



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**PROGRAMA DE MAESTRÍA EN DOCENCIA**

**UNIVERSITARIA**

Ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”, 2021.

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE  
MAESTRA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA

**AUTOR:**

Timoteo Mauricio, Yaclin Shirley  
(ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9448-9171>)

**ASESOR:**

Dr. Mendívez Espinoza, Yván Alexander  
(ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7848-7002>)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Evaluación y aprendizaje

**PIURA - PERÚ**

**2021**

## **Dedicatoria**

Dedicado a Dios por estar presente en cada paso de mi vida, a mis hijos Harry y James motor - motivo de mi constancia por superarme día a día, a mi familia por haber sido mi apoyo a lo largo de estos dos años y de mi vida. A todas las personas especiales que me acompañaron en esta etapa, aportando a mi formación tanto profesional y como ser humano.

## **Agradecimiento**

Un agradecimiento especial a mi tutor de tesis el Dr. Yván Alexander Mendívez Espinoza, por haberme guiado, en la elaboración de este trabajo y haberme brindado el apoyo para desarrollarme profesionalmente y seguir cultivando mis valores.

A la Universidad César Vallejo, por haberme brindado la oportunidad de enriquecer mi conocimiento y a los directivos del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”, por permitirme realizar mi investigación.

## Índice de contenidos

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Resumen	vi
Abstract	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	6
III. METODOLOGÍA	17
3.1. Tipo y diseño de investigación	17
3.2. Variables y operacionalización	18
3.3. Población, muestra y muestreo	19
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	20
3.5. Procedimientos	21
3.6. Método de análisis de datos	22
3.7. Aspectos éticos	22
IV. RESULTADOS	23
V. DISCUSIÓN	30
VI. CONCLUSIONES	37
VII. RECOMENDACIONES	38
REFERENCIAS	39
ANEXOS	29

## Índice de tablas

Tabla 1	Estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”, según Programa de Estudios, año 2021.....	19
Tabla 2	Nivel de ansiedad asociada al COVID-19 en Estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.....	22
Tabla 3	Nivel de estrés académico en Estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.....	23
Tabla 4	Prueba de Kolmogorov-Smirnov en Estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.....	24
Tabla 5	Relación entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en Estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.....	25
Tabla 6	Relación entre ansiedad asociada al COVID-19 y estímulos estresores en Estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.....	26
Tabla 7	Relación entre ansiedad asociada al COVID-19 y síntomas en Estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.....	27
Tabla 9	Relación entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrategias de afrontamiento en Estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.....	28

## Resumen

Estudio aplicado, de diseño transversal, descriptivo, correlacional asociativo, tuvo como objetivo general determinar la relación entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA". Mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia se eligieron 125 participantes quienes fueron evaluados con dos instrumentos, los cuales se sometieron al criterio de cuatro expertos que aprobaron su contenido; además, alcanzaron una adecuada confiabilidad por alfa de Cronbach. Los resultados indican que existe una relación directa, grande y estadísticamente significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico ( $r = .523$ ;  $p = .000 < 0.01$ ). Así mismo, la ansiedad asociada al COVID-19 mostró una asociación directa y grande con síntomas ( $Rho = .552$ ;  $p = .000 < 0.01$ ), directa y moderada con estímulos estresores ( $Rho = .358$ ;  $p = .000 < 0.01$ ), y directa y pequeña con estrategias de afrontamiento ( $r = .213$ ;  $p = .017 < 0.05$ ); todos los correlatos fueron significativos estadísticamente.

**Palabras clave:** Ansiedad asociada al COVID-19, estrés académico, educación superior.

## Abstract

Applied study, cross-sectional, descriptive, associative correlational design, general objective was to determine the relationship between anxiety associated with COVID-19 and academic stress in students of the Public Technological Higher Education Institute "AYABACA". Through a non-probabilistic convenience sampling, 125 participants were chosen who were evaluated with two instruments, which were subjected to the criteria of four experts who approved their content; in addition, they achieved adequate reliability by Cronbach's alpha. The results indicate that there is a direct, large and statistically significant relationship between anxiety associated with COVID-19 and academic stress ( $r = .523$ ;  $p = .000 < 0.01$ ). Likewise, anxiety associated with COVID-19 showed a direct and large association with symptoms ( $Rho = .552$ ;  $p = .000 < 0.01$ ), direct and moderate with stressful stimuli ( $Rho = .358$ ;  $p = .000 < 0.01$ ), and direct and small with coping strategies ( $r = .213$ ;  $p = .017 < 0.05$ ); all correlates were statistically significant.

**Keywords:** Anxiety associated with COVID-19, academic stress, higher education.

## I. INTRODUCCIÓN

La pandemia causada por el brote del nuevo coronavirus, a finales del 2019, se propagó con mucha rapidez, ocasionando graves problemas de contagio y afectación en la salud física y mental a lo largo del planeta (Ramos, 2020). Una investigación efectuada en China en la fase inicial del brote, halló que el 53.8% de encuestados consideró como moderado o severo el impacto psicológico de la pandemia, expresado con sintomatología depresiva y ansiosa (Wang et al., 2020).

El estrés en los estudiantes es adaptativo, sistémico y principalmente psicológico (Toribio y Franco, 2016), presentándose con mayor incidencia en la educación superior ya que en esta etapa los estudiantes tienen múltiples actividades ocasionándoles efectos secundarios en lo fisiológico, motor y cognitivo, lo que se refleja en deserción, bajo rendimiento y desinterés por las actividades académicas (Sánchez-Villena, 2018).

En Tailandia el estudio realizado a 6.771 estudiantes sobre los problemas de salud mental que presentan a causa del COVID-19, determinó que 7 de cada 10 niños y jóvenes, consideran que la pandemia ha provocado problemas de ansiedad, preocupación y estrés. Asimismo, el 50% de los encuestados manifestaron sentirse preocupados por las tareas escolares, su proyecto de vida y los exámenes, y el 7% refiere ser víctima de violencia doméstica (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO], 2020).

En México el estudio realizado por la UNAM demuestra que el 60 % de universitarios mexicanos padecen de estrés a consecuencia de los estudios (IberoPuebla, 2019).

En Perú una investigación presentada por la Universidad Católica del Perú durante el 2018 refiere que el 80 % de peruanos sufren de estrés (La República, 2018). En este sentido, el MINSA, sobre el estrés académico afirma que de toda la población universitaria el 30% es afectada por este problema como consecuencia de la presión académica (RPP Noticias, 2018).

Asimismo, el ámbito educativo fue uno de los más golpeados por el nuevo coronavirus, pues las normas impuestas para contener la propagación del virus impedían la asistencia a clases de manera presencial (Vivanco-Vidal et al., 2020).

El 14 de marzo del 2020, se decretó el estado de emergencia sanitaria y desde esa fecha se adoptaron distintas medidas para frenar la veloz ola de contagios por Covid-19. Consecuentemente, el Ministerio de Educación del Perú (MINEDU) decretó el cierre de los cursos presenciales y exhortó a los centros educativos a proporcionar su formación de manera virtual (Mendigutxia, 2020).

Las principales dificultades halladas en la implementación de la educación remota son los problemas con la conexión y la falta de experiencia en las plataformas digitales por parte de los docentes y alumnos (Mendigutxia, 2020). Ello causa que los estudiantes del nivel superior muestren desmotivación, bajo rendimiento académico y aumento de episodios de ansiedad y estrés (González Velázquez, 2020).

Como puede observarse, en este escenario pandémico, los estudiantes del nivel superior pueden presentar ansiedad dada la incertidumbre en la economía del país y el mercado laboral al que postulan; en tanto que el estrés puede aparecer por la cancelación de eventos académicos como las graduaciones, los intercambios estudiantiles, ceremonias de titulación y otros programas de interés educativo (Sigüenza y Vílchez, 2021).

En este sentido, diversas investigaciones identificaron la prevalencia de la ansiedad asociada al Covid-19 y estrés, empero, pocos atendieron la conexión que puede existir entre ambos. Por ello, esta investigación teoriza que ambas variables contienen una relación significativa. La ansiedad relacionada a la Covid-19 puede producir una serie de sintomatología psicósomática que impida que los alumnos se desenvuelvan de forma eficaz en sus clases, pues se ha evidenciado que la ansiedad repercute en el logro o fracaso de las actividades que realiza un sujeto (Sigüenza y Vílchez, 2021). Es decir, que, a mayor ansiedad, puede haber un menor rendimiento (Celis et al., 2001): incumplimiento de tareas, poca participación en clases, ausentismo, etc., lo que llevaría a experimentar estrés debido a la sobrecarga académica y las demandas a las que el alumno debe enfrentarse y puede considerarse no apto para afrontarlas.

Por lo tanto, la vida educativa superior actual no solo muestra a los estudiantes retos académicos, sino establece un escenario de incertidumbre referido a la

continuidad de las clases, la adaptación a un entorno virtual, la aplicación de lo aprendido en escenarios presenciales como laboratorios, la prolongación de la educación remota, etc. Sumado a ello, está el miedo al contagio, la pérdida de personas cercanas, la inestabilidad económica, entre otras causas que repercuten negativamente en su bienestar. En el Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”, los estudiantes refieren sentirse cansados y sin ganas de estudiar debido al implemento de la modalidad educativa remota, puesto que la mayor parte de ellos, no conocían el uso de herramientas digitales o no contaban con los medios digitales (laptops o computadoras) necesarios para su aprendizaje. Además, se sienten preocupados por la falta de dinero, por no poder adquirir las herramientas necesarias para su aprendizaje, el despido laboral de los miembros de familia, incertidumbre respecto a la continuidad académica, acumulación de tareas debido a que no pueden concentrarse en sus clases. Conjuntamente, experimentaban miedo al contagio de Covid-19 y desesperación por el aislamiento social. Después de lo expuesto se formuló la siguiente incógnita: ¿Qué relación existe entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”?

Del problema general se desprendieron los siguientes problemas específicos: ¿Qué relación existe entre ansiedad asociada al COVID-19 y estímulos estresores en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”?, ¿Qué relación existe entre ansiedad asociada al COVID-19 y síntomas en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”? y ¿Qué relación existe entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrategias de afrontamiento en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”?

Este estudio se justifica porque contiene importancia social, dado que responde a una problemática actual que sucede en los estudiantes de educación superior afectados por las medidas preventivas que persiguen detener el contagio, quienes se verán beneficiados con la implementación de estrategias educativas a partir de los resultados obtenidos con la finalidad de disminuir los problemas de estrés. Igualmente, se justifica teóricamente porque científicamente el desarrollo de la investigación se realizó bajo la guía del fundamento teórico de Lee (2020) para el

estudio de la variable Ansiedad asociada al COVID-19 y el modelo de Barraza (2007) para la variable estrés, permitiendo identificar el nivel de relación entre las variables y profundizar el estudio sobre su comportamiento ante una determinada realidad problemática. El aspecto metodológico radica en que se exponen dos cuestionarios validados y confiables, que pueden ser empleados por otros estudios, en estudiantes de educación superior. En el aporte práctico, dilucidar el vínculo entre la ansiedad asociada al Covid-19 y el estrés, posibilitará el diseño y aplicación de estrategias orientadas a desarrollar las habilidades de los alumnos para descender el impacto negativo sobre sus niveles de estrés.

Consecuentemente, se planteó como objetivo general: Determinar la relación entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA". De igual forma se plantearon como objetivos específicos: Determinar la relación entre ansiedad asociada al COVID-19 y estímulos estresores en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA", determinar la relación entre ansiedad asociada al COVID-19 y síntomas en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA" y determinar la relación entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrategias de afrontamiento en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA".

Por último, la hipótesis general propone que  $H_i$ : Existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA" o  $H_0$ : No existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA". Como hipótesis específicas:  $H_{i1}$ : Existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estímulos estresores en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA" o  $H_{01}$ : No existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estímulos estresores en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA".  $H_{i2}$ : Existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y síntomas en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA" o  $H_{02}$ : No existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y

síntomas en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.  $H_{13}$ : Existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrategias de afrontamiento en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA” o  $H_{03}$ : No existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrategias de afrontamiento en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.

## II. MARCO TEÓRICO

En el proceso de indagación bibliográfica, se identificaron algunos antecedentes relacionados a las variables de estudio. De esta forma, en el contexto internacional, se encontró el estudio de González-Jaimes et al. (2021) quienes tuvieron como propósito analizar los niveles de ansiedad, depresión, estrés y percepción del estado de salud en 644 universitarios entre 18 y 43 años ( $M = 21.95$  años) en México. Del total de participantes, el 34.5% además de ser estudiantes, laboraban. Los resultados identificaron en 31.82% sintomatología moderada y severa de estrés, 5.9% psicósomáticos, 36.3% problemas para dormir, 9.5% disfunción social y 4.9% depresivos; en los universitarios de menor edad se identificó ansiedad en un 40.3%, con mayores porcentajes en los varones. En cuanto a la ansiedad moderada a severa, en los hombres se identificaron puntajes superiores a los de las mujeres (57.1 vs 42.9,  $p < .01$ ). Empero, las puntuaciones más altas de sintomatología psicósomática, insomnio, depresión, disfunción social y estrés, lo obtuvieron las mujeres.

Igualmente, la investigación de Wang y Zhao (2020) analizó la ansiedad de estudiantes de una universidad en China luego del brote de coronavirus antes del inicio del trimestre de estudios. Los participantes fueron 3611 estudiantes con edades que oscilaban entre 18 y 24 años de toda China, quienes fueron evaluados con la escala de ansiedad SAS. Como resultados hallaron que la puntuación media de SAS fue 40.53, siendo significativamente alta. El análisis comparativo a través de la prueba  $t$  de dos muestras indicó que entre varones y mujeres existen diferencias estadísticamente significativas ( $p \leq .001$ ), donde las mujeres mostraron mayores niveles de ansiedad; sin embargo, esta diferencia no se dio entre los estudiantes de artes y ciencias ( $p = 0,05$ ). Por ello, los autores concluyeron que los universitarios chinos mostraron niveles altos de ansiedad por covid-19.

Así mismo, se encuentra el estudio de Till et al. (2020) que tuvo como propósito registrar el estrés y la ansiedad en universitarios estadounidenses durante la pandemia por Covid-19. Trabajaron con 707 universitarios entre 18 y 22 años (Media = 20.0 años). Los estudiantes fueron encuestados en los meses de abril y julio. Sus resultados mostraron que los universitarios, en promedio, exponían estrés y ansiedad, especialmente en el nivel de abril (donde el nivel fue más alto). Así

mismo, en el análisis cualitativo de los datos identificaron aspectos educativos, económicos y ambientales que afectaban el bienestar de los estudiantes. Concluyendo así que, los centros educativos deben considerar el estrés y la ansiedad como consecuencias negativas para los universitarios durante la pandemia.

También se identificó la investigación de Trunce et al. (2020), quienes se plantearon como propósito determinar de algunas variables psicológicas y su asociación con el rendimiento académico. La muestra estuvo conformada por 186 universitarios, 135 mujeres y 51 varones, con un promedio de edad de 19,07 años, que cursaban su primer año en carreras relacionadas a la salud en una universidad pública en Chile. Sus resultados señalaron que el 29% de universitarios presentaron algún trastorno relacionado a depresión, el 53,20% a ansiedad y el 47,80% a estrés. Además, ansiedad y el rendimiento académico se asociaron estadísticamente. El promedio de los estudiantes y la presencia de algún trastorno depresivo y estrés no se asociaron significativamente ( $J_i 2,179$   $p > 0,140$  y  $J_i 0,002$   $P > 0,963$ ). Empero, existe una relación significativa entre el promedio y la presencia de un trastorno de ansiedad ( $J_i 5,797$   $p < 0,016$ ).

Por su parte, Castillo et al. (2016) buscaron identificar los niveles de ansiedad y los factores estresores en universitarios de segundo año de Enfermería y Tecnología Médica, en Chile. Con un diseño transversal, descriptivo en una muestra de 154 participantes: 78 de la escuela de enfermería y 76 de la escuela de tecnología médica. Los autores identificaron una relación significativa entre la ansiedad estado y ansiedad rasgo ( $r = 0.73$  para Enfermería y  $r = 0.69$  para Tecnología Médica,  $p < 0.001$  en ambos casos), es decir, que un alumno con una elevada ansiedad rasgo percibiría un estímulo como amenazante, lo que conduciría al incremento de la ansiedad estado. Las principales fuentes estresantes fueron las relacionadas a falta de tiempo para las actividades académicas, sobrecarga y los exámenes.

Del mismo modo, Ferri (2015) indagó el grado de ansiedad y estrés académico. Mediante un estudio con diseño descriptivo, comparativo y una muestra de 155 alumnos: 76 alumnos de universidades públicas y 79 alumnos de universidades privadas, quienes fueron evaluados a través del Inventario Ansiedad Estado – Rasgo y el Inventario SISCO de Estrés Académico. Sus resultados indicaron que

las mujeres de universidades de gestión pública presentan un nivel inferior de ansiedad rasgo que las mujeres de universidades privadas. Asimismo, en estrategias de afrontamiento de estrés académico, los alumnos de universidades privadas mostraron un mayor nivel que los de universidades públicas; por su parte, las mujeres no mostraron diferencias en cuanto al estrés. No se observaron diferencias importantes en dos de las tres dimensiones del estrés, solo en estrategias de afrontamiento ( $r = .010$ ), donde los hombres de instituciones privadas tienen un nivel significativamente mayor.

En el contexto nacional se identificó el estudio de Saravia et al. (2020) que tuvo el propósito de identificar el grado de ansiedad en 57 alumnos de primer año de medicina de una universidad privada de Lima. Los resultados mostraron que 75,4% de alumnos indicaron ansiedad en algún grado. Se identificó una relación significativa estadísticamente entre ser mujer y manifestar ansiedad; además, no se identificó relación entre la edad y ansiedad. Además, se halló un correlato significativo estadísticamente entre ser mujer y presentar ansiedad ( $p = 0.045$ ). En cambio, no se halló relación estadísticamente significativa entre edad y ansiedad ( $p = 0.058$ ). Se arribó a la deducción de que los alumnos de medicina manifestaron altos niveles de ansiedad en el transcurso de esta pandemia, siendo las mujeres las que presentan mayores niveles.

Otro estudio que puede citarse es el de Vivanco-Vidal et al. (2020), quienes tuvieron como propósito identificar la asociación entre ansiedad por Covid-19 y salud mental en universitarios peruanos. La muestra estuvo constituida por 356 ( $M = 22.36$  años): 227 fueron mujeres y 129 varones. Los hallazgos mostraron que una mayor ansiedad por COVID – 19 se asocia a una disminución de la salud mental ( $\rho = -.67$ ,  $p < .01$ ). Por esto, se concluye que, a mayor ansiedad asociada al nuevo coronavirus, será menor la salud mental de los universitarios peruanos.

Del mismo modo, Ramos (2020) comparó el estrés académico entre estudiantes de pregrado y posgrado en el contexto del nuevo coronavirus. Mediante un enfoque cuantitativo, descriptivo y comparativo. Su muestra estuvo conformada por 100 estudiantes lo cuales fueron evaluados con la escala de estresores de Cabanach. En sus resultados obtuvo que los universitarios de pregrado se identificó un nivel bajo y moderado de estrés, mientras que en los alumnos de posgrado un nivel

moderado. En cuanto al análisis comparativo por dimensiones, en deficiencia metodológica del profesorado y sobrecarga académica ambos grupos de estudiantes se ubicaron en un nivel moderado, en creencias sobre rendimiento académico, carencia de contenidos y dificultad de participación, los universitarios de pregrado se ubicaron en un nivel bajo y los de posgrado en un nivel moderado. En las dimensiones intervenciones en público y clima social negativo, pregrado se ubicó en un nivel moderado y posgrado en un nivel bajo; mientras que, en exámenes, pregrado mostró un nivel moderado y posgrado bajo y moderado. Por último, la prueba de contrastación de hipótesis, mediante la U de Mann Whitney, señaló que no existen diferencias estadísticamente significativas en el estrés académico ( $p=0,398$ ) ni en sus dimensiones ( $p > .05$ ), entre los grupos de estudio.

Por último, Rojas (2020) tuvo como propósito describir el correlato entre ansiedad y estrés académico en alumnos de primer año de una escuela superior de formación artística en Ayacucho, Perú. A través de un muestreo no probabilístico censal obtuvo una muestra de 70 participantes, los cuales fueron evaluados con el inventario STAI estado – rasgo y el Inventario SISCO SV-21 de estrés académico. En lo que respecta a los resultados se observó que el 75,7% (53) estudiantes presentan una ansiedad del nivel “alto”. frente a un 85,7% (60), del nivel “severo” del estrés académico; así mismo en referencia a la ansiedad como estado, el 68,6% (48) de estudiantes presentaron un nivel “alto”; frente al 85,7% (60) del nivel “severo” del estrés académico, y finalmente la ansiedad como rasgo, nos muestra que, el 67,1% (47) pertenece al nivel “alto”; frente al 40,0% (28) del nivel “severo” del estrés académico el coeficiente de correlación expresado es ,811 y también asociación entre la ansiedad como rasgo y el estrés académico con una correlación de ,828 . Estos resultados llevan a la deducción final que existe asociación entre la ansiedad y el estrés ( $Rho = 822$ ;  $p= .000 < .01$ ), donde a mayor ansiedad será mayor el grado de estrés académico en estudiantes de primer año de educación superior.

Posterior de presentar los antecedentes de investigación, es necesario exponer los aspectos teóricos que permitan comprender el contexto actual, al respecto, Macaya et al. (2018) mencionan que un estado de bienestar psicológico se encuentra determinado por las condiciones y estilos de vida y el ambiente. Debido a esto, la

salud mental es susceptible a eventos traumáticos (Goldmann y Galea, 2014), desastres naturales, epidemias y disturbios civiles (Ettman et al., 2020).

El estudio de la ansiedad se ha desarrollado desde diferentes fundamentos teóricos encontrando la teoría de los tres sistemas de respuesta propuesta por Lang (1968) la cual es una de las conocidas en cuanto a evaluación, tratamiento y conceptualización de la ansiedad (Lawyer y Smitherman, 2004). Este modelo teórico sostiene que la ansiedad tiene sus manifestaciones mediante un sistema que presenta tres tipos de respuesta, el cognitivo, el fisiológico y el motor o conductual las cuales se han conceptualizado de la siguiente manera: Respuesta cognitiva. - de forma normal de ansiedad es expresada a través de los sentimientos de miedo, temor, amenaza o preocupación, sin embargo, la psicopatológica se manifiesta mediante acciones inminentes desproporcionadas como la amenaza magnificada y la experimentación de pánico desmedido y generalizado. Este tipo de ansiedad se manifiesta también, con respuesta de anticipación de un problema de manera catastrófica. Respuestas fisiológicas. - las cuales se encuentran vinculadas al aumento de la actividad en el sistema nervioso somático y autónomo, así como, de la activación neuroendocrina del sistema nervioso central. El aumento de estas actividades se ve reflejado en el incremento de la frecuencia cardíaca y respiratoria de la persona, la actividad tono muscular-esquelético y electrodérmica. Respuestas motoras. - las cuales se ponen de manifiesto producto del incremento de las respuestas cognitivas y fisiológicas del individuo, estas respuestas han sido divididas en directas e indirectas (Tobar & Cano, 2007). La manifestación de las respuestas directas se expresa mediante tartamudeo, temblores, tics, inquietud motora, etc.; asimismo, se pueden manifestar con una pérdida del tiempo y la presión motora, de la ejecución y aprendizaje de actividades complejas. Las respuestas indirectas es la manifestación de las conductas producidas como evitación o escape generadas por la ansiedad que no muestran un control voluntario de la personas (Martínez-Monteagudo et al., 2012).

La ansiedad-estado, según Spielberger (1972), La ansiedad es una reacción emocional y rápida que trasmite el sistema nervioso central basado en reacciones fisiológicas como sudoración, tensión muscular, sofocación, pérdida de fuerza, estas reacciones vienen acompañadas con pensamientos de preocupación

excesiva que algo malo va suceder, miedo a la muerte, miedo a los accidentes o enfermedades, excesiva preocupación por lo que va a suceder en el futuro. Todas estas manifestaciones se ven reflejadas en la conducta de cada individuo. Asimismo, cada persona experimenta diferentes niveles de ansiedad debido a las situaciones estresantes en las que está viviendo y no poner en práctica las habilidades de afrontamiento y poder canalizar los acontecimientos que generan malestar (Ries et al., 2012). Por lo tanto, se entiende que cada persona tiene diferentes razones de ansiedad ante los mismos estímulos, a unos les genera ansiedad, irritabilidad, pensamientos negativos y a otros no.

En la pandemia actual, la facilidad con la que se transmite el virus y el número creciente de personas infectadas y muertes, puede generar estados emocionales negativos que amenacen el bienestar integral (Huarcaya-Victoria, 2020). Debido al rápido contagio, se han impuesto medidas de distanciamiento social, que, aunque son imprescindibles para frenar la rápida transmisión, puede causar efectos psicológicos adversos (Saricali et al., 2020).

La vida en la educación superior y el aprendizaje en el contexto educativo tienen un papel fundamental en el desarrollo psicológico de los estudiantes (Wang y Zhao, 2020). Sin embargo, los estudiantes de educación superior constituyen una población particularmente vulnerable a problemas en la salud mental; debido a que se enfrentan a desafíos en su transición a la edad adulta (Husky et al., 2020).

El confinamiento debido a la pandemia por el nuevo coronavirus ha traído consigo no solo graves problemas de contagio sino también puede tener un impacto psicológico negativo en los jóvenes estudiantes (Wang y Zhao, 2020). En el Perú, la instauración de la educación remota ha generado dificultades tanto a los alumnos como docentes. Existe tensión por el inicio de clases presenciales, probabilidades altas de contagio, y un futuro laboral incierto (Mejía et al., 2021).

Lee (2020) expone que, en la historia de tragedias masivas, especialmente las que involucran enfermedades infecciosas, se desencadenan olas de miedo y ansiedad intensificadas, lo que conlleva a comportamientos desadaptativos y afectación del bienestar psicológico en la población en general. Observándose, en el contexto

pandémico un claro aumento de episodios de estrés y cuadros de ansiedad (Choi et al., 2020; Özdin y Özdin, 2020).

Estudios recientes identificaron que, en la pandemia actual, en alumnos de educación superior, el 70% experimentaron ansiedad severa, 2.7% ansiedad moderada y entre el 21.3% y 23.2% ansiedad leve. Además, residir en zonas urbanizadas, la seguridad económica en la familia, vivir con padres y tener soporte social actúan como factores de protección frente a la ansiedad; en tanto, tener algún familiar o conocido con diagnóstico del nuevo coronavirus y retrasarse en sus actividades académicas representaron factores de riesgo para el aumento de episodios de ansiedad (Caycho-Rodríguez et al., 2020).

En términos generales, la ansiedad es un conjunto de diferentes expresiones tanto físicas como mentales, no atribuibles a peligros reales, así mismo, se asocia con la anticipación de peligros futuros e imprevistos. Ello lleva a experimentar manifestaciones como sensación de aprensión, distorsiones en el pensamiento, reacciones fisiológicas y motoras (Sierra et al., 2003).

Así mismo, su característica más relevante es su carácter anticipatorio, es decir, su capacidad de prever al sujeto sobre peligros o amenazas, por lo que, en niveles normales, tiene un valor funcional relevante. También, su función activadora, facilita la respuesta del individuo actuando como un mecanismo biológico adaptativo para proteger ante daños potenciales. Sin embargo, como se dijo anteriormente, cuando la ansiedad sobrepasa los niveles normales en cuanto a frecuencia, duración e intensidad, o se asocia a estímulos no amenazantes provoca manifestaciones patológicas en el sujeto (Sierra et al., 2003).

Trasladado al contexto del Covid-19, para fines de este estudio, se usó la definición teórica de Lee (2020), quien define la ansiedad asociada al Covid – 19 como manifestaciones de ansiedad como consecuencia de pensar o estar expuesto a información sobre el COVID-19, expresadas en aspectos cognitivo, conductual, emocional y fisiológico. En este sentido, la ansiedad ante el COVID-19 se compone de cuatro dimensiones: cognitivo, relativo a pensamiento repetitivo, preocupación, sesgo de procesamiento, sueños, planificación; conductual, que engloba actividades disfuncionales, conductas compulsivas y evitación; emocional, que

contempla miedo e ira y; por último, fisiológico, como lo son la alteración en el sueño, malestar somático, inmovilidad tónica.

Con el incremento de los casos Covid – 19, también hubo un incremento global de personas que manifiestan miedo y ansiedad. El miedo se da como una respuesta emocional ante una amenaza percibida, en tanto, que la ansiedad aparece como una anticipación de una futura amenaza. Actualmente, la pandemia, ha provocado ansiedad relacionada al nuevo coronavirus. En otras palabras, puede deducirse que el miedo y la atención a las medidas para identificar los síntomas y evitar la propagación del nuevo coronavirus han aumentado los niveles de sensibilidad a la ansiedad (González-Rivera et al., 2020).

Huarcaya-Victoria (2020) considera que la ansiedad, en tiempo pandémico, se da cuando algunas manifestaciones corporales son interpretadas erróneamente como síntomas de alguna enfermedad. Tiene, además, como otras características, las interpretaciones catastróficas de cambios corporales, creencias disfuncionales sobre la salud y enfermedad, y malos mecanismos para adaptarse.

Precisamente, en la actual pandemia, los sujetos con mayores grados de ansiedad por la salud pueden interpretar sensaciones corporales inocuas como certeza de que han contraído la infección, lo que a su vez sigue incrementando su ansiedad; y causa un impacto negativo en la toma de decisiones racionales y comportamiento saludables: ir asiduamente a hospitales, exceso en el lavado de manos, aislamiento social, entre otras situaciones. Sin embargo, el autor también menciona que bajos niveles de ansiedad pueden ser perjudiciales, pues es posible que las personas crean que es imposible que se infecten e incumplan las medidas de bioseguridad recomendadas para disminuir la propagación de la enfermedad (Huarcaya-Victoria, 2020).

Por su parte, el estrés ha sido explicado desde diferentes perspectivas; en un primer momento con las teorías estímulo-respuestas, desde esta perspectiva, el estrés es una respuesta ante un estímulo o agente denominado estresor. Otra perspectiva bien aceptada es la que presenta el esquema persona-entorno, de ella puede desprenderse el modelo transaccional de Lazarus y Folkman, quienes, a grandes rasgos, plantean la interacción del individuo y su medio postulando que el

sujeto realiza una evaluación bidireccional: hacia el ambiente y hacia los propios recursos; en tal caso, el estrés surge cuando valora sus recursos personales como insuficientes para enfrentar las demandas de su entorno (Dahab et al., 2010).

A partir de ello, Barraza (2006) menciona que las teorías sobre el estrés han brindado valiosas propuestas y conceptos, sin embargo, las considera insuficientes puesto que dichas definiciones presentan en común la característica unidimensional del estrés. Bajo esta idea, menciona que la teoría cognoscitiva del estrés ha configurado el estrés como un concepto multidimensional.

Consecuentemente, toma la definición de Mingote y Pérez (2003, citado en Barraza, 2006), quienes mencionan que el estrés es un proceso dinámico desencadenado por la percepción de una amenaza para la integridad, que tiene como fin recuperar el equilibrio homeostático, propiciar la competencia individual y mejorar la adaptación. A partir de lo aportado, Barraza (2006) propone un modelo sistémico cognoscitivista del estrés, donde se comprende al estrés académico como un proceso sistemático, adaptativo de carácter psicológico que se da en tres fases:

El primer momento es el de los estímulos estresores, donde el estudiante se ve sometido bajo una serie de demandas (en el contexto académico), que bajo su valoración son estresores (input) (Barraza, 2006). Al respecto, Barraza (2006), menciona que el ambiente plantea una serie de demandas o exigencias, éstas, luego de ser sometidas a una evaluación, pueden considerarse demandas que sobrepasan los recursos del sujeto, por lo tanto, los considera estresores. Igualmente, Darko et al. (2020) mencionan que en una situación donde se superan los recursos normales relativos a la respuesta predominante de una persona podría traer consigo resultados físicos y mentales; ello daría paso al siguiente momento en el proceso adaptativo del estrés.

Luego, los estresores percibidos por el alumno en un primer momento, provocan un desequilibrio sistemático que se revela en una serie de síntomas (indicadores de desequilibrio). Entre estos síntomas, se considera: reacciones físicas (insomnio o pesadillas, fatiga, dolores de cabeza y migraña, problemas digestivos, rascarse, onicofagia, dificultad para dormir o aumento en el sueño), reacciones psicológicas

(inquietud, episodios de depresión y tristeza, ansiedad, problemas para concentrarse y sentimientos de agresividad o irritabilidad), por último, reacciones comportamentales (conflictos o tendencias a polemizar, desgano, aumento o reducción al ingerir alimentos, retraimiento).

En la última fase, el desequilibrio sistemático provocado en las fases anteriores obliga al estudiante a tomar acciones de afrontamiento (Output) con el fin de restablecer el equilibrio sistemático (Barraza, 2006). El afrontamiento también puede entenderse como un proceso relevante en el manejo de los episodios de estrés, donde el sujeto hace un esfuerzo tanto cognitivo como conductual para manejar los estresores externos o internos (Gustems-Carnicer et al., 2019).

Algunos autores plantean dos tipos de afrontamiento: el afrontamiento de abordaje, donde el sujeto se enfoca en su problema y hace esfuerzos cognitivos y conductuales para erradicar o controlar los estresores; por su parte, en el afrontamiento de evitación, tienden a enfocarse en las emociones y hacen esfuerzos para evitar pensar en el estresor y sus posibles consecuencias (Gustems-Carnicer et al., 2019). Para Darko et al. (2020) algunas de las estrategias de afrontamiento más usadas por los estudiantes son la gestión eficaz del tiempo, la ayuda social y la reevaluación constructiva; además, menciona que en los primeros años es más común la estrategia autculpa y en los últimos años de educación la resolución de problemas.

Asistir a un centro de formación superior es una etapa nueva para el estudiante y su familia, por lo que también puede actuar como un estresor debido a la naturaleza transicional de la vida universitaria. Las principales fuentes de estrés identificadas se relacionan a aspectos académicos, sentimientos de soledad, búsqueda de empleo, metas en la vida, presión social, entre otros (Karaman et al., 2019).

Los estudiantes de educación superior, también puede verse afectados por altos niveles de estrés, debido a la competencia en el mercado laboral, la excelencia académica; y actualmente, los problemas derivados de la pandemia por el nuevo coronavirus. Este estrés puede influir negativamente en su salud mental, no permitiéndoles afrontar de manera adecuada y oportuna las demandas educativas (Zhang y Zheng, 2017). Así mismo, se ha identificado que el estrés,

específicamente en el ámbito académico, reduce los niveles de bienestar subjetivo y tiene como consecuencias bajas calificaciones y el abandono de los cursos (Karaman et al., 2019).

Los estudios reportan que el estrés se asocia a estados de ansiedad y menor bienestar psicológico, es decir que, los estudiantes que reportan más altos niveles de estrés académico, presentan menores niveles de bienestar (Pascoe et al., 2020). Otro estudio identificó que en las personas que cursaban educación superior, el estrés se asociaba a una peor calidad de vida y bienestar (Ribeiro et al., 2017).

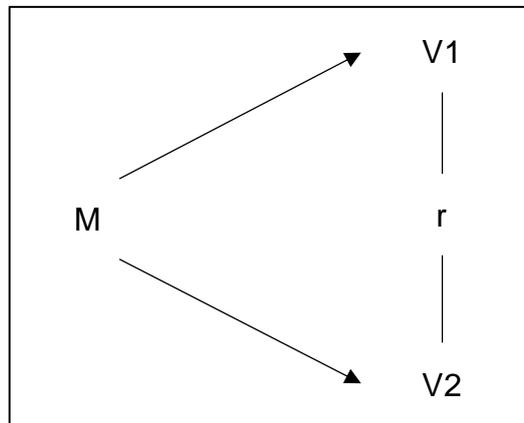
### III.METODOLOGÍA

#### 3.1. Tipo y diseño de investigación

**Tipo de investigación:** Aplicada porque tienen un carácter práctico en la realidad problemática donde se busca solucionar un problema específico (Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e innovación Tecnológica [CONCYTEC], 2018).

**Diseño de investigación:** Este estudio se enmarcó como no experimental, transversal descriptivo y correlacional asociativo, puesto que los datos fueron recogidos en un momento específico y se establecieron posibles relaciones entre las variables (Ato et al., 2013).

**Esquema:**



**Donde:**

M = Los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.

V1 = Ansiedad asociada al COVID – 19.

V2 = Estrés académico.

r = Relación entre las variables de estudio.

### 3.2. Variables y operacionalización

#### V1: Ansiedad asociada al COVID – 19 (Cuantitativa):

**Definición conceptual:** Manifestaciones de ansiedad como resultado de pensar o estar expuesto a información sobre el COVID-19, expresadas en aspectos cognitivo, conductual, emocional y fisiológico (Lee, 2020).

**Definición operacional:** Puntuaciones obtenidas luego de la aplicación del cuestionario de ansiedad asociada al Covid-19.

#### Dimensiones:

- Cognitivo.

##### Indicadores:

- Pensamientos repetitivos.
- Preocupación.

- Conductual.

##### Indicadores:

- Conductas compulsivas.
- Actividades disfuncionales.

- Emocional.

##### Indicadores:

- Miedo.
- Ira.

- Fisiológico.

##### Indicadores:

- Alteración del sueño.
- Malestar somático.

**Escala de medición:** Ordinal. Escala Likert (0 = Nunca, 1 = Menos de un día o dos, 2 = Varios días, 3 = Más de 7 días y 4 = La mayor parte de los días).

## **V2: Estrés académico (Cuantitativa):**

**Definición conceptual:** El estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, donde interactúan tres elementos: estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento (Barraza, 2006).

**Definición operacional:** Puntuaciones obtenidas luego de la aplicación del cuestionario de estrés académico.

### **Dimensiones:**

- Estímulos estresores.

#### **Indicadores:**

- Durante la clase.
- Deberes académicos.

- Síntomas.

#### **Indicadores:**

- Reacciones psicológicas.
- Reacciones comportamentales.

- Estrategias de afrontamiento.

#### **Indicadores:**

- Centradas en el problema.
- Centradas en los demás.

**Escala de medición:** Ordinal. Escala Likert (1 = Nunca, 2= Rara vez, 3= Algunas veces, 4=Casi siempre y 5 = Siempre).

### **3.3. Población, muestra y muestreo**

**Población:** Una población se define como el conjunto de todos los casos que muestran características similares (Hernández & Mendoza, 2018). En este estudio se conformó por 200 estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA".

Tabla 1

*Estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”, según Programa de Estudios, año 2021.*

Programa de Estudios	f	%
Producción agropecuaria	46	23%
Construcción civil	56	28%
Enfermería Técnica	98	49%
Total	200	100%

Fuente: Secretaría Académica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.

- **Criterios de inclusión:** Estudiantes que contaban con un correo electrónico Gmail que les permitió el ingresar a las encuestas virtuales.
- **Criterios de exclusión:** Estudiantes que no asisten de manera frecuente a clase y aquellos que se encuentran con permiso por salud u otro motivo.

**Muestra:** La muestra representa un sub grupo representativo de la población (Hernández et al., 2014). En este caso, se conformó por 125 estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.

**Muestreo:** Fue empleado un muestreo no probabilístico por conveniencia, ya que se escogieron a los participantes según criterios impuestos por el investigador, sin cumplir el criterio de aleatorización (Otzen y Manterola, 2017).

**Unidad de análisis:** Cada estudiante del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.

### 3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La encuesta representa una de las técnicas más usada por su practicidad en la recolección de información (Casas et al., 2003).

*Cuestionario de ansiedad asociada al Covid-19*

El instrumento consta de 17 ítems divididos en 4 dimensiones: cognitivo, conductual, emocional y fisiológico. Además, cuenta con una escala de respuesta tipo Likert de 5 puntos (0 = Nunca, 1 = Menos de un día o dos, 2 = Varios días, 3 = Más de 7 días, 4 = La mayor parte de los días).

#### *Cuestionario de estrés académico*

Conformado por 21 ítems organizados en 3 dimensiones: Estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Cuenta con una escala Likert de 5 puntos (1 = Nunca, 2= Rara vez, 3= Algunas veces, 4=Casi siempre, 5 = Siempre).

#### **Validez**

Ambos instrumentos fueron sometidos al criterio de cuatro expertos, quienes brindaron su valoración acerca del contenido de cada cuestionario, con el propósito de corroborar si los ítems guardaban relación con los indicadores y la opción de respuesta, los indicadores con las dimensiones y las dimensiones con la variable. Así mismo, brindaron su apreciación sobre la claridad, objetividad, actualidad, organización, suficiencia, consistencia, coherencia e intencionalidad de ambos instrumentos de evaluación. Los cuatro expertos valoraron como adecuados ambos instrumentos.

#### **Confiabilidad**

Ambos instrumentos fueron aplicados a una muestra piloto de 27 participantes. Esto permitió constatar la fiabilidad por consistencia interna utilizando el Coeficiente Alfa de Cronbach. El Cuestionario de ansiedad asociada al *COVID-19* obtuvo un coeficiente Alfa de Cronbach de .879 que lo ubica con una muy alta confiabilidad (Palella y Martins, 2003). Mientras que, el Cuestionario de estrés académico obtuvo un coeficiente Alfa de Cronbach de .703 que lo ubica con una alta confiabilidad (Palella y Martins, 2003).

### **3.5. Procedimientos**

Primero se solicitó el permiso institucional para la evaluación. Una vez que se recibió el permiso, se programaron las sesiones de evaluación. Los cuestionarios

fueron enviados mediante el correo electrónico o WhatsApp de los participantes. El cuestionario virtual estuvo conformado, en la primera parte, por la presentación de la investigación, mencionando el propósito del estudio. Otro apartado fue sobre los datos de identificación y el consentimiento informado. Una vez se contestaron todos los cuestionarios, el evaluador recibió los datos para su análisis.

### **3.6. Método de análisis de datos**

Se usaron el procesador de cálculos Microsoft Office Excel y el software estadístico SPSS v23. Luego de recoger los datos, se procedió con la limpieza, descartando los instrumentos mal llenados. Primero se realizó el análisis descriptivo presentando las frecuencias y porcentajes de los niveles de ambas variables. La prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov permitió identificar la distribución de los datos para elegir la prueba de correlación correcta, al identificar distribuciones normales y asimétricas, se optó por el uso de los coeficientes de correlación Pearson y Spearman. Los niveles de coeficiente de correlación se interpretaron en función de:  $r < .3$  correlación pequeña;  $r > .3$  correlación moderada y  $r > .5$  correlación grande (Cohen, 1988).

### **3.7. Aspectos éticos**

Este estudio se desarrolló bajo los criterios éticos para la realización de una investigación. Consecuentemente, fueron respetados los derechos a la libre determinación, participación y confidencialidad de los participantes.

Para construir el cuestionario de ansiedad ante el Covid-19, se tomó como referencia la *Escala de Ansiedad por Coronavirus* (González-Rivera et al., 2020), de la cual se tomaron en cuenta 3 ítems (2, 3 y 5), los cuales fueron modificados. De igual forma, se consideró el *Inventario SISCO del estrés académico* (Barraza, 2007), de donde se extrajeron y modificaron 13 ítems (4, 9, 10, 17, 18, 20, 22, 23, 24, 27, 28, 29 y 30). Ambos instrumentos se encuentran en internet.

## IV. RESULTADOS

### Estadística descriptiva

Tabla 2

*Nivel de ansiedad asociada al COVID-19 en Estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”*

	Ansiedad asociada al COVID-19	
	f	%
Alto	31	24.8
Medio	66	52.8
Bajo	28	22.4
Total	125	100.0

*Fuente: Elaboración propia.*

En la tabla 2 se observan las frecuencias y porcentajes de los niveles de ansiedad asociada al COVID-19, donde se identifica que el nivel con mayor porcentaje fue el medio (52.8 %), seguido del alto (24.8 %) y, por último, bajo (22.4 %).

Tabla 3

*Nivel de estrés académico en Estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”*

	Estrés Académico	
	f	%
Alto	30	24.0
Medio	66	52.8
Bajo	29	23.2
Total	125	100.0

*Fuente: Elaboración propia.*

En cuanto a la variable estrés académico también se observa que el nivel que prevalece es el medio (52.8%), seguido del alto (24.0%) y el bajo (23.2%).

## Prueba de normalidad

Tabla 4

*Prueba de Kolmogorov-Smirnov en Estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA"*

	M	DE	KS	p
Cognitiva	14.95	5.331	.100	.004
Conductual	12.54	3.751	.083	.034
Emocional	10.31	4.679	.110	.001
Fisiológica	8.62	4.520	.154	.000
Ansiedad asociada al COVID-19	46.42	16.214	.070	.200
Estímulos estresores	19.74	5.968	.134	.000
Síntomas	15.23	4.969	.094	.009
Estrategias de afrontamiento	32.51	6.009	.071	.191
Estrés académico	67.48	11.857	.050	.200

*Nota: M = Media, DE = Desviación estándar, KS = Kolmogorov-Smirnov, p = significancia estadística.*

En la tabla 4 se observa que las variables ansiedad asociada al COVID-19, estrés académico y la dimensión estrategias de afrontamiento presentan distribuciones normales en sus datos ( $p > .05$ ), mientras que las dimensiones: cognitiva, conductual, emocional, fisiológica, estímulos estresores y síntomas presentan distribuciones asimétricas ( $p < .05$ ). Por esto, se decide usar el coeficiente Pearson para las correlaciones ansiedad y estrés y ansiedad y estrategias de afrontamiento; y el coeficiente de Spearman para las correlaciones ansiedad y estímulos estresores y ansiedad y síntomas.

## Análisis de correlaciones

### Hipótesis general:

H<sub>i</sub>: Existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.

H<sub>0</sub>: No existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.

Tabla 5

*Relación entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en Estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”*

		Estrés Académico
	Coefficiente de correlación	.523**
Ansiedad asociada al COVID-19	Sig. (Bilateral)	.000
	N	125

*\*\* La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).*

En la tabla 5 se observa que la ansiedad asociada al COVID-19 presentan relación directa y grande con el estrés académico ( $r = .523$ ), además, el nivel de significancia estadística fue menor a 0.01 ( $p = .000$ ), por lo que se tomó la decisión de aceptar H<sub>i</sub>: Existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”. Lo que nos permite inferir que a mayor ansiedad asociada al COVID-19, mayor serán los niveles de estrés académico.

### Hipótesis específica N° 1:

H<sub>11</sub>: Existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estímulos estresores en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.

H<sub>01</sub>: No existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estímulos estresores en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.

Tabla 6

*Relación entre ansiedad asociada al COVID-19 y estímulos estresores en Estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”*

		Estímulos estresores
Ansiedad asociada al COVID-19	Coefficiente de correlación	.358**
	Sig. (Bilateral)	.000
	N	125

\*\* La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

En la tabla 6 se aprecia que entre ansiedad asociada al COVID-19 y estímulos estresores existe relación directa y moderada ( $Rho = .358$ ), además, el nivel de significancia estadística fue menor a 0.01 ( $p = .000 < 0.01$ ), por lo tanto, se acepta H<sub>11</sub>: Existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estímulos estresores en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.

## Hipótesis específica N° 2:

H<sub>i2</sub>: Existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y síntomas en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.

H<sub>02</sub>: No existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y síntomas en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.

Tabla 7

*Relación entre ansiedad asociada al COVID-19 y síntomas en Estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”*

		Síntomas
Ansiedad asociada al COVID-19	Coeficiente de correlación	.552**
	Sig. (Bilateral)	.000
	N	125

*\*\* La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).*

En la tabla 7 se muestra que la ansiedad asociada al COVID-19 presenta relación directa y grande con síntomas ( $Rho = .552$ ), además, tal relación es significativa estadísticamente ( $p = .000 < 0.01$ ). Por tal razón, se acepta H<sub>i2</sub>: Existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y síntomas en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.

### Hipótesis específica N° 3:

H<sub>13</sub>: Existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrategias de afrontamiento en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.

H<sub>03</sub>: No existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrategias de afrontamiento en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.

Tabla 8

*Relación entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrategias de afrontamiento en Estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”*

		Estrategias de afrontamiento
Ansiedad asociada al COVID-19	Coefficiente de correlación	.213*
	Sig. (Bilateral)	.017
	N	125

\* La correlación es significativa en el nivel 0.05 (bilateral).

En la tabla 8 se observa relación directa y pequeña ( $r = .213$ ) entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrategias de afrontamiento. Así mismo, la relación es significativa estadísticamente ( $p = .017 < 0.05$ )., por ello se toma la decisión de aceptar H<sub>13</sub>: Existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrategias de afrontamiento en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.

## V. DISCUSIÓN

La pandemia por COVID-19 ha traído consigo múltiples consecuencias en los diferentes ámbitos de nuestras vidas, afectando nuestra salud física y psicológica (Ramos, 2020). Las medidas tomadas para frenar el contagio, han sido de utilidad para disminuir la propagación; sin embargo, tanto el aislamiento social como otras medidas, han traído consecuencias negativas. El cierre de las instituciones educativas, y más tarde, la implementación de la educación remota, ha representado un reto para los agentes educativos (directores, ejecutivos, administrativos, estudiantes y padres de familia); conllevando, en muchos casos, a desatar episodios de ansiedad y estrés académico.

En sectores del Perú, donde no se cuenta con los recursos tecnológicos necesarios y donde la pandemia ha causado mayores daños (Maguiña, 2020), la educación remota, las cifras de contagio, las medidas preventivas, la crisis económica, etc. ha llevado a los alumnos a experimentar ansiedad y estrés académico.

Partiendo de lo anterior, este estudio tuvo como propósito principal determinar la relación entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA". El análisis descriptivo de este estudio mostró que, en ambas variables, el mayor porcentaje de participantes se concentran en el nivel medio, es decir que han presentado moderadamente episodios tanto de estrés como de ansiedad.

De la misma forma, la investigación de Till et al. (2020) identificó resultados similares en su investigación con universitarios estadounidenses que estudiaban durante la pandemia por el nuevo coronavirus. Se halló que los universitarios exponían estrés y ansiedad en un nivel promedio, y los niveles fueron más altos en el mes de abril. Como motivos principales se encontraron factores educativos, económicos y ambientales.

Igualmente, en el Instituto Superior AYABACA, los estudiantes referían estar estresados por factores educativos como el implemento de la educación remota; dado que, en el contexto peruano, este tipo de educación no ha sido usado antes.

Así mismo, también existían factores familiares y económicos que propiciaban manifestaciones de ansiedad y estrés en ellos.

La hipótesis general de estudio planteó que ambas variables se asocian, lo que fue respaldado por los resultados, donde se identificó un correlato grande, directo y estadísticamente significativo, en este sentido se puede interpretar que a mayor ansiedad asociada al COVID-19 será mayor el estrés académico de estos estudiantes de educación superior.

La bibliografía actualizada apoya la idea de que los brotes de enfermedades infecciosas influyen en la salud mental de la población (Alsulimani et al., 2021). El Perú no ha sido ajeno a esa realidad, un estudio cualitativo mostró que la población peruana mostraba como principales alteraciones psicológicas ansiedad, estrés y depresión (Lovón y Chegne, 2021).

En el contexto de la pandemia, la ansiedad se da como manifestaciones cognitivas, conductuales, emocionales y fisiológicas que resultan por estar pensando o exponerse a información respecto al coronavirus (Lee, 2020). Por su parte, desde una perspectiva sistémica cognoscitivista, el estrés es un proceso sistemático, adaptativo y psicológico que se da en tres etapas (Barraza, 2006).

Ciñéndonos a la teoría, se puede afirmar que tanto el estrés como la ansiedad se desencadenan por la percepción de una amenaza, y partir de ello, surgen una serie de manifestaciones cognitivas, conductuales, emocionales y fisiológicas (Mingote y Pérez, 2003, citado en Barraza, 2006; Sierra et al., 2003). En este caso, es de esperarse que el covid-19 represente una amenaza para la integridad propia y nuestra estructura social, por lo tanto, la ansiedad ante esta amenaza surge de forma innata influyendo también en el desempeño en diferentes ámbitos de nuestra vida, como, por ejemplo, el educativo.

En este mismo sentido, se puede encontrar coincidencia con lo manifestado por Lang (1968) Este modelo teórico de los tres sistemas de respuesta, donde sostiene que la ansiedad tiene sus manifestaciones mediante un sistema que presenta tres tipos de respuesta, el cognitivo, el fisiológico y el motor o conductual las cuales se han conceptualizado de la siguiente manera: Respuesta cognitiva. - de forma normal de ansiedad es expresada a través de los sentimientos de miedo, temor,

amenaza o preocupación, sin embargo, la psicopatológica se manifiesta mediante acciones inminentes desproporcionadas como la amenaza magnificada y la experimentación de pánico desmedido y generalizado. Este tipo de ansiedad se manifiesta también, con respuesta de anticipación de un problema de manera catastrófica. Respuestas fisiológicas. - las cuales se encuentran vinculadas al aumento de la actividad en el sistema nervioso somático y autónomo, así como, de la activación neuroendocrina del sistema nervioso central. El aumento de estas actividades se ve reflejado en el incremento de la frecuencia cardíaca y respiratoria de la persona, la actividad tono muscular-esquelética y electrodérmica. Respuestas motoras. - las cuales se ponen de manifiesto producto del incremento de las respuestas cognitivas y fisiológicas del individuo, estas respuestas han sido divididas en directas e indirectas (Tobar & Cano, 2007).

Ante estas repuestas Martínez-Monteagudo et al. (2012), sostienen que la manifestación de las respuestas directas se expresa mediante tartamudeo, temblores, tics, inquietud motora, etc.; asimismo, se pueden manifestar con una pérdida del tiempo y la presión motora, de la ejecución y aprendizaje de actividades complejas. Las respuestas indirectas es la manifestación de las conductas producidas como evitación o escape generadas por la ansiedad que no muestran un control voluntario de las personas.

Asimismo, los resultados concuerdan con lo manifestado por Spielberger (1972) es su modelo de la ansiedad-estado, donde refiere que la ansiedad es una reacción emocional y rápida que trasmite el sistema nervioso central basado en reacciones fisiológicas como sudoración, tensión muscular, sofocación, pérdida de fuerza, estas reacciones vienen a acompañadas con pensamientos de preocupación excesiva que algo malo va suceder, miedo a la muerte, miedo a los accidentes o enfermedades, excesiva preocupación por lo que va a suceder en el futuro.

Consecuentemente, experimentar ansiedad, puede impedir que los alumnos se desenvuelvan de forma eficaz, debido a que se afirma que la ansiedad influye en el éxito y fracaso del sujeto (Sigüenza y Vílchez, 2021). Una alta ansiedad con respecto al coronavirus puede influir en un menor rendimiento académico (Celis et al., 2001), tal como incumplimiento de tareas, ausentismo en clases, falta de

concentración; ello llevaría a experimentar estrés ya que el alumno se siente sin recursos para enfrentar estas demandas educativas.

Este resultado es comparable con lo hallado por Rojas (2020) quien identificó la asociación entre ansiedad y estrés académico en alumnos de una escuela de educación superior de formación artística en Ayacucho, Perú. Su análisis mostró que el 75.7% de estudiantes se ubicaron en un nivel alto de ansiedad, de la misma forma, el 85.7% en un nivel severo de estrés académico; es decir, se muestra que en las dos variables, el mayor porcentaje de estudiantes se ubicaron en los niveles superiores. Además, identificó una relación directa y grande, significativa estadísticamente entre ambas variables.

En cuanto a la hipótesis específica N° 1, se propuso que existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estímulos estresores en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA", la que fue aceptada al identificar una asociación directa, moderada y estadísticamente significativa.

Los estímulos estresores, se presentan en el primero momento del modelo propuesto por Barraza (2006), en este momento los universitarios se ven expuestos a una serie de demandas relacionadas al contexto escolar: tareas, trabajos académicos, exigencias del profesor, etc. Según los resultados de investigación, cuanto más ansiedad asociada al coronavirus se perciba, también se percibirán mayores estímulos estresores.

En este sentido, se puede decir que, el ambiente académico plantea una serie de demandas al alumno, sumado al contexto de la pandemia, puede percibir que estas demandas (estresores) sobrepasan sus capacidades e influir en episodios de ansiedad. Al respecto, Darko et al. (2006) manifiesta que las situaciones que superan los recursos normales relativos a la respuesta predominante traen consecuencias físicas y psicológica, es decir, estos estresores pueden tener una influencia negativa en la salud mental.

Un estudio que se puede citar es el de Castillo et al. (2016) desarrollado en universitarios chilenos de un centro educativo tecnológico. Sus resultados confirmaron que los estudiantes con ansiedad elevada perciben los estímulos como

más amenazantes. Además, los principales estresores fueron la sobrecarga académica, falta de tiempo para realizar actividades académicas y los exámenes.

Por su parte, la hipótesis específica N° 2 planteó que existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y síntomas en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”, la que fue aceptada al encontrarse un correlato directo, grande y estadísticamente significativo.

La presencia de síntomas de estrés, es el segundo momento o fase en el proceso sistémico del estrés académico. En este sentido, los resultados mostraron que la ansiedad se asocia de forma directa con estos síntomas, es decir, que a mayor presencia de ansiedad será mayor la percepción de síntomas de estrés académico.

Al respecto, se observa que tanto la ansiedad como el estrés académico comparten manifestaciones psicológicas y fisiológicas similares. Por ejemplo, la ansiedad viene acompañada de manifestaciones fisiológicas como sudores, latidos cardíacos acelerados, escalofríos, tensión muscular, respiración acelerada o dolor abdominal (Aritzeta et al., 2016); mismas reacciones que pueden acompañar al alumno cuando se encuentra ante estrés académico.

Consecuentemente, cuando un alumno esté sometido a ansiedad por el nuevo coronavirus, puede presentar reacciones comportamentales (componente de la sintomatología del estrés académico) negativas en su contexto educativo, como conflictos entre compañeros, aislamiento, desgano para estudiar, tendencia a discutir y polemizar (Barraza, 2006).

Un estudio internacional en universitarios mexicanos, identificó que, en el transcurso de la pandemia, los estudiantes mostraron sintomatología compatible con el estrés (31,92%) y la ansiedad (40,3%) en niveles moderados y severos. Las manifestaciones comprendían: psicósomáticos (5,9%), problemas para dormir (36,3%), disfunción social (9,5%) y depresivos (4,9%) (González-Jaimes et al., 2021).

Igualmente, la hipótesis específica N° 3 planteó que existe relación significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estrategias de afrontamiento en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”,

la que fue aceptada al encontrarse un correlato directo, pequeño y estadísticamente significativo.

La última fase del modelo propuesto por Barraza (2006) es el uso de estrategias de afrontamiento. En este momento, el desequilibrio sistémico provocado en fases anterior hace que el estudiante tome acciones de afrontamiento, mediante un esfuerzo cognitivo y conductual intenta manejar estresores internos o externos (Gustems-Carnicer et al., 2019).

Este resultado señala que, a mayor ansiedad asociada al coronavirus, el estudiante hará mayor uso de estrategias de afrontamiento. Sin embargo, debe tomarse en cuenta que el alumno puede usar tanto afrontamientos que le sean útiles como otros que puedan no ser adaptativos y sólo le ayuden a evitar enfrentarse a los estímulos estresores (Gustems-Carnicer et al., 2019). La ansiedad surge ante la inminente amenaza del coronavirus, ello conlleva a la función activadora de la ansiedad, la cual facilita una respuesta del individuo ante tal situación. En ese sentido, pueden surgir estrategias de afrontamiento que permitan sobrellevar tales situaciones.

A continuación, se presentan las fortalezas y limitaciones metodológicas del presente estudio. En cuanto a fortalezas, el panorama pandémico actual brinda un contexto único para el estudio de diferentes variables, sobre todo en el ámbito educativo, que según las estadísticas se ha visto gravemente afectado. Bajo esta idea, esta investigación es esencial para la comprensión del estrés y ansiedad bajo el contexto de la pandemia por el nuevo coronavirus en centros de educación superior peruanos.

Por otro lado, en las limitaciones se encuentra el tipo de muestreo no probabilístico, el cual afecta la validez externa del estudio al no permitir la generalización de los resultados obtenidos. De igual forma, se presenta como limitación, el reporte de significancia estadística como único método para valorar la significancia de los resultados. Por ello, se recomienda que otros estudios de mayor complejidad, tomen como base esta investigación considerando el uso de un muestreo probabilístico y el reporte del Tamaño de efecto como método para estimar la significancia práctica.

A modo de conclusión, el curso pandémico ha traído diferentes cambios a la vida de todos: aislamiento social, alteraciones en las rutinas, dificultades económicas, educación remota, etc. (Tomás-Sábado, 2020), los que han podido conllevar a consecuencias negativa en la salud psicológica.

Es así como, a pesar de las limitaciones presentadas, esta investigación aporta una valiosa contribución al ámbito educativo, específicamente, en la educación superior. La pandemia ha dejado estragos en la salud física, la estabilidad económica, laboral y, muy importante, la salud mental y psicológica; en los estudiantes quienes perciben un futuro incierto.

A pesar de esa realidad, las políticas públicas para hacerle frente a la pandemia han concentrado sus esfuerzos en el control de las tasas de contagios, las tasas de curación, y actualmente, la aplicación masiva de la vacuna; descuidando el plano de la promoción y prevención de la salud mental que se ha visto tan afectada. Por ello, es imprescindible, este tipo de investigaciones que pueden tomarse como base para el implemento de políticas educativas que velen por el bienestar integral de los estudiantes en todos los niveles (Ahorsu et al., 2020).

## VI. CONCLUSIONES

1. Se determinó que la ansiedad asociada al COVID-19 presenta relación directa, grande y significativa estadísticamente con el estrés académico ( $r = .523$ ;  $p = .000 < 0.01$ ), en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.
2. Se identificó relación directa, moderada y estadísticamente significativa entre ansiedad asociada al COVID-19 y estímulos estresores ( $Rho = .358$ ;  $p = .000 < 0.01$ ), en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.
3. Se determinó que entre la ansiedad asociada al COVID-19 y síntomas existe relación directa, grande y estadísticamente significativa ( $Rho = .552$ ;  $p = .000 < 0.01$ ), en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.
4. Se identificó que la ansiedad asociada al COVID-19 presenta relación directa, pequeña y estadísticamente significativa con estrategias de afrontamiento ( $r = .213$ ;  $p = .017 < 0.05$ ), en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”.

## **VII. RECOMENDACIONES**

1. A futuros investigadores, enriquecer el estudio de estas variables haciendo uso de un muestreo probabilístico, con el fin de permitir la obtención de resultados que puedan generalizarse.
2. A las autoridades de la institución educativa, apoyarse en el área de orientación y consejería para plantear intervenciones psicopedagógicas dirigidas a los alumnos, con el fin de brindarles herramientas y recursos para hacer frente a situaciones de estrés académico, así como episodios de ansiedad.
3. A los docentes, identificar a los alumnos que presenten dificultades académicas, irritabilidad durante las sesiones de clase, que muestren decaimiento o sentimientos de tristeza; y derivarlos al área de apoyo y consejería.
4. A los estudiantes, al identificar manifestaciones de estrés y ansiedad, acudir al área de orientación y consejería o comunicarse con su docente y/o tutor.

## REFERENCIAS

- Ahorsu, D., Lin, C., Imani, V., Saffari, M., Griffiths, M. y Pakpour, A. (2020). The Fear of COVID-19 Scale: Development and Initial Validation. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 27, 1-9. <https://dx.doi.org/10.1007%2Fs11469-020-00270-8>
- Alsulimani, L., Farhat, A., Borah, R., Alkhalifab, J., Alyaseen, S., Alghamdi, S. y Bajnaid, M. (2021). Health care worker burnout during the COVID-19 pandemic. A cross-sectional survey study in Saudi Arabia. *Saudi Medical Journal*, 42(3), 179-187.
- Aritzeta, A., Soroa G., Balluerka, N., Muela, A., Gorostiaga, A. y Aliri, J. (2017). Reducing Anxiety and Improving Academic Performance Through a Biofeedback Relaxation Training Program. *Association for Applied Psychophysiology and Biofeedback*, 42(3), 193-202. <https://doi.org/10.1007/s10484-017-9367-z>
- Ato, M., López, J. y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de psicología*, 29(3), 1038-1059. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16728244043>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110 – 129. Recuperado de <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol9num3/art6vol9no3.pdf>
- Barraza, A. (2007). El inventario SISCO del estrés académico. *INED*, (7), 89 – 93. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/28175062\\_El\\_Inventario\\_SISCO\\_del\\_Estres\\_Academico](https://www.researchgate.net/publication/28175062_El_Inventario_SISCO_del_Estres_Academico)
- Casas, J., Repullo, J. y Donado, J. (2003). La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos. *Atención Primaria*, 31(8), 527-538. [https://doi.org/10.1016/S0212-6567\(03\)70728-8](https://doi.org/10.1016/S0212-6567(03)70728-8)

- Castillo, C., Chacón, T. y Díaz-Véliz, G. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica*, 5(20), 230 – 237. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/iem/v5n20/2007-5057-iem-5-20-00230.pdf>
- Celis, J., Bustamante, M., Cabrera, D., Cabrera, M., Alarcón, W. y Monge, E. (2001). Ansiedad y estrés académico en estudiantes de medicina humana del primer y sexto año. *Anales de la Facultad de Medicina*, 62(1). Recuperado de [https://sisbib.unmsm.edu.pe/BVRevistas/anales/v62\\_n1/Ansiedad.htm](https://sisbib.unmsm.edu.pe/BVRevistas/anales/v62_n1/Ansiedad.htm)
- Caycho-Rodríguez, T., Barboza-Palomino, M., Ventura-León, J., Carbajal-León, C., Noé-Grijlava, M., Gallegos, M., ... Vivanco-Vidal, A. (2020). Traducción al español y validación de una medida breve de ansiedad por el COVID-19 en estudiantes de ciencias de la salud. *Ansiedad y Estrés*, 26(2-3), 174-180. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2020.08.001>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral Sciences* (2da ed.). Lawrence Erlbaum Associates: EEUU.
- Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e innovación Tecnológica. (2018). *Reglamento de calificación, clasificación y registro de los investigadores del sistema nacional de ciencia, tecnología e innovación tecnológica - reglamento RENACYT*. Recuperado de [https://portal.concytec.gob.pe/images/renacyt/reglamento\\_renacyt\\_version\\_final.pdf](https://portal.concytec.gob.pe/images/renacyt/reglamento_renacyt_version_final.pdf)
- Choi, E., Hui, B. y Wang, E. (2020). Depression and Anxiety in Hong Kong during COVID-19. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 3740. <https://doi.org/10.3390/ijerph17103740>
- Darko, K., Sintim, G., Maigari, S., Ampadu, E. y Kwadwo, A. (2020). Stressors and coping strategies: The case of teacher education student at University of Ghana. *Cogent Education*, 7(1). <https://doi.org/10.1080/2331186X.2020.1727666>
- Dahab, J., Rivadeneira, C. y Minici, A. (2010). El enfoque cognitivo-transaccional del estrés. *Revista de terapia cognitivo conductual*, (18), 1 - 6. Recuperado

de <http://cetecic.com.ar/revista/pdf/el-enfoque-cognitivo-transaccional-del-estres.pdf>

- Ettman, C., Abdalla, S., Cohen, G., Sampson, L., Vivier, P. y Galea, S. (2020). Prevalence of Depression Symptoms in US Adults Before and During the COVID-19 Pandemic. *JAMA Netw Open*, 3(9), e2019686. Recuperado de <https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2770146/>
- Ferri, D. (2015). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes de universidades públicas vs universidades privadas* (tesis de licenciatura). Universidad Argentina de la Empresa, Buenos Aire, Argentina.
- Goldmann, E. y Galea, S. (2014). Mental health consequences of disasters. *Annual Review of Public Health*, 35, 169 – 183. <http://dx.doi.org/10.1146/annurev-publhealth-032013-182435>
- González Velázquez, L. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios asociados a la pandemia por COVID-19. *ESPACIO I+D, INNOVACIÓN MÁS DESARROLLO*, 9(25). Recuperado de <https://espacioimasd.unach.mx/index.php/Inicio/article/view/249/794>
- González-Jaimes, N. Tejeda-Alcántara, A., Espinoza-Méndez, C. y Ontiveros-Hernández, Z. (2021). Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por COVID-19. <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.756>
- González-Rivera, J., Rosario-Rodríguez, A., y Cruz-Santos, A. (2020). Escala de Ansiedad por Coronavirus: Un Nuevo Instrumento para medir síntomas de ansiedad asociados al COVID-19. *Interacciones*, 6(3), e163. <https://doi.org/10.24016/2020.v6n3.163>
- Gustems-Carnicer, J., Calderón, C. y Calderón-Garrido, D. (2019). Stress, coping strategies and academic achievement in teacher education students. *European Journal of Teacher Education*, 42(3), 375 - 390. <https://doi.org/10.1080/02619768.2019.1576629>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.º ed.). McGrawHill

- Huarcaya-Victoria, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia COVID-19. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(2). <https://www.scielosp.org/article/rpmesp/2020.v37n2/327-334/es/>
- Husky, M., Kovess-Masfety, V. y Swendsen, J. (2020). Stress and anxiety among university students in France during Covid-19 mandatory confinement. *Comprehensive Psychiatry*, 102. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152191>
- IberoPuebla. (06 de 03 de 2019). *Estrés y vida estudiantil*. IberoPuebla: [https://www.iberopuebla.mx/noticias\\_y\\_eventos/noticias/estres-y-vida-estudiantil#:~:text=%C2%BFSab%C3%ADas%20que%2C%20seg%C3%BAAn%20estudios%20de,estr%C3%A9s%20relacionado%20con%20sus%20estudios%3F&text=El%20estr%C3%A9s%20acad%C3%A9mico%20es%20cada,demanda](https://www.iberopuebla.mx/noticias_y_eventos/noticias/estres-y-vida-estudiantil#:~:text=%C2%BFSab%C3%ADas%20que%2C%20seg%C3%BAAn%20estudios%20de,estr%C3%A9s%20relacionado%20con%20sus%20estudios%3F&text=El%20estr%C3%A9s%20acad%C3%A9mico%20es%20cada,demanda)
- Karaman, M., Lerma, E., Vela, J. y Watson, J. (2019). Predictors of Academic Stress Among College Students. *Journal of College Counseling*, 22(1), 41–55. <https://doi.org/10.1002/jocc.12113>
- Lang, P. J. (1968). Fear reduction and fear behavior: Problems in treating a construct. In *Research in psychotherapy*. (pp. 90–102). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10546-004>
- La República . (28 de Marzo de 2018). *El estrés, ese enemigo silencioso que afecta al 80% de peruanos*. La República: <https://larepublica.pe/sociedad/1218645-el-estres-ese-enemigo-silencioso-que-afecta-al-80-de-peruanos>
- Lawyer, S. R., & Smitherman, T. A. (2004). Trends in Anxiety Assessment. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(2), 101–106. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000013657.06067.1f>
- Lee, S. (2020). Coronavirus Anxiety Scale: A brief mental health screener for COVID-19 related anxiety. *Death Studies*, 44(7), 393 - 401. <https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1748481>
- Lovón, M. y Chegne, A. (2021). Repercusiones del aislamiento social por COVID-19 en la salud mental en la población de Perú: síntomas en el discurso del ciberespacio. *Discurso & Sociedad*, 15(1), 215-243.

- Macaya, X., Pihan, R. y Vicente, B. (2018). Evolución del constructo de Salud Mental desde lo multidisciplinario. *Revista Humanidades Médicas*, 18(2), 338 – 355. Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1727-81202018000200338&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1727-81202018000200338&script=sci_arttext&tlng=pt)
- Maguiña, C. (2020). Reflexiones sobre el COVID-19, el Colegio Médico del Perú y la Salud Pública. *Acta Médica Peruana*, 37(1). <http://dx.doi.org/10.35663/amp.2020.371.929>
- Mejía, C., Rodríguez-Alarcón, J., Charri, J., Liendo-Venegas, D., Morocho-Alburqueque, N., Benites-Ibarra, C.,... Mamani, B. (2021). Repercusión académica de la COVID-19 en universitarios peruanos. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 40(1), e814. Recuperado de <http://www.revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/814>
- Mendigutxia, A. (2020). La pandemia Covid-19 en Perú: Una oportunidad para enseñar y aprender de otra manera en la universidad (Blog). Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura e Instituto Internacional para la Educación Superior en América Latina y El Caribe. Recuperado de <https://www.iesalc.unesco.org/2020/10/06/la-pandemia-covid-19-en-peru-una-oportunidad-para-ensenar-y-aprender-de-otra-manera-en-la-universidad>
- Martínez-Monteagudo, C. M., Cándido J., I., Cano-Vindel, A., & García-Fernández, J. M. (2012). Estado Actual de la Investigación Sobre la Teoría Tridimensional de la Ansiedad de Lang. *Ansiedad y Estrés*, 18(2–3), 201–219. [https://www.researchgate.net/publication/232706973\\_Estado\\_actual\\_de\\_la\\_investigacion\\_sobre\\_la\\_teor%C3%ADa\\_tridimensional\\_de\\_la\\_ansiedad\\_de\\_Lang\\_Current\\_status\\_of\\_research\\_on\\_Lang's\\_three-dimensional\\_theory\\_of\\_anxiety](https://www.researchgate.net/publication/232706973_Estado_actual_de_la_investigacion_sobre_la_teor%C3%ADa_tridimensional_de_la_ansiedad_de_Lang_Current_status_of_research_on_Lang's_three-dimensional_theory_of_anxiety)
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO] . (30 de 04 de 2020). *Dar prioridad a la salud y al bienestar hoy en día y durante la reapertura de las escuelas*. UNESCO: <https://es.unesco.org/news/dar-prioridad-salud-y-al-bienestar-hoy-dia-y-durante-reapertura-escuelas>

- Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Özdin, S. y Özdin, S. (2020). Levels and predictors of anxiety, depression and health anxiety during COVID-19 pandemic in Turkish society: The importance of gender. *International Journal of Social Psychiatry*, 66(5). <https://doi.org/10.1177%2F0020764020927051>
- Palella, S. y Martins, F. (2003). *Metodología de la investigación cuantitativa*. FEDUPEL
- Pascoe, M., Hetrick, S. y Parker, A. (2020). The impact of stress on students in secondary school and higher education. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1). <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823>
- Ramos, C. (2020). Miedo al COVID-19 en adultos peruanos mediante el análisis de red. *Revista Cubana de Enfermería*, 36(0). Recuperado de <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/4082>
- Ramos, G. (2020). *Estrés académico en estudiantes de pregrado y posgrado de una universidad privada de Lima, 2020* (tesis de maestría). Universidad César Vallejo, Lima, Perú.
- Ries, F., Vázquez, C. C., del Carmen Campos Mesa, M., & Andrés, O. D. C. (2012). Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 12(2), 9–16. <https://doi.org/10.4321/S1578-84232012000200002>
- Ribeiro, Í., Pereira, R., Freire, I., De Oliveira, B., Casotti, C. y Boery, E. (2017). Stress and quality of life among university students: A systematic literature review. *Health Professions Education*, 4(2), 70 – 77. <https://doi.org/10.1016/j.hpe.2017.03.002>
- Rojas, W. (2020). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes del primer año de una escuela superior de formación artística pública Ayacucho, 2020* (tesis de maestría). Universidad César Vallejo, Lima, Perú.

- RPP Noticias. (20 de 09 de 2018). *Hasta 30% de la población universitaria del Perú sufre de impactos en su salud mental por presión académica*. Ministerio de Salud: <https://rpp.pe/vital/vivir-bien/hasta-30-de-la-poblacion-universitaria-del-peru-sufre-de-impactos-en-su-salud-mental-por-presion-academica-noticia-1151266>
- Sánchez-Villena, A. (2018). Relación entre estrés académico e ideación suicida en estudiantes universitarios. *Eureka*, 15(1). [https://psicoeureka.com.py/sites/default/files/articulos/eureka-15-1-9\\_0.pdf](https://psicoeureka.com.py/sites/default/files/articulos/eureka-15-1-9_0.pdf)
- Saravia, M., Cazorla, P. y Cedillo, L. (2020). Nivel de ansiedad de estudiantes de medicina de primer año de una universidad privada del Perú en tiempos de COVID-19. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 20(4), 568 - 573. Recuperado de <http://inicib.urp.edu.pe/cgi/viewcontent.cgi?article=1233&context=rfmh>
- Saricali, M., Satici, S., Satici, B., Gocet-Tekin, E. y Griffiths, M. (2020). Mindfulness, Humor, and Hopelessness: A Multiple Mediation Analysis. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00419-5>
- Sierra, J., Ortega, V. y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar E Subjetividade*, 3(1), 10 - 59. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>
- Sigüenza, W. y Vílchez, J. (2021). Aumento de los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios durante la época de pandemia de la Covid-19. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 50(1). Recuperado de <http://www.revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/931/730>
- Spielberger, C. D. (1972). Anxiety As An Emotional State. *Anxiety*, 23–49. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-657401-2.50009-5>
- Till, L., Cohen, A., Dull, B., Maker, E. y Yazdani, N. (2020). “Constant Stress Has Become the New Normal”: Stress and Anxiety Inequalities Among U.S. College Students in the Time of COVID-19. *Journal of Adolescent Health*, 68(2), 270 – 276. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.10.030>

- Tobar, M., & Cano, V. (2007). *Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad - IsRA (Manual y Protocolo) | Ansiedad | Comportamiento* (Sexta). TEA Ediciones. <https://es.scribd.com/document/263898416/Inventario-de-Situaciones-y-Respuestas-de-Ansiedad-IsRA-Manual-y-Protocolo>
- Tomás-Sábado, J. (2020). Miedo y ansiedad ante la muerte en el contexto de la pandemia de la COVID-19. *Revista de Enfermería y Salud Mental*, 18, 26-30.
- Toribio-Ferrer, C., & Franco-Bárceñas, S. (2016). Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. *Salud y Administración*, 3(7). [http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2\\_Estres\\_acad.pdf](http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2_Estres_acad.pdf)
- Trunce, S., Villaroel, G., Muñoz, J. y Werner, K. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación en educación médica*, 9(36). <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20229>
- Vivanco-Vidal, A., Saroli-Araníbar, D., Caycho-Rodríguez, T., Carbajal-León, C. y Noé-Grijalva, M. (2020). Ansiedad por Covid-19 y salud mental en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación en Psicología*, 23(2), 197-215. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v23i2.19241>
- Wang, C., Pan, R., Wang, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. y Ho, R. (2020). Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>
- Wang, C. y Zhao, H. (2020). The Impact of COVID-19 on Anxiety in Chinese University Students. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01168>
- Zhang, J. y Zheng, Y. (2017). How do academic stress and leisure activities influence college students' emotional well-being? A daily diary investigation.

*Journal of Adolescence*, 60, 114–118.  
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.08.003>

## ANEXOS

### Anexo 1. Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	NIVEL DE MEDICIÓN
<b>V1: Ansiedad asociada al COVID-19</b>	Manifestaciones de ansiedad como resultado de pensar o estar expuesto a información sobre el COVID-19, expresadas en aspectos cognitivo, conductual, emocional y fisiológico (Lee, 2020).	Puntuaciones obtenidas luego de la aplicación de del cuestionario de ansiedad asociada al Covid-19.	Cognitivo	Pensamientos repetitivos	1. Pensé constantemente en el coronavirus.	Ordinal  Escala de respuesta Likert  0 = Nunca 1 = Menos de un día o dos 2 = Varios días 3 = Más de 7 días 4 = La mayor parte de los días
					2. Me fue difícil concentrarme por estar pensando en el coronavirus.	
					3. Cualquier actividad que realizaba se interrumpía por la aparición de pensamientos relacionados al coronavirus.	
				Preocupación	4. Creí que cualquier malestar que experimentaba era debido a que tenía COVID 19.	
					5. Pensé en todo lo malo que podía pasar si contraía coronavirus.	
			Conductual	Conductas compulsivas	6. Busqué información continuamente cuando estaba pensando en el coronavirus.	
					7. Me lavé las manos más veces de las necesarias.	
					8. Me sentí paralizado o congelado cuando pensaba o estaba expuesto a información sobre el coronavirus.	
				Actividades disfuncionales	9. Dejé de realizar actividades cotidianas necesarias por temor a contagiarme del coronavirus.	
					Emocional	Miedo

					11. Experimenté temor cuando pensaba o presenciaba información referente al coronavirus.	
				Ira	12. Estuve irritable luego de haber pensado o haber estado expuesto a información sobre el coronavirus.	
					13. Estuve enojado luego de haber pensado o haber estado expuesto a información sobre el coronavirus.	
				Alteración del sueño	14. Tuve dificultad para conciliar el sueño por estar pensando en el coronavirus.	
			Fisiológico		15. Me fue difícil permanecer dormido porque estaba pensando en el coronavirus.	
				Malestar somático	16. Sentí náuseas o malestar estomacal al escuchar noticias sobre el coronavirus.	
					17. Sentí tensión y rigidez muscular cuando estaba expuesto a información sobre el coronavirus.	
<b>V2: Estrés académico</b>	El estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, donde interactúan tres elementos: estímulos estresores, síntomas y estrategias de	Puntuaciones obtenidas luego de la aplicación del cuestionario de estrés académico.	Estímulos estresores	Durante la clase	1. Participar en clases virtuales.	Ordinal
					2. Preguntar lo que no entiende en la clase.	
					3. El nivel de exigencia de mis profesores.	Escala de respuesta Likert
				Deberes escolares	4. Tiempo limitado para realizar las tareas.	
					5. Sobrecarga de trabajos.	1 = Nunca
					6. Estudiar para un examen.	2= Rara vez
					7. Sentimientos de tristeza, decaimiento.	3= Algunas veces
			Síntomas	Reacciones psicológicas	8. Dificultad para concentrarse.	4=Casi siempre
					9. Incapacidad para relajarse y mantenerse tranquilo.	

afrentamiento (Barraza, 2007).	Reacciones comportamentales	10. Desgano para realizar actividades escolares.	5 = Siempre	
		11. Tendencia a discutir con los demás.		
		12. Aislarse de los demás.		
	Estrategias de afrentamiento	Centradas en el problema		13. Buscas información sobre la situación.
				14. Elaboras un plan y ejecutas las tareas.
				15. Continuas con tus actividades.
				16. Elogiarse a sí mismo(a).
				17. Buscas tener éxito en las actividades que realizas.
		Centrado en los demás		18. Pides un consejo a alguien cercano.
				19. Te aferras a Dios, asistes virtualmente a misa.
				20. Hablas con otros compañeros para apoyarse mutuamente.
				21. Buscas ayuda de un profesional (psicólogo o consejero educativo).

## Anexo 2. Instrumentos

### CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ASOCIADA AL COVID-19

**Instrucciones:** ¿Con qué frecuencia ha experimentado las siguientes molestias en las últimas dos semanas?

	Nunca	Menos de un día o dos	Varios días	Más de 7 días	La mayor parte de los días
Pensé constantemente en el coronavirus.					
Me fue difícil concentrarme por estar pensando en el coronavirus.					
Cualquier actividad que realizaba se interrumpía por la aparición de pensamientos relacionados al coronavirus.					
Creí que cualquier malestar que experimentaba era debido a que tenía COVID 19.					
Pensé en todo lo malo que podía pasar si contraía coronavirus.					
Busqué información continuamente cuando estaba pensando en el coronavirus.					
Me lavé las manos más veces de las necesarias.					
Me sentí paralizado o congelado cuando pensaba o estaba expuesto a información sobre el coronavirus.					
Dejé de realizar actividades cotidianas necesarias por temor a contagiarme del coronavirus.					
Sentía inseguridad cuando pensaba o presenciaba información relacionada con el coronavirus.					
Experimenté temor cuando pensaba o presenciaba					

información referente al coronavirus.					
Estuve irritable luego de haber pensado o haber estado expuesto a información sobre el coronavirus.					
Estuve enojado luego de haber pensado o haber estado expuesto a información sobre el coronavirus.					
Tuve dificultad para conciliar el sueño por estar pensando en el coronavirus.					
Me fue difícil permanecer dormido porque estaba pensando en el coronavirus.					
Sentí náuseas o malestar estomacal al escuchar noticias sobre el coronavirus.					
Sentí tensión y rigidez muscular cuando estaba expuesto a información sobre el coronavirus.					

## CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación superior. A continuación, marque la opción que crea conveniente.

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

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
Participar en clases virtuales.					
Preguntar lo que no entiende en la clase.					
El nivel de exigencia de mis profesores.					
Tiempo limitado para realizar las tareas.					
Sobrecarga de trabajos.					
Estudiar para un examen.					

En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones cuando estabas estresado:

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
Sentimientos de tristeza, decaimiento.					
Dificultad para concentrarse.					
Incapacidad para relajarse y mantenerse tranquilo.					
Desgano para realizar actividades escolares.					
Tendencia a discutir con los demás.					
Aislarse de los demás.					

En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia realizas las siguientes acciones para enfrentar situaciones que te generan estrés.:

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
Buscas información sobre la situación.					
Elaboras un plan y ejecutas las tareas.					
Continuas con tus actividades.					
Elogiarse a sí mismo(a).					
Buscas tener éxito en las actividades que realizas.					
Pides un consejo a alguien cercano.					
Te aferras a Dios, asistes virtualmente a misa.					
Hablas con otros compañeros para apoyarse mutuamente.					
Buscas ayuda de un profesional (psicólogo o consejero educativo).					

## CONFIABILIDAD

### Cuestionario de ansiedad asociada al Covid-19

#### Resumen de procesamiento de casos

##### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,879	17

##### Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
VAR00001	40,7037	144,524	,674	,865
VAR00002	41,2593	144,584	,696	,864
VAR00003	41,0741	149,764	,516	,872
VAR00004	40,9630	150,960	,457	,875
VAR00005	40,0741	158,687	,314	,880
VAR00006	40,8148	154,464	,514	,872
VAR00007	39,3333	165,615	,161	,884
VAR00008	41,0000	162,154	,206	,885
VAR00009	40,8889	150,256	,616	,868
VAR00010	40,9630	151,729	,519	,872
VAR00011	40,7778	140,487	,815	,859
VAR00012	41,4444	147,410	,724	,864
VAR00013	41,7778	158,641	,388	,877
VAR00014	42,0000	155,385	,598	,870
VAR00015	41,7407	156,123	,467	,874
VAR00016	41,9259	159,610	,431	,875
VAR00017	41,3333	150,154	,633	,868

## Cuestionario de estrés académico

### Resumen de procesamiento de casos

#### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,703	21

#### Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
VAR00001	64,0370	86,729	,305	,688
VAR00002	64,1111	83,949	,553	,669
VAR00003	64,5185	81,259	,483	,669
VAR00004	63,4074	83,558	,411	,677
VAR00005	63,7778	86,410	,301	,689
VAR00006	63,2963	84,832	,315	,687
VAR00007	64,1481	103,593	-,441	,741
VAR00008	64,1481	97,977	-,170	,722
VAR00009	64,4074	93,943	,043	,708
VAR00010	64,7037	87,524	,323	,687
VAR00011	64,7407	92,276	,105	,705
VAR00012	64,7778	95,410	-,058	,723
VAR00013	63,7037	86,293	,356	,684
VAR00014	63,2963	82,909	,576	,666
VAR00015	62,8889	86,564	,325	,687
VAR00016	63,2222	81,487	,421	,675
VAR00017	62,4815	87,105	,467	,680
VAR00018	63,1481	84,516	,377	,681
VAR00019	63,4444	83,795	,437	,675
VAR00020	63,2593	88,584	,300	,690
VAR00021	64,4815	91,105	,104	,708

## **BAREMOS**

A continuación, se describen los puntos de corte para interpretar los niveles de ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico.

### **Cuestionario de ansiedad asociada al COVID-19**

---

Ansiedad asociada al COVID-19	
Alto	De 60 en adelante
Medio	33 - 59
Bajo	Menor a 33

---

### **Cuestionario de estrés académico**

---

Estrés académico	
Alto	De 76 en adelante
Medio	59 -75
Bajo	Menor a 59

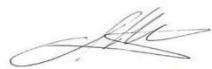
---

MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE LA TESIS: Ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA"

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA					CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES
				NUNCA	MENOS DE UN DÍA O DOS	VARIOS DÍAS	MÁS DE 7 DÍAS	LA MAYOR PARTE DE LOS DÍAS	RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN		RELACIÓN ENTRE LA DIMENSIÓN Y EL INDICADOR		RELACIÓN ENTRE EL INDICADOR Y EL ITEMS		RELACIÓN ENTRE EL ITEMS Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA		
									SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
ANSIEDAD ASOCIADA AL COVID-19 Manifestaciones de ansiedad como resultado de pensar o estar expuesto a información sobre el COVID-19, expresadas en aspectos cognitivo, conductual, emocional y fisiológico (Lee, 2020).	Cognitivo Manifestaciones de ansiedad relacionadas al pensamiento.	Pensamientos repetitivos	Pensé constantemente en el coronavirus.						X		X		X		X		
			Me fue difícil concentrarme por estar pensando en el coronavirus.						X		X		X		X		
			Cualquier actividad que realizaba se interrumpía por la aparición de pensamientos relacionados al coronavirus.						X		X		X		X		
		Preocupación	Creí que cualquier malestar que experimentaba era debido a que tenía COVID 19.						X		X		X		X		
			Pensé en todo lo malo que podía pasar si contraía coronavirus.						X		X		X		X		
		Conductual Manifestaciones de ansiedad reflejadas en la conducta.	Conductas compulsivas	Busqué información continuamente cuando estaba pensando en el coronavirus.						X		X		X		X	
	Me lavé las manos más veces de las necesarias.								X		X		X		X		
	Actividades disfuncionales		Me sentí paralizado o congelado cuando pensaba o estaba expuesto a información sobre el coronavirus.						X		X		X		X		

		Dejé de realizar actividades cotidianas necesarias por temor a contagiarme del coronavirus.							X		X		X		X		
<b>Emocional</b> Manifestaciones de ansiedad relativas a emociones o sentimientos.	Miedo	Sentía inseguridad cuando pensaba o presenciaba información relacionada con el coronavirus.							X		X		X		X		
		Experimenté temor cuando pensaba o presenciaba información referente al coronavirus.							X		X		X		X		
	Ira	Estuve irritable luego de haber pensado o haber estado expuesto a información sobre el coronavirus.							X		X		X		X		
		Estuve enojado luego de haber pensado o haber estado expuesto a información sobre el coronavirus.							X		X		X		X		
<b>Fisiológico</b> Manifestaciones de ansiedad relacionadas al funcionamiento biológico.	Alteración del sueño	Tuve dificultad para conciliar el sueño por estar pensando en el coronavirus.							X		X		X		X		
		Me fue difícil permanecer dormido porque estaba pensando en el coronavirus.							X		X		X		X		
	Malestar somático	Sentí náuseas o malestar estomacal al escuchar noticias sobre el coronavirus.							X		X		X		X		
		Sentí tensión y rigidez muscular cuando estaba expuesto a información sobre el coronavirus.							X		X		X		X		



FIRMA DEL EVALUADOR  
Dr. Oscar Vela Miranda  
C.Ps.P. 3351

## MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:**

“Cuestionario de ansiedad asociada al COVID-19”

**OBJETIVO:** Evaluar el nivel de ansiedad asociada al COVID-19.

**DIRIGIDO A:** Estudiantes de educación superior.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** Vela Miranda, Oscar Manuel

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** Dr. en Psicología

**VALORACIÓN:**

INADECUADO	REGULAR	ADECUADO
------------	---------	----------



FIRMA DEL EVALUADOR  
Dr. Oscar Vela Miranda  
C.Ps.P. 3351

**Ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público  
"AYABACA"**

**FICHA DE EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO: GUÍA DE PAUTAS**

Indicadores	Criterios	Deficiente 0 - 20					Regular 21 - 40					Buena 41 - 60					Muy Buena 61 - 80					Excelente 81 - 100					OBSERVACIONES
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96						
<b>ASPECTOS DE VALIDACION</b>		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100						
1. Claridad	Esta formulado con un lenguaje apropiado																X										
2. Objetividad	Esta expresado en conductas observables																X										
3. Actualidad	Adecuado al enfoque teórico abordado en la investigación																X										
4. Organización	Existe una organización lógica entre sus ítems																X										
5. Suficiencia	Comprende los aspectos necesarios en cantidad y calidad.																X										

6. Intencionalidad	Adecuado para valorar las dimensiones del tema de la investigación																X						
--------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--



MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE LA TESIS: Ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA"

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA					CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES	
				NUNCA	MENOS DE UN DÍA O DOS	VARIOS DÍAS	MÁS DE 7 DÍAS	LA MAYOR PARTE DE LOS DÍAS	RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN		RELACIÓN ENTRE LA DIMENSIÓN Y EL INDICADOR		RELACIÓN ENTRE EL INDICADOR Y EL ITEMS		RELACIÓN ENTRE EL ITEMS Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA			
									SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO		
<b>ANSIEDAD ASOCIADA AL COVID-19</b> Manifestaciones de ansiedad como resultado de pensar o estar expuesto a información sobre el COVID-19, expresadas en aspectos cognitivo, conductual, emocional y fisiológico (Lee, 2020).	<b>Cognitivo</b> Manifestaciones de ansiedad relacionadas al pensamiento.	Pensamientos repetitivos	Pensé constantemente en el coronavirus.						X		X		X		X			
			Me fue difícil concentrarme por estar pensando en el coronavirus.						X		X		X		X			
			Cualquier actividad que realizaba se interrumpía por la aparición de pensamientos relacionados al coronavirus.						X		X		X		X			
		Preocupación	Creí que cualquier malestar que experimentaba era debido a que tenía COVID 19.						X		X		X		X			
			Pensé en todo lo malo que podía pasar si contraía coronavirus.						X		X		X		X			
		<b>Conductual</b> Manifestaciones de ansiedad reflejadas en la conducta.	Conductas compulsivas	Busqué información continuamente cuando estaba pensando en el coronavirus.						X		X		X		X		
	Me lavé las manos más veces de las necesarias.								X		X		X		X			
	Actividades disfuncionales		Me sentí paralizado o congelado cuando pensaba o estaba expuesto a información sobre el coronavirus.						X		X		X		X			

		Dejé de realizar actividades cotidianas necesarias por temor a contagiarme del coronavirus.							X		X		X		X			
<b>Emocional</b> Manifestaciones de ansiedad relativas a emociones o sentimientos.	Miedo	Sentía inseguridad cuando pensaba o presenciaba información relacionada con el coronavirus.							X		X		X		X			
		Experimenté temor cuando pensaba o presenciaba información referente al coronavirus.							X		X		X		X			
	Ira	Estuve irritable luego de haber pensado o haber estado expuesto a información sobre el coronavirus.							X		X		X		X			
		Estuve enojado luego de haber pensado o haber estado expuesto a información sobre el coronavirus.							X		X		X		X			
<b>Fisiológico</b> Manifestaciones de ansiedad relacionadas al funcionamiento biológico.	Alteración del sueño	Tuve dificultad para conciliar el sueño por estar pensando en el coronavirus.							X		X		X		X			
		Me fue difícil permanecer dormido porque estaba pensando en el coronavirus.							X		X		X		X			
	Malestar somático	Sentí náuseas o malestar estomacal al escuchar noticias sobre el coronavirus.							X		X		X		X			
		Sentí tensión y rigidez muscular cuando estaba expuesto a información sobre el coronavirus.							X		X		X		X			

Mg. Renee Culquicondor Llapasca  
CPP.0262529521

**MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO**

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:**

“Cuestionario de ansiedad asociada al COVID-19”

**OBJETIVO:** Evaluar el nivel de ansiedad asociada al COVID-19.

**DIRIGIDO A:** Estudiantes de educación superior.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** RENEE CULQUICONDOR LLAPAPASCA

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** MAGISTER EN CREATIVIDAD DE LA EDUCACIÓN

**VALORACIÓN:** ADECUADO

INADECUADO	REGULAR	<b>ADECUADO</b>
------------	---------	-----------------



**Mg. Renee Culquicondor Llapapasca**  
CPP.0262529521

**Ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA"**  
**FICHA DE EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO: GUÍA DE PAUTAS**

Indicadores	Criterios	Deficiente 0 - 20				Regular 21 - 40				Buena 41 - 60				Muy Buena 61 - 80				Excelente 81 - 100				OBSERVACIONES
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96	
<b>ASPECTOS DE VALIDACION</b>		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	
1. Claridad	Esta formulado con un lenguaje apropiado															x						
2. Objetividad	Esta expresado en conductas observables															x						
3. Actualidad	Adecuado al enfoque teórico abordado en la investigación																x					
4. Organización	Existe una organización lógica entre sus ítems																x					
5. Suficiencia	Comprende los aspectos necesarios en cantidad y calidad.																x					
6. Intencionalidad	Adecuado para valorar las dimensiones del tema de la investigación																x					

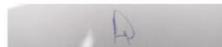


MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE LA TESIS: Ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA"

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA					CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACION Y/O RECOMENDACIONES		
				NUNCA	MENOS DE UN DÍA O DOS	VARIOS DÍAS	MÁS DE 7 DÍAS	LA MAYOR PARTE DE LOS DÍAS	RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN		RELACIÓN ENTRE LA DIMENSIÓN Y EL INDICADOR		RELACIÓN ENTRE EL INDICADOR Y EL ITEMS		RELACIÓN ENTRE EL ITEMS Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA				
									SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO			
<b>ANSIEDAD ASOCIADA AL COVID-19</b> Manifestaciones de ansiedad como resultado de pensar o estar expuesto a información sobre el COVID-19, expresadas en aspectos cognitivo, conductual, emocional y fisiológico (Lee, 2020).	<b>Cognitivo</b> Manifestaciones de ansiedad relacionadas al pensamiento.	Pensamientos repetitivos	Pensé constantemente en el coronavirus.						X		X		X		X				
			Me fue difícil concentrarme por estar pensando en el coronavirus.						X		X								
			Cualquier actividad que realizaba se interrumpía por la aparición de pensamientos relacionados al coronavirus.						X		X		X		X				
		Preocupación	Creí que cualquier malestar que experimentaba era debido a que tenía COVID 19.						X		X		X		X				
			Pensé en todo lo malo que podía pasar si contraía coronavirus.						X		X		X		X				
		<b>Conductual</b> Manifestaciones de ansiedad reflejadas en la conducta.	Conductas compulsivas	Busqué información continuamente cuando estaba pensando en el coronavirus.						X		X		X		X			
	Me lavé las manos más veces de las necesarias.								X		X		X		X				
	Actividades disfuncionales		Me sentí paralizado o congelado cuando pensaba o estaba expuesto a información sobre el coronavirus.						X		X		X		X				

		Dejé de realizar actividades cotidianas necesarias por temor a contagiarme del coronavirus.							X		X		X		X		
<b>Emocional</b> Manifestaciones de ansiedad relativas a emociones o sentimientos.	Miedo	Sentía inseguridad cuando pensaba o presenciaba información relacionada con el coronavirus.							X		X		X		X		
		Experimenté temor cuando pensaba o presenciaba información referente al coronavirus.							X		X		X		X		
	Ira	Estuve irritable luego de haber pensado o haber estado expuesto a información sobre el coronavirus.							X		X		X		X		
		Estuve enojado luego de haber pensado o haber estado expuesto a información sobre el coronavirus.							X		X		X		X		
<b>Fisiológico</b> Manifestaciones de ansiedad relacionadas al funcionamiento biológico.	Alteración del sueño	Tuve dificultad para conciliar el sueño por estar pensando en el coronavirus.							X		X		X		X		
		Me fue difícil permanecer dormido porque estaba pensando en el coronavirus.							X		X		X		X		
	Malestar somático	Sentí náuseas o malestar estomacal al escuchar noticias sobre el coronavirus.							X		X		X		X		
		Sentí tensión y rigidez muscular cuando estaba expuesto a información sobre el coronavirus.							X		X		X		X		



FIRMA DEL EVALUADOR  
 MG. GEORGE OSWALDO OCAMPOS PRADO  
 ORCID: 0000-0001-5167-6404

## MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:**

“Cuestionario de ansiedad asociada al COVID-19”

**OBJETIVO:** Evaluar el nivel de ansiedad asociada al COVID-19.

**DIRIGIDO A:** Estudiantes de educación superior.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** OCAMPOS PRADO, George Oswaldo.

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** MAGÍSTER EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN DOCENCIA EN EL NIVEL SUPERIOR.

**VALORACIÓN:** ADECUADO

INADECUADO	REGULAR	ADECUADO
------------	---------	----------



FIRMA DEL EVALUADOR

MG. GEORGE OSWALDO OCAMPOS PRADO  
ORCID: 0000-0001-5167-6404

**Ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA"**  
**FICHA DE EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO: GUÍA DE PAUTAS**

Indicadores	Criterios	Deficiente 0 - 20				Regular 21 - 40				Buena 41 - 60				Muy Buena 61 - 80				Excelente 81 - 100				OBSERVACIONES
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96	
<b>ASPECTOS DE VALIDACION</b>		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	
1. Claridad	Esta formulado con un lenguaje apropiado																			X		
2. Objetividad	Esta expresado en conductas observables																			X		
3. Actualidad	Adecuado al enfoque teórico abordado en la investigación																			X		
4. Organización	Existe una organización lógica entre sus ítems																			X		
5. Suficiencia	Comprende los aspectos necesarios en cantidad y calidad.																			X		
6. Intencionalidad	Adecuado para valorar las dimensiones del tema de la investigación																			X		



MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE LA TESIS: Ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA"

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA					CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES
				NUNCA	MENOS DE UN DÍA O DOS	VARIOS DÍAS	MÁS DE 7 DÍAS	LA MAYOR PARTE DE LOS DÍAS	RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN		RELACIÓN ENTRE LA DIMENSIÓN Y EL INDICADOR		RELACIÓN ENTRE EL INDICADOR Y EL ITEMS		RELACIÓN ENTRE EL ITEMS Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA		
									SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
<b>ANSIEDAD ASOCIADA AL COVID-19</b> Manifestaciones de ansiedad como resultado de pensar o estar expuesto a información sobre el COVID-19, expresadas en aspectos cognitivo, conductual, emocional y fisiológico (Lee, 2020).	<b>Cognitivo</b> Manifestaciones de ansiedad relacionadas al pensamiento.	Pensamientos repetitivos	Pensé constantemente en el coronavirus.						✓		✓		✓		✓		
			Me fue difícil concentrarme por estar pensando en el coronavirus.						✓		✓		✓		✓		
			Cualquier actividad que realizaba se interrumpía por la aparición de pensamientos relacionados al coronavirus.						✓		✓		✓		✓		
		Preocupación	Creí que cualquier malestar que experimentaba era debido a que tenía COVID 19.						✓		✓		✓		✓		
			Pensé en todo lo malo que podía pasar si contraía coronavirus.						✓		✓		✓		✓		
		<b>Conductual</b> Manifestaciones de ansiedad reflejadas en la conducta.	Conductas compulsivas	Busqué información continuamente cuando estaba pensando en el coronavirus.						✓		✓		✓		✓	
	Me lavé las manos más veces de las necesarias.								✓		✓		✓		✓		
	Actividades disfuncionales		Me sentí paralizado o congelado cuando pensaba o estaba expuesto a información sobre el coronavirus.						✓		✓		✓		✓		

		Dejé de realizar actividades cotidianas necesarias por temor a contagiarme del coronavirus.								✓		✓		✓		✓		
<b>Emocional</b> Manifestaciones de ansiedad relativas a emociones o sentimientos.	Miedo	Sentía inseguridad cuando pensaba o presenciaba información relacionada con el coronavirus.								✓		✓		✓		✓		
		Experimenté temor cuando pensaba o presenciaba información referente al coronavirus.								✓		✓		✓		✓		
	Ira	Estuve irritable luego de haber pensado o haber estado expuesto a información sobre el coronavirus.								✓		✓		✓		✓		
		Estuve enojado luego de haber pensado o haber estado expuesto a información sobre el coronavirus.								✓		✓		✓		✓		
<b>Fisiológico</b> Manifestaciones de ansiedad relacionadas al funcionamiento biológico.	Alteración del sueño	Tuve dificultad para conciliar el sueño por estar pensando en el coronavirus.								✓		✓		✓		✓		
		Me fue difícil permanecer dormido porque estaba pensando en el coronavirus.								✓		✓		✓		✓		
	Malestar somático	Sentí náuseas o malestar estomacal al escuchar noticias sobre el coronavirus.								✓		✓		✓		✓		
		Sentí tensión y rigidez muscular cuando estaba expuesto a información sobre el coronavirus.								✓		✓		✓		✓		

  
**FIRMA DEL EVALUADOR**  
 Dra. Alexa del Rocio Varela Lescano  
 DNI 18147860  
 CPPe. 1518147860  
 ORCID 0000-0002-2168-8815  
 Fecha de revisión: 10-05-2021

## MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:**

“Cuestionario de ansiedad asociada al COVID-19”

**OBJETIVO:** Evaluar el nivel de ansiedad asociada al COVID-19.

**DIRIGIDO A:** Estudiantes de educación superior.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** VARELA LESCANO ALEXA DELROCIO

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** DOCTORA EN EDUCACIÓN

**VALORACIÓN:**

INADECUADO	REGULAR	ADECUADO ✓
------------	---------	------------



**FIRMA DEL EVALUADOR**

Dra. Alexa del Rocio Varela Lescano

DNI 18147860

CPPe. 1518147860

ORCID 0000-0002-2168-8815

Fecha de revisión: 10-05-2021

**Ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “AYABACA”  
FICHA DE EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO: GUÍA DE PAUTAS**

Indicadores	Criterios	Deficiente 0 - 20				Regular 21 - 40				Buena 41 - 60				Muy Buena 61 - 80				Excelente 81 - 100				OBSERVACIONES
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96	
<b>ASPECTOS DE VALIDACION</b>		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	
1. Claridad	Esta formulado con un lenguaje apropiado																				✓	
2. Objetividad	Esta expresado en conductas observables																				✓	
3. Actualidad	Adecuado al enfoque teórico abordado en la investigación																				✓	
4. Organización	Existe una organización lógica entre sus ítems																			✓		
5. Suficiencia	Comprende los aspectos necesarios en cantidad y calidad.																				✓	
6. Intencionalidad	Adecuado para valorar las dimensiones del tema de la investigación																				✓	



MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE LA TESIS: Ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA"

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA					CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES
				NUNCA	RARA VEZ	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	RELACIÓN ENTRE LA VARIAB LE Y LA DIMENSI ON		RELACIÓN ENTRE LA DIMENSIÓN Y EL INDICADOR		RELACIÓN ENTRE EL INDICAD OR Y EL ITEMS		RELACIÓN ENTRE EL ITEMS Y LA OPCIÓN DE RESPEUSTA		
									SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
ESTRÉS ACADÉMICO El estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, donde interactúan tres elementos: estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento (Barraza, 2007).	Estímulos estresores	Durante la clase	Participar en clases virtuales.						X		X		X		X		
			Preguntar lo que no entiende en la clase.						X		X		X		X		
			El nivel de exigencia de mis profesores.						X		X		X		X		
		Deberes académicos	Tiempo limitado para realizar las tareas.						X		X		X		X		
			Sobrecarga de trabajos.						X		X		X		X		
			Estudiar para un examen.						X		X		X		X		
	Síntomas	Reacciones psicológicas	Sentimientos de tristeza, decaimiento.						X		X		X		X		
			Dificultad para concentrarse.						X		X		X		X		
			Incapacidad para relajarse y mantenerse tranquilo.						X		X		X		X		
		Reacciones comportamentales	Desgano para realizar actividades escolares.						X		X		X		X		
			Tendencia a discutir con los demás.						X		X		X		X		
			Aislarse de los demás.						X		X		X		X		
	Estrategias de afrontamiento	Centradas en el problema	Buscas información sobre la situación.						X		X		X		X		
			Elaboras un plan y ejecutas las tareas.						X		X		X		X		

Acciones que el alumno toma para afrontar el estrés.		Continuas con tus actividades.						X			X			X			X
		Elogiarse a sí mismo(a).						X			X			X			X
		Buscas tener éxito en las actividades que realizas.						X			X			X			X
	Centrado en los demás	Pides un consejo a alguien cercano.						X			X			X			X
		Te aferras a Dios, asistes virtualmente a misa.						X			X			X			X
		Hablas con otros compañeros para apoyarse mutuamente.						X			X			X			X
		Buscas ayuda de un profesional (psicólogo o consejero educativo).						X			X			X			X



FIRMA DEL EVALUADOR

**Dr. Oscar Vela Miranda**  
C.Ps.P. 3351

**MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO**

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:**

“Cuestionario de estrés académico”

**OBJETIVO:** Evaluar el nivel de estrés académico.

**DIRIGIDO A:** Estudiantes de educación superior.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** Vela Miranda Oscar Manuel

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** Dr. En Psicología

**VALORACIÓN:**

INADECUADO	REGULAR	ADECUADO
------------	---------	----------



**FIRMA DEL EVALUADOR**

**Dr. Oscar Vela Miranda  
C.Ps.P. 3351**

**Ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA"**  
**FICHA DE EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO: GUÍA DE PAUTAS**

Indicadores	Criterios	Deficiente 0 - 20				Regular 21 - 40				Buena 41 - 60				Muy Buena 61 - 80				Excelente 81 - 100				OBSERVACIONES
		0 5	6 10	11 15	16 20	21 25	26 30	31 35	36 40	41 45	46 50	51 55	56 60	61 65	66 70	71 75	76 80	81 85	86 90	91 95	96 100	
<b>ASPECTOS DE VALIDACION</b>																						
1. Claridad	Esta formulado con un lenguaje apropiado															X						
2. Objetividad	Esta expresado en conductas observables															X						
3. Actualidad	Adecuado al enfoque teórico abordado en la investigación															X						
4. Organización	Existe una organización lógica entre sus ítems															X						
5. Suficiencia	Comprende los aspectos necesarios en cantidad y calidad.															X						
6. Intencionalidad	Adecuado para valorar las dimensiones del tema de la investigación															X						



MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE LA TESIS: Ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA"

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA					CRITERIOS DE EVALUCIÓN								OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES
				NUNCA	RARA VEZ	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN		RELACIÓN ENTRE LA DIMENSIÓN Y EL INDICADOR		RELACIÓN ENTRE EL INDICADOR Y EL ITEMS		RELACIÓN ENTRE EL ITEMS Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA		
									SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
ESTRÉS ACADÉMICO El estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, donde interactúan tres elementos: estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento (Barraza, 2007).	Estímulos estresores	Durante la clase	Participar en clases virtuales.						X		X		X		X		
			Preguntar lo que no entiende en la clase.						X		X		X		X		
			El nivel de exigencia de mis profesores.						X		X		X		X		
		Deberes académicos	Tiempo limitado para realizar las tareas.						X		X		X		X		
			Sobrecarga de trabajos.						X		X		X		X		
			Estudiar para un examen.						X		X		X		X		
	Síntomas	Reacciones psicológicas	Sentimientos de tristeza, decaimiento.						X		X		X		X		
			Dificultad para concentrarse.						X		X		X		X		
			Incapacidad para relajarse y mantenerse tranquilo.						X		X		X		X		
		Reacciones comportamentales	Desgano para realizar actividades escolares.						X		X		X		X		Desinterés desgano es una palabra no adecuada en una investigación.
			Tendencia a discutir con los demás.						X		X		X		X		
			Aislarse de los demás.						X		X		X		X		

<b>Estrategias de afrontamiento</b>	Centradas en el problema	Buscas información sobre la situación.						X		X		X		X			
		Elaboras un plan y ejecutas las tareas.						X		X		X		X			
		Continuas con tus actividades.						X		X		X		X			
		Elogiarse a sí mismo(a).						X		X		X		X			
	Acciones que el alumno toma para afrontar el estrés.	Centrado en los demás	Buscas tener éxito en las actividades que realizas.						X		X		X		X		
			Pides un consejo a alguien cercano.						X		X		X		X		
			Te aferras a Dios, asistes virtualmente a misa.						X		X		X		X		
			Hablas con otros compañeros para apoyarse mutuamente.						X		X		X		X		
		Buscas ayuda de un profesional (psicólogo o consejero educativo).						X		X		X		X			

---

**Mg. Renee Culquicondor Llapasca**

CPP.026252952

## MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:**

“Cuestionario de estrés académico”

**OBJETIVO:** Evaluar el nivel de estrés académico.

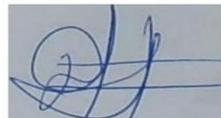
**DIRIGIDO A:** Estudiantes de educación superior.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** CULQUICONDOR LLAPAPASCA RENEE

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** MAGISTER EN CREATIVIDAD DE LA EDUCACIÓN

**VALORACIÓN:** ADECUADO

INADECUADO	REGULAR	<b>ADECUADO</b>
------------	---------	-----------------



---

**Mg. Renee Culquicondor Llapapasca**  
CPP. 02625295.

**Ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA"**  
**FICHA DE EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO: GUÍA DE PAUTAS**

Indicadores	Criterios	Deficiente 0 - 20				Regular 21 - 40				Buena 41 - 60				Muy Buena 61 - 80				Excelente 81 - 100				OBSERVACIONES
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96	
<b>ASPECTOS DE VALIDACION</b>		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	
1. Claridad	Esta formulado con un lenguaje apropiado															X						
2. Objetividad	Esta expresado en conductas observables															X						
3. Actualidad	Adecuado al enfoque teórico abordado en la investigación															X						
4. Organización	Existe una organización lógica entre sus ítems															X						
5. Suficiencia	Comprende los aspectos necesarios en cantidad y calidad.															X						
6. Intencionalidad	Adecuado para valorar las dimensiones del tema de la investigación															X						



MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE LA TESIS: Ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA"

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA					CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES
				NUNCA	RARA VEZ	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN		RELACIÓN ENTRE LA DIMENSIÓN Y EL INDICADOR		RELACIÓN ENTRE EL INDICADOR Y EL ÍTEM		RELACIÓN ENTRE EL ÍTEM Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA		
									SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
ESTRÉS ACADÉMICO El estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, donde interactúan tres elementos: estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento (Barraza, 2007).	Estímulos estresores	Durante la clase	Participar en clases virtuales.						X		X		X				
			Preguntar lo que no entiende en la clase.						X		X		X				
			El nivel de exigencia de mis profesores.						X		X		X				
		Deberes académicos	Tiempo limitado para realizar las tareas.						X		X		X				
			Sobrecarga de trabajos.						X		X		X				
			Estudiar para un examen.						X		X		X				
	Síntomas	Reacciones psicológicas	Sentimientos de tristeza, decaimiento.						X		X		X				
			Dificultad para concentrarse.						X		X		X				
			Incapacidad para relajarse y mantenerse tranquilo.						X		X		X				
		Reacciones comportamentales	Desgano para realizar actividades escolares.						X		X		X				
			Tendencia a discutir con los demás.						X		X		X				
			Aislarse de los demás.						X		X		X				
	Estrategias de afrontamiento	Centradas en el problema	Buscas información sobre la situación.						X		X		X				
			Elaboras un plan y ejecutas las tareas.						X		X		X				

Acciones que el alumno toma para afrontar el estrés.		Continuas con tus actividades.						X		X		X		X		
		Elogiarse a sí mismo(a).						X		X		X		X		
		Buscas tener éxito en las actividades que realizas.						X		X		X		X		
	Centrado en los demás	Pides un consejo a alguien cercano.						X		X		X		X		
		Te aferras a Dios, asistes virtualmente a misa.						X		X		X		X		
		Hablas con otros compañeros para apoyarse mutuamente.						X		X		X		X		
		Buscas ayuda de un profesional (psicólogo o consejero educativo).						X		X		X		X		

FIRMA DEL EVALUADOR

**MG. GEORGE OSWALDO OCAMPOS PRADO**

**ORCID: 0000-0001-5167-6404**

## MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:**

“Cuestionario de estrés académico”

**OBJETIVO:** Evaluar el nivel de estrés académico.

**DIRIGIDO A:** Estudiantes de educación superior.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** OCAMPOS PRADO, George Oswaldo.

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** MAGÍSTER EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN DOCENCIA EN EL NIVEL SUPERIOR.

**VALORACIÓN:** ADECUADO

INADECUADO	REGULAR	ADECUADO
------------	---------	----------



**FIRMA DEL EVALUADOR**

**MG. GEORGE OSWALDO OCAMPOS PRADO**

**ORCID: 0000-0001-5167-6404**





MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE LA TESIS: Ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA"

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA					CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES	
				NUNCA	RARA VEZ	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN		RELACIÓN ENTRE LA DIMENSIÓN Y EL INDICADOR		RELACIÓN ENTRE EL INDICADOR Y EL ÍTEM		RELACIÓN ENTRE EL ÍTEM Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA			
									SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO		
ESTRÉS ACADÉMICO El estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, donde interactúan tres elementos: estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento (Barraza, 2007).	Estímulos estresores	Durante la clase	Participar en clases virtuales.						✓		✓		✓		✓			
			Preguntar lo que no entiende en la clase.						✓		✓		✓		✓			
			El nivel de exigencia de mis profesores.						✓		✓		✓		✓			
	Situaciones que el alumno reconoce como causantes de estrés.	Deberes académicos	Tiempo limitado para realizar las tareas.						✓		✓		✓		✓			
			Sobrecarga de trabajos.						✓		✓		✓		✓			
			Estudiar para un examen.						✓		✓		✓		✓			
	Síntomas	Reacciones psicológicas	Sentimientos de tristeza, decaimiento.						✓		✓		✓		✓			
			Dificultad para concentrarse.						✓		✓		✓		✓			
			Incapacidad para relajarse y mantenerse tranquilo.						✓		✓		✓		✓			
		Manifestaciones del estrés académico.	Reacciones comportamentales	Desgano para realizar actividades escolares.						✓		✓		✓		✓		
				Tendencia a discutir con los demás.						✓		✓		✓		✓		
				Aislarse de los demás.						✓		✓		✓		✓		
	Estrategias de afrontamiento	Centradas en el problema	Buscas información sobre la situación.						✓		✓		✓		✓			
			Elaboras un plan y ejecutas las tareas.						✓		✓		✓		✓			

Acciones que el alumno toma para afrontar el estrés.		Continuas con tus actividades.							✓		✓		✓		✓		
		Elogiarse a sí mismo(a).							✓		✓		✓		✓		
		Buscas tener éxito en las actividades que realizas.							✓		✓		✓		✓		
	Centrado en los demás	Pides un consejo a alguien cercano.							✓		✓		✓		✓		
		Te aferras a Dios, asistes virtualmente a misa.							✓		✓		✓		✓		
		Hablas con otros compañeros para apoyarse mutuamente.							✓		✓		✓		✓		
Buscas ayuda de un profesional (psicólogo o consejero educativo).							✓		✓		✓		✓				



FIRMA DEL EVALUADOR

Dra. Alexa del Rocio Varela Lescano

DNI 18147860

CPPe. 1518147860

ORCID 0000-0002-2168-8815

Fecha de revisión: 10-05-2021

## MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:**

“Cuestionario de estrés académico”

**OBJETIVO:** Evaluar el nivel de estrés académico.

**DIRIGIDO A:** Estudiantes de educación superior.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** VARELA LESCANO ALEXA DEL ROCIO

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** DOCTOR EN EDUCACIÓN

**VALORACIÓN:**

INADECUADO	REGULAR	✓ ADECUADO
------------	---------	---------------



**FIRMA DEL EVALUADOR**  
Dra. Alexa del Rocio Varela Lescano

DNI 18147860

CPPe. 1518147860

ORCID 0000-0002-2168-8815

Fecha de revisión: 10-05-2021

**Ansiedad asociada al COVID-19 y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "AYABACA"**  
**FICHA DE EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO: GUÍA DE PAUTAS**

Indicadores	Criterios	Deficiente 0 - 20				Regular 21 - 40				Buena 41 - 60				Muy Buena 61 - 80				Excelente 81 - 100				OBSERVACIONES
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96	
<b>ASPECTOS DE VALIDACION</b>		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	
1. Claridad	Esta formulado con un lenguaje apropiado																				✓	
2. Objetividad	Esta expresado en conductas observables																				✓	
3. Actualidad	Adecuado al enfoque teórico abordado en la investigación																				✓	
4. Organización	Existe una organización lógica entre sus ítems																			✓		
5. Suficiencia	Comprende los aspectos necesarios en cantidad y calidad.																				✓	
6. Intencionalidad	Adecuado para valorar las dimensiones del tema de la investigación																				✓	





**"DECENIO DE LA IGUALDAD DE OPORTUNIDADES PARA HOMBRES Y MUJERES"**

Ayabaca, 20 de abril de 2021

**OFICIO N° 58-2021-GOB.REG.PIURA-DREP-UESTP "A" JAST-DGE.**

SEÑORA: YACLIN SHIRLEY TIMOTEO MAURICIO

AYABACA - PIURA. -

ASUNTO: EMITO RESPUESTA A SOLICITUD

REF. : EXPEDIENTE N° 069 DEL 20/04/2021

Tengo a bien de dirigirme a Usted, para saludarla cordialmente, luego a través del presente, dar respuesta a su solicitud, en el sentido de que se le autoriza realizar el Trabajo de Investigación utilizando datos de nuestra institución como es el caso específico de nuestros estudiantes, se le darán las facilidades a través de Secretaría Académica, para que administre instrumentos de la investigación y publique los resultados a los que llegara al final de la investigación. El número de estudiantes por Programa de Estudios al año 2021 es:

Producción Agropecuaria: 46

Construcción civil : 56

Enfermería Técnica : 98

Lo que hace un total de 200 estudiantes totales

Esperando la debida atención al presente me despido de Usted, no sin antes expresarle las muestras de consideración y respeto.

Muy atentamente,



MINISTERIO DE EDUCACION  
GOBIERNO REGIONAL PIURA  
DIRECCION REGIONAL DE EDUCACION PIURA  
INSTITUTO DE EDUCACION SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO "AYABACA"  
Ing. Jonny Alberto Samaniego Tocto  
DIRECTOR GENERAL (e)