



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**Factores de riesgo que influyen de la ansiedad en estudiantes de las
instituciones educativas**

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Bachiller en Enfermería

AUTORES:

Mendieta Garcia, Milagros Karolina (orcid.org/0000-0001-9003-1932)

Valverde Yunguri, Maria Ines (orcid.org/0000-0002-4755-062X)

ASESORA:

Mgr. Collantes Zapata, Johana Vanessa (orcid.org/0000-0001-9606-9018)

LINEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud Mental

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA - PERÚ

2024

Declaratoria de autenticidad del asesor

Yo, COLLANTES ZAPATA JOHANA VANESSA, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, asesor de Trabajo de Investigación titulado: Factores de riesgo que influyen de la ansiedad en estudiantes de las Instituciones Educativas, cuyos autores son VALVERDE YUNGURI MARIA INES, MENDIETA GARCIA MILAGROS

KAROLINA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 14%, 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 el Trabajo de Investigación 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, 18 de Julio del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
COLLANTES ZAPATA JOHANA VANESSA DNI: 41006938 ORCID: 0000-0001-9606-9018	Firmado electrónicamente por: JCOLLANTES el 18- 07-2024 12:37:06

Código documento Trilce: TRI - 0820852



Declaratoria de originalidad de los autores

Nosotros, VALVERDE YUNGURI MARIA INES, MENDIETA GARCIA MILAGROS KAROLINA estudiantes de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, declaramos bajo juramento que todos los datos e información que acompañan el Trabajo de Investigación titulado: "Factores de riesgo que influyen de la ansiedad en estudiantes de las Instituciones Educativas", es de nuestra autoría, por lo tanto, declaramos que el Trabajo de Investigación:

1. No ha sido plagiado 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 publicado, ni presentado 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
MARIA INES VALVERDE YUNGURI DNI: 41282761 ORCID: 0000-0002-4755-062X	Firmado electrónicamente por: MVALVERDEYU1181 el 20-06-2024 13:03:33
MILAGROS KAROLINA MENDIETA GARCIA DNI: 72512640 ORCID: 0000-0001-9003-1932	Firmado electrónicamente por: MMENDIETAGA el 2006-2024 11:27:52

Código documento Trilce: TRI - 0766396

Índice de contenidos

Carátula.....	
Declaratoria de autenticidad del asesor	ii
Declaratoria de originalidad de los autores	iii
Índice de contenidos.....	iv
Resumen.....	v
Abstract.....	vi
I. INTRODUCCIÓN	1
II. METODOLOGÍA.....	4
III. RESULTADOS	5
IV. CONCLUSIONES	10
V. REFERENCIAS	12
ANEXOS.....	
TURNITIN	

Resumen

El presente trabajo de investigación presentó como objetivo de desarrollo sostenible la salud y bienestar, debido a que se analizará como objetivo general los factores de riesgo que influyen en el desarrollo de la ansiedad en estudiantes de las instituciones educativas, promoviendo información relevante sobre la salud mental de los escolares mediante una revisión literaria de 22 revistas científicas y tesis en inglés y español de diversas bases de datos: 1 artículo de EBSCOHost, 9 de Google Scholar, 5 de PubMed, 5 de Science Direct y 2 de Springer. Se concluye que los factores personales como la autoestima, la resiliencia y el manejo del estrés, juegan un papel crucial en el desarrollo de la ansiedad en estudiantes de instituciones educativas, ya que logran influir en la susceptibilidad de los estudiantes a experimentar ansiedad. Por otro lado, los factores sociales tales como las relaciones interpersonales, el apoyo social, la dinámica familiar y las experiencias de acoso o exclusión social desempeñan un papel significativo en la aparición y el desarrollo de la ansiedad en estudiantes de instituciones educativas. Finalmente, los factores económicos son determinantes cruciales en la manifestación de la ansiedad entre los estudiantes de instituciones educativas, ya que la situación financiera de los estudiantes y sus familias puede impactar significativamente en su bienestar psicológico y emocional.

Palabras clave: Ansiedad, factores de riesgo, estudiantes, adolescentes.

Abstract

The present research work presented health and well-being as a sustainable development objective, due to the fact that it will analyze as a general objective the risk factors that influence the development of anxiety in students of educational institutions, promoting relevant information on the mental health of schoolchildren through a literature review of 22 scientific journals and theses in English and Spanish from various databases: 1 article from EBSCOHost, 9 from Google Scholar, 5 from PubMed, 5 from Science Direct and 2 from Springer. It is concluded that personal factors such as self-esteem, resilience and stress management play a crucial role in the development of anxiety in students of educational institutions, since they manage to influence the susceptibility of students to experience anxiety. On the other hand, social factors such as interpersonal relationships, social support, family dynamics, and experiences of bullying or social exclusion play a significant role in the emergence and development of anxiety in students in educational institutions. Finally, economic factors are crucial determinants in the manifestation of anxiety among students in educational institutions, as the financial situation of students and their families can significantly impact their psychological and emotional well-being.

Keywords: Anxiety, risk factors, students, adolescents.

I. INTRODUCCIÓN

La ansiedad es un trastorno de salud mental que afecta a un gran número de personas en todo el mundo, incluidos los estudiantes de secundaria. Durante esta etapa de desarrollo, los estudiantes enfrentan diversos desafíos académicos, sociales y emocionales, lo que puede aumentar su vulnerabilidad a experimentar síntomas de ansiedad. Identificar los factores de riesgo asociados a la ansiedad en estudiantes de secundaria es crucial para comprender mejor esta problemática y brindar intervenciones efectivas.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se tiene que casi el 15% de los adolescentes experimentarán un episodio de ansiedad en algún momento durante su adolescencia. De esta manera el Centro Nacional de Salud Mental de los Estados Unidos en 2022, menciona que aproximadamente el 25% de los adolescentes experimentarán algún tipo de episodio ansioso para cuando lleguen a la edad adulta. Asimismo, centros estadísticos de Chile, en su informe brindado en el año 2021, resalta que las tasas de ansiedad varían según el género, estos datos nos hacen ver que, las adolescentes tienen aproximadamente el doble de probabilidades de experimentar depresión en comparación con los adolescentes varones. Sin embargo, es importante tener en cuenta que esto es influenciado por diversos factores como los biológicos, sociales y culturales

En la Encuesta Nacional de Hogares del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) de Perú desarrollada en el 2020, se tuvo que casi un 9.2% de adolescentes peruanos de 12 a 17 años han experimentado síntomas de ansiedad en algún momento de sus vidas. Algunos motivos de riesgo que contribuyeron a la ansiedad en adolescentes en Perú presentan la exposición a la violencia, la pobreza, el acceso limitado a servicios de salud mental, la falta de apoyo social y familiar, el consumo de sustancias y la presión académica. Por ello, se establece como problema general ¿Cuáles son los factores de riesgo que influyen de la ansiedad en estudiantes de las instituciones educativas?, asimismo, dentro de los problemas específicos tenemos: ¿Cuáles son los factores de riesgos personales, sociales y económicos que influyen en el desarrollo de la ansiedad de los estudiantes de las Instituciones Educativas?

La ansiedad es una preocupación creciente en el ámbito educativo, afectando de manera significativa el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes. Diversos estudios han identificado múltiples factores de riesgo asociados con la ansiedad en estudiantes, incluyendo las presiones académicas, el entorno familiar, y las relaciones interpersonales. Por ejemplo, un estudio realizado por Salmela-Aro et al. (2021) encontró que las expectativas académicas elevadas y la carga de trabajo excesiva están fuertemente correlacionadas con niveles más altos de ansiedad en estudiantes de secundaria. Asimismo, la investigación de Borjalilu et al. (2022) señala que el apoyo familiar insuficiente y los conflictos en el hogar pueden exacerbar los síntomas de ansiedad. Por otro lado, Twenge y Campbell (2023) resalta el efecto de utilizar excesivamente las redes sociales en el aumento de la ansiedad entre adolescentes, debido a la presión por la comparación social y la constante conectividad.

Por lo tanto, se formula la siguiente pregunta: ¿Cuáles son los factores de riesgo que influyen en la ansiedad en estudiantes de las Instituciones Educativas? A su vez, como preguntas específicas se tiene: ¿Cuáles son los factores de riesgos personales que influyen en el desarrollo de la ansiedad de los estudiantes de las Instituciones Educativas? ¿Cuáles son los factores de riesgos sociales que influyen en el desarrollo de la ansiedad de los estudiantes de las Instituciones Educativas? ¿Cuáles son los factores de riesgos económicos que influyen en el desarrollo de la ansiedad de los estudiantes de las Instituciones Educativas?

Como podemos notar, el tema de este estudio es de gran relevancia, ya que, las cifras que se han tenido estos últimos años respecto a la ansiedad en los estudiantes de diversas instituciones educativas durante los últimos 5 años son realmente alarmante, por ello se plantea como objetivo principal identificar los factores de riesgo que influyen en la ansiedad en estudiantes de las Instituciones Educativas, de tal manera, como objetivos específicos tenemos: identificar los factores de riesgos personales, sociales y económicos que influyen en el desarrollo de la ansiedad de los estudiantes de las Instituciones Educativas.

Como objetivo de desarrollo sostenible la investigación plantea la Salud y Bienestar, debido a que se expresa un deber al momento de recopilar información

relevante con la meta de cuidar la salud de la población, en especial de los grupos más necesitados con mayor vulnerabilidad, transmitiendo conocimientos sobre los factores de riesgo que influyen en la ansiedad en estudiantes de las Instituciones Educativas.

El presente artículo se centra en analizar los diversos factores de riesgo, que pueden influir en la aparición y el desarrollo de la ansiedad en los estudiantes. Al proporcionar una comprensión más profunda de estos factores, se puede ayudar a las instituciones educativas a implementar programas y políticas que promuevan un entorno escolar más saludable y de apoyo, contribuyendo así a la mejora del bienestar general y el éxito académico de los estudiantes.

II. METODOLOGÍA

El presente artículo, es una revisión literaria sobre los factores de riesgo de la ansiedad en estudiantes de las instituciones educativa, donde se analizó toda la evidencia de diversas fuentes respecto al tema elegido para este trabajo, y que respondió a la pregunta de investigación planteada.

El estudio se enmarca en una revisión literaria, donde se establecieron criterios de selección para la inclusión de los artículos revisados. Estos criterios incluyen que los documentos revisados tengan una fecha de publicación comprendida entre 2020 y el presente año, 2024. Además, se utilizaron palabras clave y algoritmos de búsqueda para garantizar la precisión de los resultados. Las palabras clave utilizadas fueron "factores", "ansiedad", "factores de riesgo" y "estudiantes". Asimismo, se excluyen los artículos o publicaciones que sólo presentan un acceso parcial a su contenido.

Para la recolección de datos, los artículos fueron extraídos de los siguientes buscadores y bases de datos: 1 artículo de EBSCOHost, 9 investigaciones de Google Scholar, 5 publicaciones en PubMed, 5 estudios de ScienceDirect, y 2 publicaciones de Springer. Durante el proceso de selección, se tuvo en cuenta el idioma, el tipo de investigación y diseño, así como las técnicas y procedimientos utilizados para obtener resultados verídicos en relación con los objetivos planteados inicialmente. Se consultaron fuentes, como revistas científicas y repositorios universitarios, para obtener diversos artículos y tesis actuales.

Finalmente, en cuanto a las consideraciones éticas, se garantizó la integridad científica de la investigación usando bases de datos confiables, que permitan obtener documentos con información verídica. Asimismo, se utilizó la herramienta antiplagio Turnitin, con la finalidad de verificar que la redacción realizada en este trabajo fue de autoría propia. Finalmente, se garantizó el uso apropiado de la norma Vancouver durante el desarrollo del análisis de los documentos seleccionados.

III. RESULTADOS

La ansiedad es un trastorno emocional que afecta a muchas personas en todo el mundo, incluidos los estudiantes de instituciones educativas, ya que hace referencia a emociones negativas, sentimientos de preocupación y nerviosismo por el desempeño de uno en una situación específica que conducen a un mal resultado y, en general, a la falta de voluntad para participar en actividades de aprendizaje (1-2). Estos estudiantes a menudo enfrentan desafíos y presiones que pueden contribuir al desarrollo de la ansiedad, ya que a menudo expresan sentimientos de estrés o nerviosismo y afirman tener un "bloqueo mental" en las instituciones educativas, que además de las características específicas del contexto de aprendizaje, también podría atribuirse a rasgos generales de la personalidad. como la tranquilidad, la timidez y la reticencia (3). Los altos niveles de ansiedad impiden que los estudiantes se desempeñen al máximo de sus capacidades. Un sentimiento de preocupación, tensión o temor relacionado con situaciones o tareas académicas, como exámenes, tareas, la materia en sí, presiones sociales que experimentan los estudiantes para completar el trabajo escolar, o inquietud con la idea de estudiar o trabajar en grupo en un salón de clases (4). Comprender los factores de riesgo asociados con la ansiedad en este grupo es fundamental para implementar estrategias de prevención y apoyo adecuadas. Por esta razón, en la presente revisión literaria se analiza los factores de riesgo de la ansiedad en estudiantes de instituciones educativas.

Como primer factor, se tienen los factores personales, los cuales juegan un papel importante en la ansiedad experimentada por los estudiantes, estos factores pueden variar de un estudiante a otro, pero pueden influir en la predisposición de un individuo a desarrollar ansiedad (5). Es importante reconocer que estos factores personales no determinan por completo la ansiedad en los estudiantes, pero pueden aumentar su vulnerabilidad (6,7).

La ansiedad afecta de manera muy diferente según la edad, el género y el nivel de grado de estudios entre los estudiantes, donde una disminución de la ansiedad genera como resultado un aumento en el rendimiento académico y el bienestar general de los estudiantes. Por ello, resulta en beneficios una intervención que incluya la implicación de la comunidad educativa (es decir, docentes e instituciones) con el asesoramiento de

psicólogos para que cualquier caso de ansiedad pueda ser detectado, derivado e intervenido a tiempo, junto con la participación de los padres, resultado necesarios porque los adolescentes crecen en familias (8).

Por otro lado, se tiene el nivel de autoestima, que se conceptualizó como la forma en que los individuos se evalúan y perciben a sí mismos, que cambia con el tiempo en lugar de ser estática. Por ejemplo, la autoestima puede crecer desde la adolescencia temprana hasta la edad adulta. En general, se acepta que una alta autoestima puede proteger a las personas de las consecuencias dañinas de experiencias negativas como el fracaso. Las personas con alta autoestima se esfuerzan por superar las dificultades, mientras que las que tienen baja autoestima tienden a evitar tareas desafiantes (9). En particular, los alumnos de poca autoestima poseen mayores cantidades de hormonas del estrés que responden a sucesos complicados y tenían más probabilidades de padecer emociones negativas y problemáticas referidas al estado de salud mental. La baja autoestima además genera impactos negativos al compromiso y rendimiento académico, junto con la felicidad de cada alumno (10).

La calidad del sueño es otro de esos indicadores y los adolescentes pueden informar fácilmente sobre la calidad subjetiva del sueño. La duración del sueño predice el trastorno de ansiedad en adolescentes, donde se fomentará el uso de la calidad subjetiva del sueño como indicador de ansiedad en adolescentes en entornos clínicos (11).

En ese sentido, es fundamental que las instituciones educativas proporcionen apoyo adecuado y recursos de intervención para apoyar a los estudiantes a generar habilidades que sirvan para afrontar y mejorar su autoestima, además de proporcionar un entorno seguro y de apoyo emocional (12). Los estudiantes que han presentado experiencias traumáticas son los que desarrollan una mayor afición a sufrir de ansiedad, es por ello que, la colaboración entre los docentes, los consejeros escolares y los padres puede ser crucial para identificar y abordar dichos factores personales de la ansiedad en los estudiantes (11).

En segundo lugar, se tienen los factores sociales, que desempeñan un papel significativo en la ansiedad experimentada, el entorno social en el que se encuentran los

estudiantes puede influir en su bienestar emocional y su nivel de ansiedad. El impacto de la ansiedad social es generalizado y afecta el funcionamiento en diversos ámbitos de la vida y reduce el estado de ánimo y el bienestar general. Por ejemplo, las personas que experimentan ansiedad social presentan mayores posibilidades de convertirse en víctimas de acoso y corren un mayor riesgo de abandonar la escuela prematuramente y con peores calificaciones (12).

Por otro lado, en el actual entorno académico altamente competitivo, el desempeño de los estudiantes se ve afectado en gran medida por varios factores, como las redes sociales, la calidad académica, los vínculos familiares y sociales, etc., donde los estudiantes experimentan continuamente presión de diferentes fuentes durante la vida académica, lo que en última instancia causa estrés entre los estudiantes. En muchos entornos educativos, los estudiantes enfrentan una intensa presión académica y una competencia constante por obtener calificaciones altas, lo que puede generar ansiedad relacionada con el rendimiento, el miedo al fracaso y la necesidad de cumplir con expectativas elevadas (13).

De esta manera, se puede notar que, los estudiantes a menudo se comparan con sus compañeros en términos de logros académicos, habilidades deportivas, apariencia física y otros aspectos. La ansiedad logra afectar el rendimiento académico de varias maneras. Los jóvenes que padecen de ansiedad pueden encontrar difíciles las interacciones sociales y es posible que no participen en sus cursos. Por otro lado, la relación de estos dos hechos puede reflejar el hecho de que la asistencia es obligatoria y la falta a clases se considera un aspecto educativo negativo (14).

La constante comparación social puede generar ansiedad por no sentirse a la altura de los demás o por temor a ser juzgados y rechazados, donde la falta de apoyo emocional y social en el entorno educativo puede aumentar la ansiedad en los estudiantes, asimismo, las altas expectativas académicas o la falta de apoyo emocional pueden generar estrés adicional y aumentar la probabilidad de desarrollar ansiedad, que si además se combina con otros desafíos, como las presiones de los exámenes, pone a los estudiantes en un riesgo particular en términos de salud mental (15).

Por otro lado, se tiene el ambiente familiar, el cual resulta positivo para el sano desarrollo del funcionamiento físico, psicológico y social en los adolescentes y en cada miembro de la familia en general, por lo que tener disfunción familiar provoca que el adolescente sufra de ansiedad que es trasladada a su centro educativo (16). En primer lugar, la familia es un entorno crucial para el desarrollo individual, especialmente para los estudiantes de secundaria que están experimentando cambios en su desarrollo y mayores expectativas y cargas académicas. En segundo lugar, la disfunción familiar refleja una perspectiva sistémica que considera a la familia como un todo, que es mayor que la suma de sus partes, además, es susceptible de intervención y puede ser detectada tempranamente e influenciada por los padres. Además, la mayoría de los padres tienen una motivación inherente para tomar acciones preventivas relativas al desarrollo de sus hijos. Por todo ello, la disfunción familiar resulta un predictor de la ansiedad y de otros signos de salud mental como la depresión de los adolescentes jóvenes, que genera una función importante en su probable importancia crítica para realizar una intervención (17).

Finalmente, se tienen los factores económicos, que pueden influir en la ansiedad experimentada por los estudiantes de una Institución Educativa (18). Las dificultades económicas y las preocupaciones financieras pueden generar estrés adicional y contribuir al desarrollo de la ansiedad (19). Se ha podido notar que, un gran detonante de esto son los estudiantes que provienen de hogares con inseguridad financiera, bajos ingresos o dificultades económicas, asimismo, las preocupaciones sobre la capacidad de cubrir los gastos básicos, como alimentos, vivienda, transporte y materiales escolares, pueden generar estrés y afectar el bienestar emocional de los estudiantes (20).

Una persona que vive en un vecindario con un nivel socioeconómico bajo y un apoyo social bajo tenga peores resultados de salud que alguien de un entorno mejor. Por ello, los factores económicos en el contexto de estudio actual, influyen en la salud mental de los estudiantes. Los factores sociodemográficos más comunes discutidos en la literatura son la edad del estudiante, el sexo, el lugar de residencia, la educación, la educación de los padres, los ingresos familiares, los ingresos personales, el estado civil, la frecuencia del contacto con la familia y las actividades extracurriculares, los cuales se

vinculan con los procesos de pensamiento de los estudiantes que contribuyen a su desarrollo emocional, conductual y psicológico, como buscar ayuda, leer libros, participar en actividades de voluntariado, dormir lo suficiente, mantener una dieta equilibrada y hacer ejercicio con regularidad. y practicar técnicas de relajación (21).

Por otro lado, los estudiantes que no tienen acceso a recursos educativos adicionales, como tutorías privadas o materiales de estudio costosos, pueden experimentar ansiedad por no tener las mismas oportunidades que otros compañeros que sí tienen acceso a esos recursos, ya que la falta de autoestima, un entorno socioeconómico más bajo de la familia y una elevada carga de trabajo académico son fuertes predictores de ansiedad y estrés entre los estudiantes. En algunos casos, los estudiantes pueden experimentar ansiedad relacionada con la deuda estudiantil y las preocupaciones sobre su capacidad para pagar los préstamos una vez que terminen sus estudios (22).

IV. CONCLUSIONES

Los factores de riesgo de la ansiedad en estudiantes de las instituciones educativas son diversos y pueden variar según las circunstancias individuales de cada estudiante. Sin embargo, se puede concluir que existen algunos factores comunes que pueden aumentar la probabilidad de desarrollar ansiedad entre ellos tenemos los personales, sociales y económicos, notando así que, el factor personal es que tiene una mayor influencia en que los adolescentes padezcan de ansiedad.

En primer lugar, se concluye que los factores personales juegan un papel crucial en el desarrollo de la ansiedad en estudiantes de instituciones educativas. Aspectos como la autoestima, la resiliencia, el manejo del estrés y las habilidades de afrontamiento son determinantes clave que pueden influir en la susceptibilidad de los estudiantes a experimentar ansiedad. Estudiantes con baja autoestima y habilidades limitadas para manejar el estrés son más propensos a desarrollar síntomas de ansiedad. Por otro lado, aquellos con una mayor resiliencia y estrategias efectivas de afrontamiento tienen más probabilidades de manejar mejor las presiones académicas y personales. Reconocer y abordar estos factores personales mediante programas de apoyo y orientación puede ser una estrategia efectiva para reducir la incidencia de la ansiedad y mejorar el bienestar general de los estudiantes.

Por otro lado, los factores sociales desempeñan un papel significativo en la aparición y el desarrollo de la ansiedad en estudiantes de instituciones educativas. Elementos como las relaciones interpersonales, el apoyo social, la dinámica familiar y las experiencias de acoso o exclusión social son determinantes clave que pueden influir en los niveles de ansiedad. Estudiantes que carecen de un sistema de apoyo sólido, enfrentan conflictos familiares o sufren acoso escolar son más vulnerables a desarrollar ansiedad. En contraste, aquellos que cuentan con relaciones positivas y apoyo social adecuado tienden a enfrentar mejor las presiones académicas y sociales. Es fundamental que las instituciones educativas reconozcan la importancia de estos factores sociales y promuevan un ambiente escolar inclusivo y de apoyo, implementando programas de intervención y prevención que fomenten la comunicación, el apoyo entre pares y la participación activa de las familias. Esto contribuirá a reducir la incidencia de la ansiedad y a mejorar el bienestar emocional de los estudiantes.

Finalmente, los factores económicos son determinantes cruciales en la manifestación de la ansiedad entre los estudiantes de instituciones educativas. La situación financiera de los estudiantes y sus familias puede impactar significativamente en su bienestar psicológico y emocional. Estudiantes que enfrentan dificultades económicas pueden experimentar ansiedad debido a preocupaciones relacionadas con la seguridad financiera, acceso a recursos educativos y oportunidades futuras. Es crucial que las políticas educativas y sociales consideren estos factores económicos al diseñar programas de apoyo financiero y asistencia para los estudiantes vulnerables. Proporcionar acceso equitativo a recursos educativos y oportunidades extracurriculares puede ayudar a mitigar el estrés económico y promover un entorno escolar más inclusivo y de apoyo. Al abordar estos desafíos económicos de manera efectiva, las instituciones educativas pueden contribuir significativamente a la reducción de la ansiedad y al mejoramiento del bienestar general de los estudiantes.

REFERENCIAS

1. Kim H, Kim SH, Jang SI, Park EC. Association Between Sleep Quality and Anxiety in Korean Adolescents. *J Prev Med Public Health*. 2022; 55(2): 173-181. Disponible en: <https://doi.org/10.3961%2Fjpmph.21.498>
2. Quiñones M, Arhuis W, Pérez G, Coronado J, Cjuno J. Síntomas de ansiedad, conductas agresivas y trastornos alimentarios en adolescentes del norte de Perú. *Apuntes universitarios*. 2022; 12(1): 92-107. Disponible en: <https://doi.org/10.17162/au.v11i5.917>
3. Putwain D, Stockinger K, Von der Embse N, Suldo S, Daumiller M. Test anxiety, anxiety disorders, and school-related wellbeing: Manifestations of the same or different constructs? *Journal of School Psychology*. 2021; 88: 47-67. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2021.08.001>
4. Pérez J, Jiménez L, López I. Ansiedad y depresión en adolescentes de 5to de secundaria del colegio San Martín de Porres, Arequipa 2021 [Tesis de Licenciatura]. Ica: Universidad Autónoma de Ica; 2022. Disponible en: <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/1852>
5. García D, García C. Funcionamiento familiar y ansiedad estado-rasgo en adolescentes. *Journal of neuroscience and public health*. 2021; 1(1), 19 – 26. Disponible en: <https://doi.org/10.46363/jnph.v1i1.3>
6. Prieto M, Salas J, Tierno J, Álvarez L, González H, Castro R. Social anxiety and academic performance during COVID-19 in schoolchildren. *PLoS One*. 2023; 18(1): e0280194. Disponible en: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280194>
7. Terrones M. Funcionamiento familiar y felicidad en estudiantes de secundaria de un colegio adventista de Trujillo [Tesis de Licenciatura]. Trujillo: Universidad Privada Antenor Orrego; 2021. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12759/7213>

8. Pampamallco M, Matalinares M. Ansiedad según género, edad y grado de estudios en adolescentes de San Martín de Porres, Lima. *SociaLium*. 2022; 6(1): 48-64. Disponible en: <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2022.6.1.1106>
9. Peñate W, González M, Yandle C. The Predictive Role of Affectivity, Self-Esteem and Social Support in Depression and Anxiety in Children and Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020; 17(19):6984. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/ijerph17196984>
10. Liu Q, Jiang M, Li S, Yang Y. Social support, resilience, and self-esteem protect against common mental health problems in early adolescence. *Medicine*. 2021; 100(4): e24334. Disponible en: <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000024334>
11. Damayanti ME, Listyani L. An analysis of students' speaking anxiety in academic speaking class. *ELTR Journal* 2020; 4(2): 152-170. Disponible en: <https://doi.org/10.37147/eltr.v4i2.70>
12. Tanrikulu G, Mouratidis A. Life aspirations, school engagement, social anxiety, social media use and fear of missing out among adolescents. *Curr Psychol*. 2023; 42, 28689–28699. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03917-y>
13. Al-Tameemi R, Johnson C, Gitay R, Abdel-Salam A, Al Hazaa K, BenSaid A, et al. Determinants of poor academic performance among undergraduate students—A systematic literature review. *International Journal of Educational Research Open*. 2023; 4: 100232. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2023.100232>
14. Sacaca L, Pilco R. Habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria. *Revista de estudios psicológicos*. 2022; 2(4): 109-120. Disponible en: <https://doi.org/10.35622/j.rep.2022.04.009>
15. Fredrick J, Luebbe M. Prospective Associations Between Fears of Negative Evaluation, Fears of Positive Evaluation, and Social Anxiety Symptoms in Adolescence. *Child Psychiatry & Human Development*. 2024; 55, 195–205. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s10578-022-01396-7>

16. Huarcaya A. Funcionamiento familiar y ansiedad social en estudiantes de secundaria de dos Instituciones Educativas de San Juan de Miraflores, 2021 [Tesis de Licenciatura]. Lima: Universidad Autónoma del Perú; 2023. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/58501>
17. Wang Y, Tian L, Guo L, Scott E. Family dysfunction and Adolescents' anxiety and depression: A multiple mediation model. *Journal of Applied Developmental Psychology*. 2020; 66: 101090. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2019.101090>
18. Cotaquispe S. Factores asociados a la ansiedad en estudiantes de 1ro-5to de secundaria en una institución educativa de villa el salvador durante el covid-19, 2021 [Tesis de Licenciatura]. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal; 2021. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13084/5176>
19. Islam S, Rahman E, Moonajilin S. Prevalence of depression, anxiety and associated factors among school going adolescents in Bangladesh: Findings from a cross-sectional study. *PlosOne*. 2021; 16(4): e0247898. Disponible en: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0247898>
20. Lee H, Kim I. Adverse childhood experiences and the associations with depression and anxiety in adolescents. *Children and Youth Services Review*. 2020; 111: 104850. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.104850>
21. Arusha A, Biswas R. Prevalence of stress, anxiety and depression due to examination in Bangladeshi youths: A pilot study. *Children and Youth Services Review*. 2020; 116: 105254. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105254>
22. Crandon T, Scott J, Charlson F, Thomas H. A social–ecological perspective on climate anxiety in children and adolescents. *Nat. Clim. Chang*. 2022; 12, 123–131. Disponible en: <https://doi.org/10.1038/s41558-021-01251-y>

ANEXOS

Anexo 1: Base de datos de las publicaciones consultadas

AUTOR	AÑO	TÍTULO	REVISTA	BASE DE DATOS	APORTE	URL
Kim H, Kim SH, Jang SI, Park EC.	2022	Association Between Sleep Quality and Anxiety in Korean Adolescents.	Journal of Preventive Medicine and Public Health	PubMed	Identificamos una relación entre la calidad del sueño y la ansiedad en adolescentes coreanos. Esta asociación fue consistente independientemente de la duración del sueño. Se deben realizar más investigaciones con un diseño prospectivo y el uso de medidas objetivas para evaluar la calidad del sueño para validar estos hallazgos.	https://doi.org/10.3961%2Fjpmph.21.498
Quiñones M, Arhuis W, Pérez G, Coronado J, Cjuno J.	2022	Síntomas de ansiedad, conductas agresivas y trastornos alimentarios en adolescentes del norte de Perú.	Apuntes universitarios	EBSCO Host	Se concluye que los síntomas de ansiedad y conductas agresivas representaron un riesgo para padecer con trastornos de conducta alimentaria principalmente en el sexo femenino. Resulta importante que las autoridades del Ministerio de Salud del Perú promuevan un plan de intervención en salud mental en adolescentes para reducir los trastornos de conducta alimentaria como obesidad, sobrepeso y otros.	https://doi.org/10.17162/au.v11i5.917
Putwain D, Stockinger K, Von der Embse N, Suldo S, Daumiller M.	2021	Test anxiety, anxiety disorders, and school-related wellbeing: Manifestations of the same or different constructs?	Journal of School Psychology	Science Direct	La ansiedad ante los exámenes era distinta, más que una manifestación, del trastorno de ansiedad generalizada y del trastorno de pánico. Al utilizar la ansiedad ante los exámenes como un indicador adicional de psicopatología al del trastorno de ansiedad generalizada y al trastorno de pánico.	https://doi.org/10.1016/j.jsp.2021.08.01

Pérez J, Jiménez L, López I.	2022	Ansiedad y depresión en adolescentes de 5to de secundaria del colegio San Martín de Porres, Arequipa 2021.	Repositorio Institucional de la Universidad Autónoma de Ica	Google Scholar	Existe una relación favorable de grado moderado entre las dos variables que es ansiedad y depresión en los adolescentes de 5to de secundaria del colegio San Martín de Porres.	http://repositorio.autonomaadeica.edu.pe/handle/autonomaadeica/1852
García D, García C.	2021	Funcionamiento familiar y ansiedad estado-rasgo en adolescentes	Journal of Neuroscience and Public Health	Google Scholar	La insatisfacción devenida por extremos en la cohesión, así como por estilos inflexibles o extremadamente flexibles y por una comunicación deficiente entre los integrantes de la familia, generan en estos últimos problemas de ansiedad, de corta o larga data. Se concluye, por tanto, que hay evidencia de una relación negativa de intensidad leve estadísticamente significativa entre funcionamiento familiar y ansiedad estado-rasgo.	https://doi.org/10.46363/jnph.v1i1.3
Prieto M, Salas J, Tierno J, Álvarez L, González H, Castro R.	2023	Social anxiety and academic performance during COVID-19 in schoolchildren.	PlusOne	PubMed	Los escolares que presentaron ansiedad social muy baja y baja mejoraron sus notas, mientras que los que presentaron ansiedad social alta las empeoraron. En conclusión, tener una ansiedad social baja, notas más bajas antes de la pandemia y notas más altas después, hace que los niños perciban una mejora en su rendimiento académico durante la pandemia.	https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280194
Terrones M.	2021	Funcionamiento familiar y felicidad en estudiantes de secundaria de un colegio adventista de Trujillo.	Repositorio de la Universidad Privada Antenor Orrego	Google Scholar	Se evidencia una correlación altamente significativa y directa ($p < .01$) entre cohesión y sentido positivo de la vida, satisfacción con la vida, realización personal y alegría de vivir. Se evidencia una correlación altamente significativa y directa ($p < .01$) entre las dimensiones de funcionamiento familiar y felicidad.	https://hdl.handle.net/20.500.12759/7213

Pampamallco M, Matalinareas M.	2022	Ansiedad según género, edad y grado de estudios en adolescentes de San Martín de Porres, Lima	SociaLium	Google Scholar	Los trastornos de ansiedad se presentan como un problema de salud mental de alta tasa de frecuencia en la población adolescente.	https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2022.6.1.1106
Peñate W, González M, Oyanadel C.	2020	The Predictive Role of Affectivity, Self-Esteem and Social Support in Depression and Anxiety in Children and Adolescents.	International Journal of Environmental Research and Public Health	PubMed	Los niveles de depresión y ansiedad en una muestra de adolescentes se predijeron mejor por la afectividad (es decir, afecto positivo en la depresión y afecto negativo en la ansiedad). El apoyo social (es decir, de familiares y amigos) parecía desempeñar un papel contextual-situacional en la predicción de esos problemas emocionales. La autoestima exhibió una relación recíproca con la depresión y la ansiedad.	https://doi.org/10.3390/ijerph17196984
Liu Q, Jiang M, Li S, Yang Y.	2021	Social support, resilience, and self-esteem protect against common mental health problems in early adolescence.	Medicine	PubMed	La autoestima y los problemas comunes de salud mental se afectan mutuamente negativamente, mientras que la autoestima y la resiliencia interactúan positivamente. El apoyo social es un factor protector para todos los indicadores de salud. Los hallazgos pueden proporcionar a los profesionales un buen marco conceptual en el que se deben considerar los efectos mutuos y los factores centrales que pueden cambiarse fácilmente para promover la salud mental de los adolescentes.	https://doi.org/10.1097/M.D.00000000000024334
Damayanti ME, Listyani L.	2020	An analysis of students' speaking anxiety in academic speaking class.	ELTR Journal	Google Scholar	Los hallazgos mostraron que la ansiedad de los estudiantes en la clase de lengua extranjera fue causada por tres factores principales de ansiedad. Fue el factor de aprensión a la comunicación, el factor de ansiedad ante los exámenes, el factor de miedo a la evaluación negativa.	https://doi.org/10.37147/eltr.v4i2.70
Tanrikulu G, Mouratidis A.	2023	Life aspirations, school engagement, social anxiety, social media	Current Psychology	Springer	Los objetivos extrínsecos de alcanzar popularidad, llamar la atención y transmitir una imagen positiva de uno mismo a los demás se relacionaban con el miedo a perderse algo, lo que a su vez se relacionaba con calificaciones más bajas mediante	https://doi.org/10.1007/s12144-022-03917-y

		use and fear of missing out among adolescents.			distracciones dentro y fuera de clase. interferencia del estudio. En conjunto, los resultados actuales sugieren que los objetivos que los adolescentes intentan alcanzar a través del uso de las redes sociales pueden explicar por qué el miedo a perderse algo podría ser más prevalente en ese grupo de edad.	
Al-Tameemi R, Johnson C, Gitay R, Abdel-Salam A, Al Hazaa K, BenSaid A, et al.	2023	Determinants of poor academic performance among undergraduate students—A systematic literature review.	International Journal of Educational Research Open	Science Direct	Esta revisión tiene múltiples implicaciones de investigación teóricas y prácticas. En primer lugar, el estudio actual aumenta la conciencia sobre los factores que afectan el rendimiento académico de los estudiantes. Además, los formuladores de políticas y el personal de gestión universitaria también pueden aprovechar las sugerencias de esta revisión y mejorar los factores relacionados con la universidad que pueden conducir a un bajo rendimiento académico.	https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2023.100232
Sacaca L, Pilco R.	2022	Habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria.	Revista de estudios psicológicos	Google Scholar	Los resultados evidenciaron que los adolescentes de nivel secundario, pertenecientes a la Institución Educativa investigada presentan categoría baja en habilidades sociales. Esto explica que los adolescentes presentan ausencia de habilidades en entornos sociales, con dificultad para relacionarse y comunicarse con otras personas.	https://doi.org/10.35622/j.rep.2022.04.009
Fredrick J, Luebbe M.	2024	Prospective Associations Between Fears of Negative Evaluation, Fears of Positive Evaluation, and Social Anxiety Symptoms in Adolescence	Child Psychiatry & Human Development	Springer	El miedo informado por los adolescentes y los padres a una evaluación negativa, pero no el miedo a una evaluación positiva, predijo un aumento de los síntomas de ansiedad social. El informe de los adolescentes sobre los síntomas de ansiedad social predijo un mayor miedo a la evaluación positiva con el tiempo, mientras que el informe de los padres sobre los síntomas de ansiedad social predijo un mayor miedo a la evaluación negativa.	https://doi.org/10.1007/s10578-022-01396-7

Huarcaya A	2021	Funcionamiento familiar y ansiedad social en estudiantes de secundaria de dos Instituciones Educativas de San Juan de Miraflores, 2021	Repositorio de la Universidad Cesar Vallejo	Google Scholar	Se encontró que existe una relación significativa e inversa entre las dimensiones Relaciones y Desarrollo del Clima social familiar y la Ansiedad escolar, a diferencia de la dimensión Estabilidad que no tiene una relación significativa con la Ansiedad escolar.	https://hdl.handle.net/20.500.12692/58501
Wang Y, Tian L, Guo L, Scott E.	2020	Family dysfunction and Adolescents' anxiety and depression: A multiple mediation model	Journal of Applied Developmental Psychology	Science Direct	La disfunción familiar se relaciona indirectamente con la ansiedad y depresión de los adolescentes a través de la soledad. Por lo tanto, los padres pueden facilitar la salud mental de sus hijos disminuyendo su soledad, como participar adecuadamente en las actividades de sus hijos para que se sientan cuidados y satisfaciendo sus necesidades de afiliación y amor. Además, los profesionales escolares también podrían alentar a los padres a participar tanto como sea posible en la escolarización de sus hijos, por ejemplo, ofreciendo una variedad de oportunidades para que los padres se comuniquen con la escuela y los niños.	https://doi.org/10.1016/j.appdev.2019.101090
Cotaquispe S.	2021	Factores asociados a la ansiedad en estudiantes de 1ro-5to de secundaria en una institución educativa de villa el salvador durante el covid-19, 2021	Repositorio de la Universidad Federico Villarreal	Google Scholar	Los factores asociados a la ansiedad durante la pandemia Covid-19 son de tipo sociodemográficos y factores vinculadores a los hábitos de vida del adolescente; precisamente, la edad, sexo, escolaridad materna y el cumplimiento estricto de las medidas de prevención del Covid-19.	https://hdl.handle.net/20.500.13084/5176
Islam S, Rahman E, Moonajilin S.	2021	Prevalence of depression, anxiety and associated factors among school going	PlosOne	PubMed	La depresión y la ansiedad eran frecuentes entre los adolescentes que iban a la escuela en Bangladesh. Los hallazgos sugieren que los datos epidemiológicos pueden orientar las decisiones a nivel de políticas con respecto a la	https://doi.org/10.1371/journal.pone.0247898

		adolescents in Bangladesh: Findings from a cross-sectional study.			evaluación, prevención e intervención de las condiciones de salud mental entre los adolescentes que van a la escuela en Bangladesh.	
Lee H, Kim I.	2020	Adverse childhood experiences and the associations with depression and anxiety in adolescents.	Children and Youth Services Review	Science Direct	Además, este estudio destaca la importancia de los enfoques preventivos para abordar los problemas de depresión y ansiedad de los adolescentes con experiencias infantiles adversas, al sugerir la necesidad de intervenciones asociadas con los síntomas de salud mental. En conjunto, estos hallazgos apuntan a la necesidad de considerar más a fondo las interrelaciones de las experiencias adversas de la infancia, las características sociodemográficas y una variedad de dificultades de salud mental.	https://doi.org/10.1016/j.chidyouth.2020.104850
Arusha A, Biswas R.	2020	Prevalence of stress, anxiety and depression due to examination in Bangladeshi youths: A pilot study	Children and Youth Services Review.	Science Direct	Los adolescentes que vivían con su familia, pasaban tiempo con sus padres, dormían lo suficiente (autoevaluado) con regularidad y consumían dietas equilibradas (autoevaluadas) tenían significativamente menos estrés, ansiedad y depresión. Un estilo de vida equilibrado con mayores vínculos sociales podría ayudar a preparar mejor a los jóvenes para reducir el estrés, la ansiedad y la depresión durante los exámenes, lo que podría ser una vía para futuros estudios de intervención.	https://doi.org/10.1016/j.chidyouth.2020.105254
Crandon T, Scott J, Charlson F, Thomas H.	2022	A social–ecological perspective on climate anxiety in children and adolescents.	Nature Climate Change	Google Scholar	Las experiencias de “ansiedad climática” se consideran una respuesta adaptativa a una amenaza real, así como una causa potencial de deterioro. Hasta la fecha, se ha prestado poca atención a cómo los niños y adolescentes pueden estar especialmente predispuestos a la ansiedad climática, a pesar de ser un grupo de edad particularmente vulnerable a los impactos del cambio climático.	https://doi.org/10.1038/s41558-021-01251-y

Anexo 2: Resumen de bases de datos seleccionadas

Bases de datos	Cantidad	Porcentaje
EBSCOHost	1	4.5%
Google Scholar	9	41.0%
PubMed	5	22.7%
ScienceDirect	5	22.7%
Springer	2	9.1%
TOTAL	22	100%

Anexo 3: Idioma de las publicaciones seleccionadas

Idioma	Cantidad	Porcentaje
Español	7	31.8%
Ingles	15	68.2%
TOTAL	22	100%

Anexo 4: Año de las bases de datos seleccionadas

Año	Cantidad	Porcentaje
2020	6	27.3%
2021	5	22.7%
2022	6	27.3%
2023	4	18.2%
2024	1	4.5%
TOTAL	22	100%