcia; 2017 [cited 2022 Sep 7]. Available from: <http://repositorio.ucam.edu/bitstream/handle/10952/2378/Tesis.pdf>
- (33) Ávila Toscano J, Rambal-Rivaldo LI, Vargas Delgado L. Ansiedad ante la evaluación académica y engagement: revisión conceptual, perspectivas, evidencias y líneas de discusión. In: Marengo Escuderos A, editor. *Estudios del desarrollo humano y socioambiental*. Madrid: Ediciones CUR; 2018. p. 208–35.
- (34) Coelho M de MF, Cavalcante VMV, Araújo MÂM, Martins MC, Barbosa RGB, Barreto AS, et al. Sintomas de ansiedade e fatores associados entre profissionais de saúde durante a pandemia da COVID-19. *Cogitare Enfermagem*. 2022 Jan 5;27.
- (35) Spielberger CD. Anxiety as an emotional state . In: C. D. Spielberger, editor. *Anxiety*. New York: Academic Press; 1972. p. 23–49.
- (36) del Río Olvera FJ, Cabello Santamaría F, Cabello García MA, Aragón Vela J. Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo (STAI): análisis psicométrico y funcionamiento en una muestra de drogodependientes y controles. *Universitas Psychologica*. 2018 Mar 15;17(1):1–10.
- (37) Cano V. Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés [Internet]. SEAS. [cited 2022 Aug 24]. Available from: <https://ansiedadystres.org/>
- (38) Marriner A, Raile M. Modelo de la adaptación por Callista Roy, Modelos y teorías en Enfermería. Madrid: HarcourtBrace; 1999.
- (39) Opazo Schwarzenberg CE, Pino Huenchul KD, Potthoff Cortes MP. Factores personales, familiares y laborales asociados al Síndrome de Burnout en el personal de enfermería del hospital Base Valdivia, 2012 [Internet]. [Valdivia]: Universidad Austral de Chile; 2012 [cited 2022 Aug 24]. Available from: <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2012/fmo.61f/doc/fmo.61f.pdf>
- (40) Moreno-Fergusson ME, Alvarado-García AM. Aplicación del Modelo de Adaptación de Callista Roy en Latinoamérica: revisión de la literatura. *Aquichan* [Internet]. 2009 [cited 2022 Aug 24];9(1):62–72. Available from: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=74111465007>
- (41) Arias F. *El Proyecto de Investigación: Introducción a la metodología científica*. Sexta Edición. Caracas: Episteme; 2012.

- (42) Hernández R, Fernández C, Baptista M. Metodología de la Investigación. Ciudad de México: McGraw Hill Interamericana; 2014.
- (43) Sierra JC, Ortega V, Zubeidat I. Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar E Subjetividade*. 2003;3(1):10–59.
- (44) Otzen T, Manterola C. Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*. 2017 Mar;35(1):227–32.
- (45) del Río Olvera FJ, Cabello Santamaría F, Cabello García MA, Aragón Vela J. Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo (STAI): análisis psicométrico y funcionamiento en una muestra de drogodependientes y controles. *Universitas Psychologica*. 2018 Mar 15;17(1):1–10.
- (46) Asociación Médica Mundial. Declaración de Helsinki de la AMM – principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos [Internet]. WMA. 2017 [cited 2022 Aug 24]. Available from: <https://www.wma.net/es/polices-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>
- (47) Hincapié Sánchez J, Medina Arellano M de J. Bioética: teorías y principios [Internet]. Ciudad de México: Universidad Nacional Autónoma de México ; 2019 [cited 2022 Aug 24]. Available from: <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/13/6006/1.pdf>
- (48) Cohen J. A power primer. *Psychol Bull*. 1992;112(1):155–9.
- (49) Zúñiga Rodríguez M. El trastorno de ansiedad y estrés escolar en los adolescentes con alto desempeño académico. *International Journal of Developmental and Educational Psychology* [Internet]. 2014 [cited 2022 Aug 31];2(1):205-212. Available from: <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851782020.pdf>
- (50) Montoya-Restrepo LA, Uribe-Arévalo AE, Uribe-Arévalo AJ, Montoya-Restrepo IA, Rojas-Berrio SP. Burnout académico: impacto de la suspensión de actividades académicas en el sistema de educación pública en Colombia. *Panorama*. 2021 Sep 14;15(29):158–75.
- (51) Alfonso Águila B, Calcines Castillo M, Monteagudo de la Guardia R, Nieves Achon Z. Estrés académico. *EDUMECENTRO* [Internet]. 2015 [cited 2022 Aug 31];7(2):163–78. Available from: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013
- (52) Rodríguez I, Fonseca GM, Aramburú G. Estrés Académico en Alumnos Ingresantes a la Carrera de Odontología en la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina. *International Journal of Odontostomatology* [Internet]. 2020 [cited 2022 Aug 31];14(4):639–47. Available from: <https://www.scielo.cl/pdf/ijodontos/v14n4/0718-381X-ijodontos-14-04-639.pdf>

- (53) Baque Castro GY, Calderón Chinga GM, Campuzano López JG, Barcia Briones MF. El rol docente y el estrés de la modalidad virtual. *Polo del Conocimiento*. 2021;6(2):1016–26.
- (54) Rojas-Carrasco KE. Validación del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado en padres con un hijo en terapia intensiva. *Rev Med Inst Mex Seguro Soc* [Internet]. 2010 [cited 2022 Aug 24];48(5):491–6. Available from: <https://www.redalyc.org/pdf/4577/457745510005.pdf>
- (55) Lozano Vicente A. Teoría de teorías sobre la adolescencia. *Última Década* [Internet]. 2014 [cited 2022 Sep 29];(40):11–36. Available from: <https://www.redalyc.org/pdf/195/19531682002.pdf>
- (56) Hernández-Pozo M del R, Ramírez-Guerrero N, López-Cárdenas SV, Macías-Martínez D. Relación entre ansiedad, desempeño y riesgo de deserción en aspirantes a bachill. *Psychologia Avances de la disciplina*. 2015;9(1):45–57.
- (57) Trunce Morales ST, Villarroel Quinchalef G del P, Arntz Vera JA, Werner Contreras KM. Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación en Educación Médica*. 2020 Oct 9;(36):8–16.

Anexo 1: Operacionalización de variables

V	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	ítem	Instrumento
Ansiedad	Sentimientos o emociones de temor, aprensión y desastre inminente pero no incapacitantes como son los trastornos de ansiedad humana y animal (3).	La ansiedad se medirá mediante un cuestionario elaborado con el fin de evaluar de manera independiente la ansiedad como estado y la ansiedad como rasgo. Compuesta por 40 ítems, se trata de una escala auto aplicada.	Ansiedad de estado	Ítems: 1 al 20	Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo (STAI)
			Ansiedad de rasgo	Items 21 al 40	
Estrés Académico	Situación estresante provocada por las presiones del medio escolar, produciendo un desequilibrio sistémico que se expresa mediante síntomas e incitan al individuo a buscar formas de afrontamiento para reestablecer el equilibrio (Barraza, El Inventario SISCO del Estrés Académico, 2007).	El estrés académico se mide a través de la intensidad de estresores, síntomas inhibicionistas y estrategias de afrontamiento del estudiante. Dimensiones que se miden a través del Inventario SISCO adaptado por Quito (2019).	Estímulos estresores	(8 ítems)	Inventario SISCO adaptado por Quito (2019)
			Síntomas	(15 ítems)	
			Estrategias de afrontamiento	(6 ítems)	

Anexo 2. Consentimiento Informado



Consentimiento Informado del Apoderado

Título de la investigación: Nivel de estrés académico y ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022

Investigador (a) (es): Karina Daniela García Chávez y Danyelo Rodríguez Amaya

Propósito del estudio

Estamos invitando a su hijo (a) a participar en la investigación titulada “Nivel de estrés académico y ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022”, cuyo objetivo es Determinar la relación entre el estrés académico y la ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022

Esta investigación es desarrollada por estudiantes pregrado, de la carrera profesional de Enfermería, de la Universidad César Vallejo del campus Lima Norte, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la I.E.P. Salomón.

Impacto del problema de la investigación.

Si usted acepta que su representado participe en la investigación nos ayudará que haya una investigación sobre el estrés académico y ansiedad; porque en la actualidad se carece de estudios sobre salud mental en el ámbito local; posteriormente podrá ver los resultados en el repositorio de la Universidad César Vallejo

Procedimiento

Si usted acepta que su hijo participe y su hijo decide participar en esta investigación (enumerar los procedimientos del estudio):

1. Se realizará una encuesta donde se recogerá datos personales y algunas preguntas sobre la investigación: “Nivel de estrés académico y ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022”.
2. Esta encuesta tendrá un tiempo aproximado de 35 minutos y se realizará en cada aula de los alumnos de la I.E.P. Salomón Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

Participación voluntaria (principio de autonomía):

Su hijo puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a que su hijo haya aceptado participar puede dejar de participar sin ningún problema.

Riesgo (principio de No maleficencia):

La participación de su hijo en la investigación NO existirá riesgo o daño en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad a su hijo tiene la libertad de responderlas o no.

Beneficios (principio de beneficencia):

Mencionar que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá algún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Confidencialidad (principio de justicia):

Los datos recolectados de la investigación deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información recogida en la encuesta o entrevista a su hijo es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas:

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigador (a) (es) GARCIA CHÁVEZ, KARINA DANIELA Y RODRIGUEZ AMAYA, DANYELO email: karinitacami@gmail.com y danyelorodriguez70@gmail.com y Docente asesor MG. FAJARDO VIZQUERRA, LEYDI SUSAN email: lfajardov@ucvvirtual.edu.pe

Consentimiento

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo que mi menor hijo participe en la investigación.

Nombre y apellidos: _____

Fecha y hora: _____

Anexo 3. Escala de Estrés Académico

Inventario Sistémico Cognoscitivista (SISCO)

Adaptación Quito (2019)

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 deseleccionar 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

DIMENSIÓN ESTÍMULOS ESTRESORES

3. En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
4.1. La competencia con los compañeros del grupo					
4.2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
4.3. La personalidad y el carácter del profesor					
4.4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
4.5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
4.6. No entender los temas que se abordan en la clase					
4.7. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
4.8. Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

DIMENSIÓN SÍNTOMAS (REACCIONES)

4. En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
5.1. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
5.2. Fatiga crónica (cansancio permanente)					
5.3. Dolores de cabeza o migrañas					
5.4. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
5.5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
5.6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Síntomas o reacciones psicológicas					
5.7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
5.8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
5.9. Ansiedad, angustia o desesperación.					
5.10. Problemas de concentración					
5.11. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Síntomas o reacciones comportamentales					
5.12. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
5.13. Aislamiento de los demás					
5.14. Desgano para realizar las labores escolares					
5.15. Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otra _____ (Especifique)					

DIMENSIÓN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

5. En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
5.1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
5.2. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
5.3. Elogios a sí mismo					

5.4. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
5.5. Búsqueda de información sobre la situación					
5.6. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).					
Otra _____ (Especifique)					

Anexo 4. Escala de Ansiedad

Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo (STAI)

Autores: C.D. Spielberger, R. L. Gorsuch y R. E. Lushene Procedencia:
Consulting Psychologists Press, Palo Alto, California

Adaptación española: Sección de Estudios de TEA Ediciones, S.A., Madrid

Adaptación peruana: Espíritu. Y.

ANSIEDAD ESTADO

A-E	Nada	Algo	Bastante	Mucho
<p>A continuación, encontrará unas frases que se utilizan usualmente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y marque la alternativa con la que se identifique UD. AHORA MISMO. No hay respuesta buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.</p>				
1	Me siento calmado.			
2	Me siento seguro.			
3	Estoy tenso.			
4	Estoy contrariado.			
5	Me siento a gusto.			
6	Me siento alterado.			
7	Estoy preocupado actualmente por algún posible contratiempo.			
8	Me siento descansado.			
9	Me siento ansioso.			
10	Me siento cómodo.			
11	Me siento con confianza en mí mismo.			
12	Me siento nervioso.			
13	Estoy agitado.			

14	Me siento a punto de explotar.				
15	Me siento relajado.				
16	Me siento satisfecho.				
17	Estoy preocupado.				
18	Me siento muy preocupado y aturdido.				
19	Me siento alegre.				
20	Me siento bien.				

ANSIEDAD RASGO

ANSIEDAD RASGO					
A-R		Casi nunca	A veces	A menudo	Casi siempre
	A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y marque la alternativa con la que se identifique UD. AHORA MISMO. No hay respuesta buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.				
1	Me siento mal.				
2	Me canso rápidamente.				
3	Siento ganas de llorar.				
4	Quisiera ser tan feliz como otras personas parecen ser.				
5	Pierdo oportunidades por no poder decidirme.				
6	Me siento descansado.				
7	Soy una persona tranquila, serena y sosegada.				
8	Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas.				
9	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.				

10	Soy feliz.				
11	Tomo las cosas muy a pecho.				
12	Me falta confianza en mí mismo.				
13	Me siento seguro.				
14	Trato de sacarle el cuerpo a las crisis y dificultades.				
15	Me siento melancólico.				
16	Me siento satisfecho.				
17	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente.				
18	Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza.				
19	Soy una persona estable.				
20	Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me tenso y altero.				

Anexo 5. Carta de autorización



Universidad
César Vallejo

"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"

Trujillo, 15 de Agosto del 2022

Señor:

GLADYS CANO GARCÍA
DIRECTOR DE LA I.E.P. SALOMÓN
AVENIDA GOYENECHÉ 715 - AREQUIPA

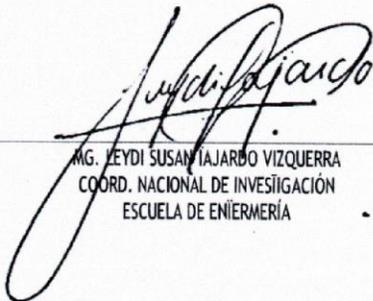
Asunto: Autorizar para la ejecución del Proyecto de Investigación de Enfermería

De mi mayor consideración:

Es muy grato dirigirme a usted, para saludarlo muy cordialmente en nombre de la Universidad Cesar Vallejo Filial Trujillo y en el mío propio, desearle la continuidad y éxitos en la gestión que viene desempeñando.

A su vez, la presente tiene como objetivo solicitar su autorización, a fin de que las Bach. GARCÍA CHÁVEZ KARINA DANIELA, con DNI 71860267 y RODRIGUEZ AMAYA DANYELO, con DNI 72089527, del Programa de Titulación para universidades no licenciadas, Taller de Elaboración de Tesis de la Escuela Académica Profesional de Enfermería, pueda ejecutar su investigación titulada: "NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO Y ANSIEDAD EN ADOLESCENTES DE 12 A 15 AÑOS DE LA I.E.P. SALOMON EN AREQUIPA, 2022", en la institución que pertenece a su digna Dirección; agradeceré se le brinden las facilidades correspondientes.

Sin otro particular, me despido de Usted, no sin antes expresar los sentimientos de mi especial consideración personal.



Mg. LEYDI SUSAN TAJARBO VIZQUERRA
COORD. NACIONAL DE INVESTIGACIÓN
ESCUELA DE ENFERMERÍA

cc: Archivo PTUN.



Anexo 6. Carta de aceptación por parte de la institución



R.D. N°0844-UGE-AS

INSTITUCIÓN EDUCATIVA CRISTIANA **SALOMÓN** INICIAL - PRIMARIA - SECUNDARIA

“AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL”

Arequipa, 16 de Agosto del 2022

BACHILLERES:

GARCÍA CHÁVEZ KARINA DANIELA
RODRÍGUEZ AMAYA DANYELO

ASUNTO:

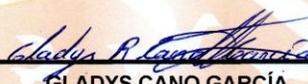
Permiso para la ejecución del Proyecto de Investigación de Enfermería

De mi mayor consideración:

Apreciados Bachilleres reciban un saludo cordial en nombre de nuestro señor Jesucristo, y en nombre de la Institución Educativa Particular Salomón y en el mío propio

A su vez, la presente tiene como objetivo otorgar el permiso, a fin de que los Bach. GARCÍA CHÁVEZ KARINA DANIELA, con DNI 71860267 y RODRIGUEZ AMAYA DANYELO, con DNI 72089527, del Programa de Titulación para universidades no licenciadas, Taller de Elaboración de Tesis de la Escuela Académica Profesional de Enfermería, pueda realizar su investigación titulada: “NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO Y ANSIEDAD EN ADOLESCENTES DE 12 A 15 AÑOS DE LA I.E.P. SALOMON EN AREQUIPA, 2022”, en la institución la cual está a cargo de mi dirección.

ATENTAMENTE


GLADYS CANO GARCÍA
DIRECTORA DE LA I.E.P. SALOMÓN



INSTITUCIÓN EDUCATIVA CRISTIANA
SALOMÓN

Una Realidad de Colegio Responsable

Anexo 7. Validación de instrumentos por los expertos

Escala de Estrés Académico

Inventario Sistémico Cognoscitivista (SISCO)

Adaptación Quito (2019)

6. 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 deseleccionar la alternativa “si”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

7. 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

DIMENSIÓN ESTÍMULOS ESTRESORES

8. En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

Nunca- Casi nunca - A veces - Casi siempre - Siempre

	1)Pertinencia		2)Relevancia		3)Claridad	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
4.1. La competencia con los compañeros del grupo	X		X		X	
4.2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	X		X		X	
4.3. La personalidad y el carácter del profesor	X		X		X	
4.4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	X		X		X	
4.5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	X		X		X	
4.6. No entender los temas que se abordan en la clase	X		X		X	
4.7. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	X		X		X	
4.8. Tiempo limitado para hacer el trabajo	X		X		X	

Otra _____						
(Especifique)						

DIMENSIÓN SÍNTOMAS (REACCIONES)

9. En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

Nunca- Casi nunca - A veces - Casi siempre - Siempre

	1)Pertinencia		2)Relevancia		3)Claridad	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
5.1. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	X		X		X	
5.2. Fatiga crónica (cansancio permanente)	X		X		X	
5.3. Dolores de cabeza o migrañas	X		X		X	
5.4. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	X		X		X	
5.5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	X		X		X	
5.6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir	X		X		X	
Síntomas o reacciones psicológicas						
5.7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	X		X		X	
5.8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	X		X		X	
5.9. Ansiedad, angustia o desesperación.	X		X		X	
5.10. Problemas de concentración	X		X		X	
5.11. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	X		X		X	
Síntomas o reacciones comportamentales						
5.12. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	X		X		X	
5.13. Aislamiento de los demás	X		X		X	
5.14. Desgano para realizar las labores escolares	X		X		X	
5.15. Aumento o reducción del consumo de alimentos	X		X		X	
Otra _____						
(Especifique)						

DIMENSIÓN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

10. En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

Nunca- Casi nunca - A veces - Casi siempre - Siempre

	1)Pertinencia		2)Relevancia		3)Claridad	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
5.1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)	X		X		X	
5.2. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	X		X		X	
5.3. Elogios a sí mismo	X		X		X	
5.4. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	X		X		X	
5.5. Búsqueda de información sobre la situación	X		X		X	
5.6. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).	X		X		X	
Otra _____ (Especifique)						

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____ **Hay suficiencia** _____

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** **Aplicable después de corregir []** **No aplicable []**

Apellidos y nombres del juez validador: LIC. RODRIGUEZ AMAYA ALEJANDRA ABIGAIL CEP: 91705

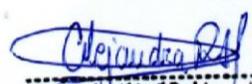
Miércoles 17 de Agosto del 2022

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


 Lic. Alejandra Abigail Rodríguez Amaya
 ENFERMERA
 C.E.P. 91705
Firma del Experto Informante.

Escala de Ansiedad

Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo (STAI)

Autores: C.D. Spielberger, R. L. Gorsuch y R. E. Lushene Procedencia:
Consulting Psychologists Press, Palo Alto, California

Adaptación española: Sección de Estudios de TEA Ediciones, S.A., Madrid Adaptación
peruana: Espiritu. Y.

ANSIEDAD ESTADO

A-E	A continuación, encontrará unas frases que se utilizan usualmente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y marque la alternativa con la que se identifique UD. AHORA MISMO. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente. Nada - Algo - Bastante - Mucho	1)Pertinencia		2)Relevancia		3)Claridad	
		SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	Me siento calmado.	X		X		X	
2	Me siento seguro.	X		X		X	
3	Estoy tenso.	X		X		X	
4	Estoy contrariado.	X		X		X	
5	Me siento a gusto.	X		X		X	
6	Me siento alterado.	X		X		X	
7	Estoy preocupado actualmente por algún posible contratiempo.	X		X		X	
8	Me siento descansado.	X		X		X	
9	Me siento ansioso.	X		X		X	
10	Me siento cómodo.	X		X		X	

11	Me siento con confianza en mí mismo.	X		X		X	
12	Me siento nervioso.	X		X		X	
13	Estoy agitado.	X		X		X	
14	Me siento a punto de explotar.	X		X		X	
15	Me siento relajado.	X		X		X	
16	Me siento satisfecho.	X		X		X	
17	Estoy preocupado.	X		X		X	
18	Me siento muy preocupado y aturdido.	X		X		X	
19	Me siento alegre.	X		X		X	
20	Me siento bien.	X		X		X	

ANSIEDAD RASGO

A-R	<p>A continuación, encontrara unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y marque la alternativa con la que se identifique UD. AHORA MISMO. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.</p> <p>Casi nunca - A veces - A menudo - Casi siempre</p>	1)Pertinencia		2)Relevancia		3)Claridad	
		SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	Me siento mal.	X		X		X	
2	Me canso rápidamente.	X		X		X	
3	Siento ganas de llorar.	X		X		X	
4	Quisiera ser tan feliz como otras personas parecen ser.	X		X		X	

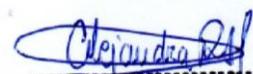
5	Pierdo oportunidades por no poder decidirme.	X		X		X	
6	Me siento descansado.	X		X		X	
7	Soy una persona tranquila, serena y sosegada.	X		X		X	
8	Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas.	X		X		X	
9	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.	X		X		X	
10	Soy feliz.	X		X		X	
11	Tomo las cosas muy a pecho.	X		X		X	
12	Me falta confianza en mí mismo.	X		X		X	
13	Me siento seguro.	X		X		X	
14	Trato de sacarle el cuerpo a las crisis y dificultades.	X		X		X	
15	Me siento melancólico.	X		X		X	
16	Me siento satisfecho.	X		X		X	
17	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente.	X		X		X	
18	Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza.	X		X		X	
19	Soy una persona estable.	X		X		X	
20	Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me tenso y altero.	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____ Hay suficiencia _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: LIC. RODRIGUEZ AMAYA ALEJANDRA ABIGAIL CEP: 91705

Miércoles 17 de Agosto del 2022



ic. Alejandra Abigail Rodríguez Amaya

ENFERMERA
C.E.P. 91705

Firma del Experto Informante.

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Escala de Estrés Académico

Inventario Sistemico Cognoscitivista (SISCO)

Adaptación Quito (2019)

11. 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 deseleccionar la alternativa “si”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

12. 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

DIMENSIÓN ESTÍMULOS ESTRESORES

13. En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

Nunca - Casi nunca - A veces - Casi siempre - Siempre

	1)Pertinencia		2)Relevancia		3)Claridad	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
4.1. La competencia con los compañeros del grupo	X		X		X	
4.2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	X		X		X	
4.3. La personalidad y el carácter del profesor	X		X		X	
4.4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	X		X		X	
4.5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	X		X		X	
4.6. No entender los temas que se abordan en la clase	X		X		X	
4.7. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	X		X		X	
4.8. Tiempo limitado para hacer el trabajo	X		X		X	
Otra _____						
(Especifique)						

DIMENSIÓN SÍNTOMAS (REACCIONES)

14. En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

Nunca- Casi nunca - A veces - Casi siempre - Siempre

	1)Pertinencia		2)Relevancia		3)Claridad	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
5.1. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	X		X		X	
5.2. Fatiga crónica (cansancio permanente)	X		X		X	
5.3. Dolores de cabeza o migrañas	X		X		X	
5.4. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	X		X		X	
5.5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	X		X		X	
5.6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir	X		X		X	
Síntomas o reacciones psicológicas						
5.7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	X		X		X	
5.8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	X		X		X	
5.9. Ansiedad, angustia o desesperación.	X		X		X	
5.10. Problemas de concentración	X		X		X	
5.11. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	X		X		X	
Síntomas o reacciones comportamentales						
5.12. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	X		X		X	
5.13. Aislamiento de los demás	X		X		X	
5.14. Desgano para realizar las labores escolares	X		X		X	
5.15. Aumento o reducción del consumo de alimentos	X		X		X	
Otra _____						
(Especifique)						

DIMENSIÓN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

15. En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

Nunca- Casi nunca - A veces - Casi siempre - Siempre

	1)Pertinencia		2)Relevancia		3)Claridad	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
5.1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)	X		X		X	
5.2. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	X		X		X	
5.3. Elogios a sí mismo	X		X		X	
5.4. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	X		X		X	
5.5. Búsqueda de información sobre la situación	X		X		X	
5.6. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).	X		X		X	
Otra _____ (Especifique)						

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____ Hay suficiencia _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: LIC. YANA RODRIGUEZ MISHELL DARIA CEP: 85047

Miércoles 17 de Agosto del 2022

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


 Mishell D. Yana Rodriguez
 LIC. EN ENFERMERA
 C.E.P. 85047

Firma del Experto Informante.

Escala de Ansiedad

Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo (STAI)

Autores: C.D. Spielberger, R. L. Gorsuch y R. E. Lushene Procedencia:
Consulting Psychologists Press, Palo Alto, California

Adaptación española: Sección de Estudios de TEA Ediciones, S.A., Madrid Adaptación
peruana: Espiritu. Y.

ANSIEDAD ESTADO

A-E	A continuación, encontrará unas frases que se utilizan usualmente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y marque la alternativa con la que se identifique UD. AHORA MISMO. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente. Nada - Algo - Bastante - Mucho	1) Pertenencia		2) Relevancia		3) Claridad	
		SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	Me siento calmado.	X		X		X	
2	Me siento seguro.	X		X		X	
3	Estoy tenso.	X		X		X	
4	Estoy contrariado.	X		X		X	
5	Me siento a gusto.	X		X		X	
6	Me siento alterado.	X		X		X	
7	Estoy preocupado actualmente por algún posible contratiempo.	X		X		X	
8	Me siento descansado.	X		X		X	
9	Me siento ansioso.	X		X		X	
10	Me siento cómodo.	X		X		X	

11	Me siento con confianza en mí mismo.	X		X		X	
12	Me siento nervioso.	X		X		X	
13	Estoy agitado.	X		X		X	
14	Me siento a punto de explotar.	X		X		X	
15	Me siento relajado.	X		X		X	
16	Me siento satisfecho.	X		X		X	
17	Estoy preocupado.	X		X		X	
18	Me siento muy preocupado y aturdido.	X		X		X	
19	Me siento alegre.	X		X		X	
20	Me siento bien.	X		X		X	

ANSIEDAD RASGO

A-R	<p>A continuación, encontrara unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y marque la alternativa con la que se identifique UD. AHORA MISMO. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.</p> <p>Casi nunca - A veces - A menudo - Casi siempre</p>	1)Pertinencia		2)Relevancia		3)Claridad	
		SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	Me siento mal.	X		X		X	
2	Me canso rápidamente.	X		X		X	
3	Siento ganas de llorar.	X		X		X	
4	Quisiera ser tan feliz como otras personas parecen ser.	X		X		X	

5	Pierdo oportunidades por no poder decidirme.	X		X		X	
6	Me siento descansado.	X		X		X	
7	Soy una persona tranquila, serena y sosegada.	X		X		X	
8	Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas.	X		X		X	
9	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.	X		X		X	
10	Soy feliz.	X		X		X	
11	Tomo las cosas muy a pecho.	X		X		X	
12	Me falta confianza en mí mismo.	X		X		X	
13	Me siento seguro.	X		X		X	
14	Trato de sacarle el cuerpo a las crisis y dificultades.	X		X		X	
15	Me siento melancólico.	X		X		X	
16	Me siento satisfecho.	X		X		X	
17	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente.	X		X		X	
18	Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza.	X		X		X	
19	Soy una persona estable.	X		X		X	
20	Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me tenso y altero.	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____ Hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: LIC. YANA RODRIGUEZ MISHELL DARIA CEP: 85047

Miércoles 17 de Agosto del 2022

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


Mishell D. Yana Rodriguez
LIC. EN ENFERMERA
CEP 85047
Firma del Experto Informante.

Escala de Estrés Académico

Inventario Sistémico Cognoscitivista (SISCO)

Adaptación Quito (2019)

16. 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 deseleccionar la alternativa “si”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

17. 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

DIMENSIÓN ESTÍMULOS ESTRESORES

18. En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

Nunca- Casi nunca - A veces - Casi siempre - Siempre

	1)Pertinencia		2)Relevancia		3)Claridad	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
4.1. La competencia con los compañeros del grupo	X		X		X	
4.2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	X		X		X	
4.3. La personalidad y el carácter del profesor	X		X		X	
4.4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	X		X		X	
4.5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	X		X		X	
4.6. No entender los temas que se abordan en la clase	X		X		X	
4.7. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	X		X		X	
4.8. Tiempo limitado para hacer el trabajo	X		X		X	

Otra _____						
(Especifique)						

DIMENSIÓN SÍNTOMAS (REACCIONES)

19. En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

Nunca- Casi nunca - A veces - Casi siempre - Siempre

	1)Pertinencia		2)Relevancia		3)Claridad	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
5.1. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	X		X		X	
5.2. Fatiga crónica (cansancio permanente)	X		X		X	
5.3. Dolores de cabeza o migrañas	X		X		X	
5.4. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	X		X		X	
5.5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	X		X		X	
5.6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir	X		X		X	
Síntomas o reacciones psicológicas						
5.7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	X		X		X	
5.8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	X		X		X	
5.9. Ansiedad, angustia o desesperación.	X		X		X	
5.10. Problemas de concentración	X		X		X	
5.11. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	X		X		X	
Síntomas o reacciones comportamentales						
5.12. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	X		X		X	
5.13. Aislamiento de los demás	X		X		X	
5.14. Desgano para realizar las labores escolares	X		X		X	
5.15. Aumento o reducción del consumo de alimentos	X		X		X	
Otra _____						
(Especifique)						

DIMENSIÓN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

20. En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

Nunca- Casi nunca - A veces - Casi siempre - Siempre

	1)Pertinencia		2)Relevancia		3)Claridad	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
5.1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)	X		X		X	
5.2. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	X		X		X	
5.3. Elogios a sí mismo	X		X		X	
5.4. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	X		X		X	
5.5. Búsqueda de información sobre la situación	X		X		X	
5.6. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).	X		X		X	
Otra _____ (Especifique)						

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____ Hay suficiencia _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: LIC. CORNEJO BAZAN NANCY CAROLINA CEP: 84106

Miércoles 17 de Agosto del 2022

- ¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- ²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
- ³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


 GOBIERNO REGIONAL DE AREQUIPA
 RED DE SALUD AREQUIPA-CAYLLOMA
 CSMC - MARÍA TERESA PORRES
 Nancy Cornejo Bazan
 ENFERMERA
 CEP 84106

Firma del Experto Informante.

Escala de Ansiedad

Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo (STAI)

Autores: C.D. Spielberger, R. L. Gorsuch y R. E. Lushene Procedencia:
Consulting Psychologists Press, Palo Alto, California

Adaptación española: Sección de Estudios de TEA Ediciones, S.A., Madrid Adaptación
peruana: Espíritu. Y.

ANSIEDAD ESTADO

A-E	A continuación, encontrará unas frases que se utilizan usualmente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y marque la alternativa con la que se identifique UD. AHORA MISMO. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente. Nada - Algo - Bastante - Mucho	1)Pertinencia		2)Relevancia		3)Claridad	
		SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	Me siento calmado.	X		X		X	
2	Me siento seguro.	X		X		X	
3	Estoy tenso.	X		X		X	
4	Estoy contrariado.	X		X		X	
5	Me siento a gusto.	X		X		X	
6	Me siento alterado.	X		X		X	
7	Estoy preocupado actualmente por algún posible contratiempo.	X		X		X	
8	Me siento descansado.	X		X		X	
9	Me siento ansioso.	X		X		X	
10	Me siento cómodo.	X		X		X	

11	Me siento con confianza en mí mismo.	X		X		X	
12	Me siento nervioso.	X		X		X	
13	Estoy agitado.	X		X		X	
14	Me siento a punto de explotar.	X		X		X	
15	Me siento relajado.	X		X		X	
16	Me siento satisfecho.	X		X		X	
17	Estoy preocupado.	X		X		X	
18	Me siento muy preocupado y aturdido.	X		X		X	
19	Me siento alegre.	X		X		X	
20	Me siento bien.	X		X		X	

ANSIEDAD RASGO

A-R	<p>A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y marque la alternativa con la que se identifique UD. AHORA MISMO. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.</p> <p>Casi nunca - A veces - A menudo - Casi siempre</p>	1)Pertinencia		2)Relevancia		3)Claridad	
		SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	Me siento mal.	X		X		X	
2	Me canso rápidamente.	X		X		X	
3	Siento ganas de llorar.	X		X		X	
4	Quisiera ser tan feliz como otras personas parecen ser.	X		X		X	

5	Pierdo oportunidades por no poder decidirme.	X		X		X	
6	Me siento descansado.	X		X		X	
7	Soy una persona tranquila, serena y sosegada.	X		X		X	
8	Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas.	X		X		X	
9	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.	X		X		X	
10	Soy feliz.	X		X		X	
11	Tomo las cosas muy a pecho.	X		X		X	
12	Me falta confianza en mí mismo.	X		X		X	
13	Me siento seguro.	X		X		X	
14	Trato de sacarle el cuerpo a las crisis y dificultades.	X		X		X	
15	Me siento melancólico.	X		X		X	
16	Me siento satisfecho.	X		X		X	
17	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente.	X		X		X	
18	Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza.	X		X		X	
19	Soy una persona estable.	X		X		X	
20	Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me tenso y altero.	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____ Hay suficiencia _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: LIC. CORNEJO BAZAN NANCY CAROLINA CEP: 84106

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Miércoles 17 de Agosto del 2022

Gobierno Regional de Arequipa
 Red de Salud Apurílica Caylloma
 CSMC - M. M. TORRES
 Nancy Cornejo Bazan
 Enfermera
 CEP 84106

Firma del Experto Informante.

Anexo 8. Declaratoria de originalidad de los autores



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Declaratoria de Originalidad de los Autores

Nosotros, GARCIA CHAVEZ KARINA DANIELA, RODRIGUEZ AMAYA DANYELO estudiantes de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, declaramos bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis Completa titulada: "Nivel de estrés académico y ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022", es de nuestra autoría, por lo tanto, declaramos que la Tesis Completa:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. Hemos mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Nombres y Apellidos	Firma
DANYELO RODRIGUEZ AMAYA DNI: 72089527 ORCID: 0000-0002-4316-7084	Firmado electrónicamente por: DRODRIGUEZ66 el 23- 03-2023 19:42:26
KARINA DANIELA GARCIA CHAVEZ DNI: 71860267 ORCID: 0000-0003-0648-7238	Firmado electrónicamente por: KDGARCIA el 23-03- 2023 19:41:17

Código documento Trilce: TRI - 0538268



Anexo 9. Autorización de publicación en Repositorio Institucional



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Autorización de Publicación en Repositorio Institucional

Nosotros, GARCIA CHAVEZ KARINA DANIELA, RODRIGUEZ AMAYA DANYELO identificados con N° de Documentos N° 71860267, 72089527 (respectivamente), estudiantes de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD y de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, autorizamos (X), no autorizamos () la divulgación y comunicación pública de nuestra Tesis: "Nivel de estrés académico y ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022".

En el Repositorio Institucional de la Universidad César Vallejo, según esta estipulado en el Decreto Legislativo 822, Ley sobre Derecho de Autor, Art. 23 y Art. 33.

Fundamentación en caso de NO autorización:

--

LIMA, 23 de Marzo del 2023

Apellidos y Nombres del Autor	Firma
GARCIA CHAVEZ KARINA DANIELA DNI: 71860267 ORCID: 0000-0003-0648-7238	Firmado electrónicamente por: KDGARCIA el 23-03- 2023 19:41:26
RODRIGUEZ AMAYA DANYELO DNI: 72089527 ORCID: 0000-0002-4316-7084	Firmado electrónicamente por: DRODRIGUEZ66 el 23- 03-2023 19:42:30

Código documento Trilce: TRI - 0538269



Anexo 10. Evidencias fotográficas







UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, FAJARDO VIZQUERRA LEYDI SUSAN, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Nivel de estrés académico y ansiedad en adolescentes de 12 a 15 años de la I.E.P. Salomón en Arequipa, 2022", cuyos autores son GARCIA CHAVEZ KARINA DANIELA, RODRIGUEZ AMAYA DANYELO, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 22.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 05 de Abril del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
FAJARDO VIZQUERRA LEYDI SUSAN DNI: 71977614 ORCID: 0000-0003-4692-0518	Firmado electrónicamente por: LFAJARDOV el 25- 04-2023 12:17:04

Código documento Trilce: TRI - 0540568