

**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
ESCUELA DE POSGRADO**

SALUD PÚBLICA Y GESTIÓN SANITARIA



**“ANSIEDAD Y MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN
JÓVENES UNIVERSITARIOS DE UNA INSTITUCIÓN PÚBLICA
DE HUÁNUCO, 2022”**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
CIENCIAS DE LA SALUD**

**SUBLÍNEA DE INVESTIGACIÓN
GESTIÓN SANITARIA**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO DE MAESTRO EN
SALUD PÚBLICA Y GESTIÓN SANITARIA**

TESISTA:

ALCANTARA ASECICIOS DE BREWSTER FLORISA JESUS

ASESORA:

Dra. CAMPOS CORNEJO LILIA LUCY

HUÁNUCO – PERÚ

2024

DEDICATORIA

Dedico desde mi corazón esta tesis de maestría. A mis padres, quienes me impulsaron a ser mejor cada día y a levantarme en cada obstáculo.

A mi esposo, Thomas V. Brewster por no soltar mi mano en este camino de mi historia, por su paciencia y comprensión y a mi amada hija Grace E. Brewster, para que cada uno de mis historias le quede como ejemplo a seguir, a tu corta edad me demostraste que todo es posible, tu apoyo tecnológico, su inteligencia me inspiro a seguir logrando mis metas.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, a Dios por iluminarme y brindarme sabiduría para lograr esta meta. A mi asesora la Dra. Liliana Campos Cornejo. Sin Ud. Y sus virtudes y tu paciencia no hubieran sido posible este trabajo, ya que formó una parte importante en este estudio con Sus aportes profesionales que lo caracterizan gracias por sus orientaciones sabias.

A mis padres y hermanos David Alcántara Franco y Jesús Asencios Maguina por su amor, y su apoyo y en este tiempo de mi carrera que estuvieron conmigo en mis momentos más difíciles Uds. fueron mi lumbrera que impulsa mis sueños y esperanza y mejores guías de mi vida.

A mis hermanos por su apoyo emocional por darme su tiempo en la distancia, cooperaron conmigo.

RESUMEN

El objetivo del estudio fue conocer la relación entre la ansiedad y los modos de afrontamiento al estrés en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco. El estudio es de enfoque cuantitativo, transversal, y correlacional, con una muestra de 100 estudiantes, quienes respondieron al test de ansiedad de Beck y el Cuestionario de Modos de afrontamiento al estrés.

Los resultados indican que no existe relación significativa entre ansiedad y modos de afrontamiento al estrés, así mismo entre las dimensiones de Afrontamiento cognitivo y Ansiedad no existe relación significativa con los Factores Subjetivo, Neurofisiológico, Autonómico y Síntomas Vasomotores de la Ansiedad y se encontró relación significativa positiva con apoyo emocional, la relación fue baja. Entre la dimensión Afrontamiento Evitativo, y los Factores Subjetivo, Neurofisiológico, Autonómico y Síntomas Vasomotores de la Ansiedad existe relación positiva y moderada, pero no existe relación significativa entre la dimensión Afrontamiento Espiritual y todos los factores de la Ansiedad. Según los niveles de ansiedad el 34% presentaron nivel medio, el 31% alto y un 35% bajo y en los modos de afrontamiento al estrés, el 33% se ubicaron en el nivel medio y alto y un 34% nivel bajo.

Palabras clave: Ansiedad; afrontamiento; estrés, Universitarios

ABSTRACT

The objective of the study was to know the relationship between anxiety and ways of coping with stress in young university students from a Public Institution in Huánuco. The study has a quantitative, transversal, and correlational approach, with a sample of 100 students, who responded to the Beck anxiety test and the Ways of Coping with Stress Questionnaire. The results indicate that there is no significant relationship between anxiety and ways of coping with stress, likewise

Between the dimensions of Cognitive Coping and Anxiety there is no significant relationship with the Subjective, Neurophysiological, Autonomic Factors and Vasomotor Symptoms of Anxiety and a significant positive relationship was found with emotional support, the relationship was low. Between the Avoidant Coping dimension and the Subjective, Neurophysiological, Autonomic and Vasomotor Symptoms of Anxiety Factors there is a positive and moderate relationship, but there is no significant relationship between the Spiritual Coping dimension and all the Anxiety factors. According to the anxiety levels, 34% had a medium level, 31% had a high level and 35% had a low level, and in the ways of coping with stress, 33% were located in the medium and high level and 34% had a low level.

Keywords: anxiety; coping; stress, university students

INDICE

| | |
|--|------|
| DEDICATORIA | ii |
| AGRADECIMIENTO..... | iii |
| RESUMEN..... | iv |
| ABSTRACT..... | v |
| INDICE | vi |
| ÍNDICE DE TABLAS | viii |
| INDICE DE FIGURAS..... | ix |
| INTRODUCCIÓN | x |
| CAPÍTULO I | 11 |
| ASPECTOS BÁSICOS DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN | 11 |
| 1.1. Fundamentación del problema | 11 |
| 1.2. Justificación..... | 12 |
| 1.3. Viabilidad de la Investigación | 13 |
| 1.4. Formulación del problema..... | 13 |
| 1.4.1. Problema general..... | 13 |
| 1.4.2. Problemas específicos | 13 |
| 1.5. Formulación de los objetivos..... | 14 |
| 1.5.1. Objetivo general | 14 |
| 1.5.2. Objetivos específicos..... | 14 |
| CAPÍTULO II | 15 |
| SISTEMA DE HIPÓTESIS | 15 |
| 2.1. Formulación de las hipótesis | 15 |
| 2.1.1. Hipótesis general | 15 |
| 2.1.2. Hipótesis Específica | 15 |
| 2.2. Operacionalización de variables..... | 16 |
| 2.3. Definición de términos operacionales | 17 |
| CAPÍTULO III..... | 18 |
| MARCO TEÓRICO..... | 18 |
| 3.1. Antecedentes de investigación | 18 |
| 3.2. Bases teóricas..... | 20 |
| 3.3. Bases conceptuales | 26 |
| CAPÍTULO IV..... | 28 |
| ASPECTOS METODOLÓGICOS..... | 28 |

| | | |
|---------|---|----|
| 4.1. | Ámbito de estudio | 28 |
| 4.2. | Tipo y Nivel de investigación..... | 28 |
| 4.2.1. | Tipo de investigación..... | 28 |
| 4.2.2. | Nivel de investigación | 28 |
| 4.3. | Población y Muestra..... | 28 |
| 4.3.1. | Descripción de la población | 28 |
| 4.3.2. | Muestra y método de muestreo | 29 |
| 4.3.3. | Criterios de inclusión y exclusión | 29 |
| 4.4. | Diseño de investigación..... | 30 |
| 4.5. | Técnicas e instrumentos | 30 |
| 4.5.1. | Técnicas..... | 30 |
| 4.5.2. | Instrumentos | 30 |
| 4.5.2.1 | Validación de los instrumentos para la recolección de datos..... | 30 |
| 4.5.2.2 | Confiabilidad de los instrumentos para la recolección de datos..... | 31 |
| 4.6. | Técnicas de Procesamiento de datos | 33 |
| 4.7. | Aspectos éticos..... | 34 |
| | CAPÍTULO V..... | 35 |
| | RESULTADOS Y DISCUSIÓN..... | 35 |
| 5.1. | Análisis Descriptivo | 35 |
| 5.2. | Análisis Inferencial y contrastación de Hipótesis | 41 |
| 5.3. | Discusión de los resultados | 43 |
| 5.4. | Aporte científico de la investigación..... | 45 |
| | CONCLUSIONES | 46 |
| | RECOMENDACIONES | 47 |
| | SUGERENCIAS | 48 |
| | REFERENCIAS..... | 45 |
| | ANEXOS | 51 |
| | ANEXO 01 MATRIZ DE CONSISTENCIA | |
| | ANEXO 02 CONSENTIMIENTO INFORMADO | |
| | ANEXO 03 INSTRUMENTOS | |
| | ANEXO 04 VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS POR EXPERTOS | |
| | NOTA BIOGRÁFICA | |
| | ACTA DE SUSTENTACIÓN | |
| | CONSTANCIA DE SIMILITUD Y EL REPORTE DE FUENTES | |
| | AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN | |

ÍNDICE DE TABLAS

| | | |
|----------|---|----|
| Tabla 1 | Clasificación de la Ansiedad | 24 |
| Tabla 2 | Factores del Trastorno de la Ansiedad | 24 |
| Tabla 3 | Estudiantes de la muestra por Facultades | 29 |
| Tabla 4 | Análisis de fiabilidad del cuestionario de Depresión | 32 |
| Tabla 5 | Análisis de fiabilidad del cuestionario de Modos de Afrontamiento..... | 33 |
| Tabla 6 | Análisis de consistencia interna de las escalas de ansiedad y afrontamiento | 35 |
| Tabla 7 | Análisis descriptivo de tendencia central, dispersión y normalidad de los datos para las variables de Ansiedad y Afrontamiento | 37 |
| Tabla 8 | Frecuencia y porcentaje de participantes según las categorías que han obtenido en la variable Ansiedad y sus dimensiones..... | 38 |
| Tabla 9 | Frecuencia y porcentaje de participantes según las categorías que han obtenido en la variable Afrontamiento y sus dimensiones..... | 39 |
| Tabla 10 | Análisis de correlación entre las variables Afrontamiento y Ansiedad | 41 |
| Tabla 11 | Análisis de correlación entre las dimensiones de las variables Afrontamiento y Ansiedad..... | 41 |

INDICE DE FIGURAS

| | |
|---|----|
| Figura 1 Porcentaje de Estudiantes según niveles de Ansiedad y sus dimensiones..... | 38 |
| Figura 2 Porcentaje de Participantes según Niveles de Afrontamiento al Estrés..... | 39 |

INTRODUCCIÓN

En la presente investigación se abordó sobre ansiedad y modos de afrontamiento al estrés en jóvenes universitarios. Siendo la formación profesional una etapa muy importante en el desarrollo de los jóvenes, donde se enfrentan a situaciones no solo de asumir responsabilidades académicas sino también propias de su desarrollo en las que deben tomar decisiones importantes para la vida, lo que en muchas ocasiones genera altos niveles de ansiedad, y mucho más en la situación de pandemia por el COVID-19 que no solo se ha tenido que enfrentar no solo el miedo por la enfermedad sino también porque han tenido que enfrentar situaciones difíciles relacionado a sus estudios y asumen diferentes modos de afrontamiento.

La ansiedad es una vivencia de temor ante algo difuso, vago, , indefinido, que consiste en la manifestación fisiológica, afectiva, cognitiva y conductual de una persona ante una situación estresante. (Rojas E, 2014). El presente estudio es de tipo cuantitativo, método descriptivo y el diseño no experimental, de tipo correlacional, la muestra fue no probabilístico, ya que la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de las causas relacionadas con las características de la investigación.

Para la presente investigación se desarrollaron cinco capítulos, que se detallan a continuación:

El Capítulo I, se detalla el planteamiento y formulación del problema, definiendo los objetivos, detallando la justificación e importancia, viabilidad y limitaciones que tiene la presente investigación.

El Capítulo II, presenta el sistema de hipótesis, las variables, dimensiones e indicadores y la definición operacional de las variables.

El Capítulo III, se presenta las bases teóricas donde se señala los antecedentes, la fundamentación teórica de las variables y las definiciones conceptuales.

En el Capítulo IV, contiene la metodología utilizada, el nivel, tipo, método y diseño de investigación, así mismo el ámbito, población y muestra, del mismo modo el instrumento de estudio y las diferentes técnicas de investigación que se utilizaron para el procedimiento de recolección de datos y procesamiento de datos.

El Capítulo V, se muestra la presentación, análisis, interpretación y discusión de los resultados. Finalmente se presenta las conclusiones, sugerencias, recomendaciones, bibliografía y anexos de la investigación.

CAPÍTULO I

ASPECTOS BÁSICOS DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Fundamentación del problema

En estos últimos tiempos, ante las dificultades sociales, políticas, económicas y competitivo, vivimos constantemente en interacción con factores estresantes que generan tensión y ansiedad en las personas y específicamente en los jóvenes que tienen que enfrentar situaciones relacionados con sus estudios, aspectos laborales, sociales y otros problemas relacionados con su etapa de desarrollo.

La ansiedad (anxietas, angustia aflicción) viene a ser un estado mental caracterizado por mucha inquietud, excitación, miedos, labilidad, y una exagerada inseguridad, pensamientos excesivos frente a estímulos externos (CIE – 10: f41.9). Cuando la ansiedad es proporcional a la amenaza se dice que la ansiedad es adaptativa. Se considera desadaptativa cuando es desproporcionada a la amenaza, y se mantiene en el tiempo, (1).

Los estudiantes universitarios se ven expuestos a situaciones de ansiedad durante la enseñanza académica, porque el malestar psicológico y la dificultad para lograr un buen rendimiento académico ponen en riesgo su salud, (2).

Es así que en estos últimos dos últimos años, la ansiedad es un problema que enfrentan los jóvenes universitarios no solo por la enfermedad sino que como todos han tenido que afrontar durante la pandemia por el COVID19 situaciones problemáticas como la educación virtual, las dificultades que tienen por el acceso al internet, contar con equipos adecuados, y otras situaciones relacionados con su formación académica y desarrollo personal, que muchas veces les crea estrés y tienen que optar por diferentes modos de afrontamiento, siendo esta interrupción de significados el estrés.(3).

En tal sentido, cuando se trata del afrontamiento son las acciones que las personas utilizan para controlar situaciones amenazantes o aversivas para solucionar la situación reducir el estrés. Son actos conscientes, por esta razón el afrontamiento, Klan y colaboradores (4) señalaron que, durante la pandemia por el confinamiento, afectó a toda la población y se incrementaron la ansiedad, crisis de pánico, trastornos de sueño, entre otros trastornos.

Es a partir de estos planteamientos que se orienta el estudio a conocer los niveles de ansiedad en los jóvenes universitarios y la relación con los modos de afrontamiento en una situación especial por lo que estamos atravesando no solo por la adaptación a la educación remota sino también como van afrontando la post pandemia que causa, ansiedad, estrés y no solo el temor a la enfermedad, sino problemas familiares, económicos, en su formación profesional al tener que nuevamente reincorporarse a la educación semipresencial y presencial como se ha venido implementándose en las instituciones académicas y otros problemas que afectan su desarrollo personal.

1.2. Justificación

Este trabajo de investigación resalta su importancia teórica porque nos permite conocer los niveles de ansiedad que es un problema de salud pública, por la alta incidencia de casos de ansiedad específicamente en esta situación de post pandemia por el COVID-19, y saber cómo la población estudiantil en el nivel universitario viene afrontando diferentes situaciones no solo relacionadas con su vida personal, social sino también académica.

Desde el aspecto metodológico, la adaptación y validación de los instrumentos sobre las variables de estudio en este contexto van a permitir realizar investigaciones similares.

Por otro lado, los resultados van a permitir un diagnóstico de la ansiedad, para tomar medidas preventivas y correctivas de dicho problema y al mismo tiempo pueden servir los resultados como fundamento para la toma de decisiones de políticas de salud.

Es importante tener un mayor conocimiento sobre las variables de estudio y contribuir para que otros investigadores puedan considerar como antecedentes y el situación en que se encuentran los jóvenes universitarios de acuerdo a la variables en el contexto de estudio, ya que los últimos acontecimientos que se han venido dando como consecuencia de la pandemia y la adaptación a la educación virtual les ha generado mayor ansiedad, y conociendo los resultados se puede mejorar dicha problemática, contribuir en la prevención con la atención oportuna y programas de intervención para optimizar la formación académica de los estudiantes.

1.3. Viabilidad de la Investigación

El estudio ha sido viable debido a los antecedentes y los medios para la fundamentación teórica de las variables, los recursos materiales, se contó con los instrumentos validados y fue autofinanciado. Sin embargo, la dificultad fue la recolección de datos de manera virtual, no todos los registrados aceptaron el Consentimiento informado para responder los cuestionarios.

1.4. Formulación del problema

1.4.1 Problema general

¿Cuál es la relación entre la ansiedad y los modos de afrontamiento al estrés en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco?

1.4.2 Problemas específicos

¿Cuáles son los niveles de ansiedad en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco?

¿Cuáles son los modos de afrontamiento al estrés predominantes en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco?

¿Cuál será la relación entre la ansiedad y los modos de afrontamiento al estrés cognitivo, en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco?

¿Cuál es la relación entre la ansiedad y los modos afrontamiento social y emocional en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco?

¿Cuál es la relación entre la ansiedad y los modos afrontamiento de bloqueo o evitación en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco?

¿Cuál es la relación entre la ansiedad y los modos afrontamiento de apoyo espiritual en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco?

1.5 Formulación de los objetivos

1.7.1 Objetivo general

Conocer la relación entre la ansiedad y los modos Institución Pública de Huánuco.

1.7.2 Objetivos específicos

Identificar los niveles de ansiedad en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco.

Identificar los modos de afrontamiento al estrés en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco.

Establecer la relación entre la ansiedad y los modos afrontamiento cognitivo en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco.

Establecer la relación entre la ansiedad y los modos afrontamiento social y emocional en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco.

Establecer la relación entre la ansiedad y los modos afrontamiento de bloqueo o evitación en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco.

Establecer la relación entre la ansiedad y los modos afrontamiento de apoyo espiritual en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco.

de afrontamiento al estrés en jóvenes universitarios de una

CAPÍTULO II

SISTEMA DE HIPÓTESIS

2.1. Formulación de las hipótesis

2.1.1. Hipótesis general

Ha: Existe relación significativa entre la ansiedad y los modos de afrontamiento en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco.

Ho: No existe relación significativa entre la ansiedad y los modos de afrontamiento en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco.

2.1.2. Hipótesis Específica

Ha1: Existe relación significativa entre la ansiedad y los modos afrontamiento cognitivo en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco

Ho1: No existe relación significativa entre la ansiedad y los modos afrontamiento cognitivo en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco

Ha2: Existe relación significativa entre la ansiedad los modos afrontamiento social y emocional en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco

Ho2: No existe relación significativa entre la ansiedad los modos afrontamiento social y emocional en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco

Ha3: Existe relación significativa entre la ansiedad y los modos afrontamiento evitativo en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco

Ho3: No existe relación significativa entre la ansiedad y los modos afrontamiento evitativo en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco

Ha4: Existe relación significativa entre la ansiedad y los modos afrontamiento de apoyo espiritual en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco

Ho4: No existe relación significativa entre la ansiedad y los modos afrontamiento de apoyo espiritual en jóvenes universitarios de una Institución Pública de Huánuco.

2.2. Variables

Ansiedad

Modos de afrontamiento al estrés

2.3. Operacionalización de variables

| VARIABLES | DIMENSIONES | INDICADORES FORMAS DE MEDIR | TIPOS DE VARIABLES |
|---|---|---|-----------------------|
| "Ansiedad" | | Terror Inseguridad | |
| | Factor subjetivo | Asustado Miedo a perder el control Miedo a morir Miedo a que pase lo peor | Cuantitativo |
| | Factor neurofisiológico | Debilidad de piernas Manos temblorosas Cuerpo tembloroso Sensación de mareo Dificultad para relajarse | Cuantitativo |
| | Factor autonómico | Oleadas de calor (bochornos) Ruborizarse, sonrojamiento Sudoración (no debida a calor) | Cuantitativo |
| | Síntomas vasomotores | Dificultad para respirar Sensación de ahogo Opresión en el pecho, o latidos acelerados | Cuantitativo |
| Modos de enfrentamiento al estrés | Afrontamiento cognitivo | Busca alternativas para la solución de su problema, aunque a veces, no sean las adecuadas | Cuantitativo |
| | Afrontamiento de apoyo social y emocional | Busca compartir y sentirse apoyada por su red social en los momentos estresantes de su vida | Cuantitativo |
| | Bloqueo o afrontamiento o evitación | Evita dar soluciones y se apoya indirectamente en el alcohol, drogas, relaciones destructivas, | |
| | Afrontamiento espiritual | Busca ayuda espiritual | Cuantitativo |

2.4. Definición de términos operacionales

La ansiedad se considera como una reacción de adaptación ante una situación de emergencia (amenaza o peligro) para la integridad de la persona, (5).

La ansiedad operacionalmente será expresada mediante los resultados de la aplicación del Inventario de ansiedad que mide tres dimensiones; cognitivo, conductual y psicológico.

Afrontamiento al estrés, será expresado a través de los resultados del instrumento aplicado, que evalúa las dimensiones de afrontamiento cognitivo, socio emocional, bloqueo o afrontamiento por evitación y espiritual.

CAPÍTULO III

MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes de la investigación

✓ Internacionales

Torres & Guaman (2021). El estudio estuvo orientado en determinar la correlación de la ansiedad y los estilos de afrontamiento de los estudiantes de la carrera de Psicología Educativa, de enfoque cuantitativo, descriptivo y correlacional, los instrumentos fueron el Inventario de Ansiedad de Beck y un Cuestionario de Afrontamiento del Estrés, aplicado a 58 jóvenes estudiantes. En los resultados se comprobó que existe correlación inversamente proporcional entre las dos variables, (6).

Souza, Santiago & Miró (2020). La finalidad de la investigación fue comparar la prevalencia de síntomas de ansiedad en estudiantes de medicina (EM) y de otros grados en el área de la salud (EOCS). Fue un estudio de tipo observacional, donde la muestra estuvo conformado por 327 estudiantes de Medicina que hacía el (53.9%) y el 85.8% del sexo femenino a quienes se les aplicaron las escalas Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS) y Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7) y caracterización de sistemas de soporte. En los resultados el 82,2% de los EM y el 91,4% de los EOCS tenían ansiedad. Se encontró relación significativa y altamente positiva entre las escalas GAD-7 y HADS-A ($\rho=0,738$, $p< 0,001$), siendo menos frecuente entre los alumnos de Medicina. (7).

✓ Nacionales

Gonzales, J. (2020). Nivel de depresión, ansiedad y estrés en los jóvenes universitarios asociados al confinamiento social a causa de la pandemia del COVID-19, los resultados mostraron que el 47.3% de jóvenes universitarios experimento algún nivel de depresión, así mismo el 47.6% presento el síntoma de ansiedad y el 44.3% síntomas de estrés, Finalmente se determinó que no existe una asociación significativa entre los síntomas presentes y el confinamiento social, (8).

Sairitupac, S., et al. (2020). En el estudio el objetivo fue comparar los niveles ansiedad de estudiantes del quinto año de secundaria de dos instituciones educativas privadas. El enfoque fue cuantitativo, de nivel descriptivo comparativo, con una muestra de 400 y les aplicó los instrumentos de evaluación de problemas de ansiedad ante los exámenes (CAEX), para recoger la variedad de respuestas motoras, verbales, cognitivas o fisiológicas que suelen acompañar estos problemas, junto con la tipología de exámenes más frecuentes. Los resultados mostraron diferencias significativas en los niveles de ansiedad de los estudiantes de las dos Instituciones educativas privadas, así mismo encontraron niveles altos de ansiedad ante los exámenes, (9).

Sánchez & Talavera (2021). El estudio estuvo orientado en determinar el nivel de estrés y ansiedad, y su relación en tiempos de COVID-19 en los estudiantes del VIII y X semestre de la Facultad de Enfermería, Universidad Católica de Santa María, Arequipa, fue un estudio observacional descriptivo relacional, de corte transversal. La muestra fueron 71 estudiantes. La técnica fue el cuestionario y los instrumentos fueron, el Inventario SISCO para la medición del nivel de estrés y Escala de Zung de ansiedad. Los resultados mostraron un 66% de los estudiantes del octavo semestre tuvieron estrés moderado y un 30% severo, en cuanto al nivel de ansiedad, el 59% y 89% de los estudiantes de octavo y décimo semestre no tuvieron ansiedad, seguido por un 34% y 11% que presentaron una ansiedad mínima a moderada, respectivamente. Entre ambas variables se encontró relación significativa, (10)

✓ **Locales**

Romero & Verde (2020) El estudio se orientó en determinar la relación entre el clima social familiar y los modos de afrontamiento al estrés durante la cuarentena en alumnos de 5to de secundaria de la Institución Educativa Illathupa-Huánuco, fue de enfoque cuantitativo, nivel descriptivo correlacional, La muestra estuvo constituida por 120 estudiantes. La técnica fue la encuesta, y los instrumentos fueron el FES y el (COPE). Los resultados mostraron relación significativa al 31.2% ($r=0.312$) entre el clima familiar y los modos de afrontamiento al estrés durante la cuarentena en un nivel bajo positivo, (11).

Romero & Pozo (2018) estudio de tipo descriptivo correlacional tuvo como objetivo conocer los factores de personalidad y los modos de afrontamiento al estrés que tienen los alumnos de la facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco. La muestra fue de 164 estudiantes y los instrumentos que se les aplicó fueron el Inventario de Personalidad Big Five y el Inventario de Modos de Afrontamiento al Estrés. Los resultados mostraron que los estudiantes tienen factores de personalidad puros y mixtos, siendo altos los porcentajes en estabilidad emocional, afabilidad y apertura mental y bajos en energía y tesón, (12).

Campos, Jaimes, & Esteban (2020) el objetivo fue conocer el bienestar y afrontamiento psicológico de los estudiantes de las Universidades, en estado de confinamiento por COVID-19, en la ciudad de Huánuco, el estudio descriptivo comparativo con una muestra de 221 estudiantes a quienes se les aplicó el Inventario de Estrategias de Afrontamiento COPE, la Escala de Bienestar Psicológico y el Cuestionario de percepción sobre la COVID-19 que se aplicó virtualmente, encontrando que el bienestar psicológico se ve deteriorado y el afrontamiento psicológico se ve amenazado por la COVID-19, a pesar que las mujeres son ligeramente menos propensas a sufrir consecuencias psicológicas negativas con relación a los varones, el peligro persiste, (13).

3.2. Bases teóricas

3.2.1. La Ansiedad

El término ansiedad, proviene del latín “Anxitas”, que viene a ser un estado de malestar psicofísico que se caracteriza por inquietud, intranquilidad, inseguridad o desosiego ante una amenaza inminente y de causa indefinida, siendo patológica con una valoración irreal o distorsionada de la amenaza, que puede transformarse en pánico cuando la ansiedad es muy severa y aguda.

La OMS (2021) señala que el 20% de toda la población mundial sufre de ansiedad y 400 millones de personas en el mundo han sufrido de cierta ansiedad, (14).

Se puede distinguir diferentes niveles:

En la ansiedad leve, una persona se encuentra alerta, observa y oye dominando la situación antes que se produzca.

Cuando es moderada, las reacciones emocionales que se pueden presentar, son una frecuente respiración entrecortada, tensión arterial elevada, estomago revuelto, boca seca, diarrea o estreñimiento, expresión facial de miedo, inquietud, respuestas de sobresalto, dificultad de dormir o relajarse, etc.

La ansiedad grave, el campo perceptual de una persona se ha reducido notoriamente, por lo que es incapaz de analizar lo que sucede. A nivel neurovegetativo, se presenta la respiración entrecortada, sensación de ahogo o sofocación, movimientos involuntarios o temblor corporal, expresión facial de terror, hipertensión arterial, etc. (15).

3.2.2. Evolución conceptual de la Ansiedad

En el campo de la Psicología se consideró la ansiedad en los años veinte, mediante los trabajos publicados por Freud en 1926 sobre “Inhibition, sintoina and anxiety”, y es Kierkegaard quien utiliza por primera vez, el término angustia (16).

Se dan diferentes enfoques sobre el estudio de la ansiedad y sus trastornos. Freud con su teoría psicoanalítica, concibe la ansiedad como reflejo de la energía sexual reprimida, en respuesta interna que alerta al individuo de la inminencia de algún peligro.

La ansiedad luego de ser considerado como un afecto pasa a ser como un constructo central de los conflictos intrapsíquicos y, desde un síntoma común a muchos síndromes psicopatológicos, (17). Esta teoría ha influido durante mucho tiempo sobre los trastornos de ansiedad siendo considerados como neurosis. Luego los neofreudianos, consideraron como mecanismo de escape el ambiente y dieron lugar a la aparición de otras teorías para comprender mejor la ansiedad, fundamentadas en el condicionamiento clásico y/o operante, evolucionando dentro de la psicopatología experimental (18), siendo más consistente que el modelo del condicionamiento clásico.

3.2.3. Ansiedad como emoción

La ansiedad no siempre es una respuesta patológica o desadaptativa, muchas veces se concibe como una respuesta normal y algunas veces necesaria en la vida de las personas

y va a depender de diferentes factores. Debemos señalar que la ansiedad es un constructo multidimensional y que interactúa tres componentes fundamentales (cognitivo, fisiológico y motor), se puede evaluar por separado.

3.2.4. Sintomatología de la ansiedad

Los síntomas son respuestas del cuerpo humano a estímulos externos e internos, que involucran cambios físicos como sudoración, indigestión, temblores, palpitations y dificultad para respirar, además de sensaciones subjetivas como miedo a morir, sentirse aterrorizado, sensación de nerviosismo, sensación de ansiedad e incapacidad para relajarse, entre otros, caracterizados como psicológicos, provocados por la liberación de sustancias, como la noradrenalina y el cortisol, que causan un aumento de la presión y taquicardia, (19). En la perspectiva interactiva-multidimensional. interfiere funcionalmente en la vida cotidiana del individuo, expresada de un triple sistema de respuesta (20).

Sistema cognitivo o subjetivo de la ansiedad.

Tiene que ver con los pensamientos, las ideas y las imágenes de carácter subjetivo y cómo influye en las funciones superiores: pensamientos negativos, inferioridad, incapacidad, anticipación de peligro o amenaza, dificultad para concentrarse, tomar decisiones, pérdida de control sobre el ambiente y dificultad para pensar con claridad

Sistema fisiológico de la ansiedad.

Sapolsky, explica los síntomas consecuentes de la activación de los sistemas nerviosos autónomo y somático, (21). Cardiovasculares: palpitations, pulso rápido, tensión arterial elevada, accesos de calor, síntomas respiratorios. Gastrointestinales: náuseas, vómitos, diarrea, aerofagia, molestias digestivas

Genitourinarios: micciones frecuentes, enuresis, falta de control nocturno de la orina, eyaculación precoz. frigidez, impotencia

Neuromusculares: tensión muscular, temblores, hormigueo, dolor de cabeza tensional, fatigabilidad excesiva

Neurovegetativos: sequedad de boca, sudoración excesiva, mareo.

Sistema motor de la ansiedad.- Hiperactividad, paralización motora, movimientos repetitivos, torpes y desordenados, tartamudeo y otras dificultades de expresión verbal conductas de evitación.

3.2.5. Tipificación de los trastornos de ansiedad

Robledo (2019) refiere que en el trastorno de ansiedad generalizada cualquier estímulo externo es un desencadenante para la persona, se preocupa de manera desproporcionada hasta en actividades rutinarias que le causa malestar, psicológico y físico, (22).

Por otro lado, un trastorno de pánico es cuando la persona tiene una sensación repetida de ansiedad o terror intenso que puede variar en cuanto a la duración, y aparecen pensamientos catastróficos en tales situaciones.

Como síntomas físicos, tienen palpitaciones cardíacas, sudoración, dolor de cabeza y náuseas. Así mismo tienen una persistente preocupación en el próximo episodio evitando así situaciones que desencadenantes, (23).

3.2.6. Clasificación trastornos de ansiedad

Tabla 1
Clasificación de la Ansiedad

| | Ansiedad Normal | Ansiedad Patológica |
|---|---------------------------|----------------------------|
| Características | Episodios poco frecuentes | Episodios repetidos |
| Generales | Intensidad leve o media | Intensidad alta |
| Duración | Duración limitada | Duración prolongada |
| Situación o estímulo | Reacción esperable y | Reacción desproporción |
| Estresante | común | |
| Grado de interferencia en la vida cotidiana | Ausente o ligero | Profundo |
| Estímulo estresante | Común | Desproporcionada |
| Grado de sufrimiento | Limitado y transitorio | Alto y duradero |
| Grado de interferencia en la vida cotidiana | Ausente y ligero | Profundo |

Nota. DSM -IV (4a Versión año 1994) Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

Tabla 2
Factores del Trastorno de la Ansiedad

| Factores Predisponentes | Factores Psicológicos | Factores Biológicos |
|--------------------------------|------------------------------|----------------------------|
| Genética | Ansiedad de separación | Personalidad |

| | |
|----------------------------|-----------|
| Psicodinámica Conductistas | Gabaener |
| Cognitivistas | gica |
| | Noradren |
| | érgica |
| | Serotonin |
| | ergica |

3.2.7. El estrés

Desde un punto de vista fisiológico, “estrés” es cualquier situación que pone al cuerpo en estado de alerta. “Se trata de estados de malestar subjetivo, acompañados de alteraciones emocionales que, por lo general, interfieren con la actividad social y que aparecen en el periodo de adaptación a un cambio biográfico significativo o de un acontecimiento vital estresante, (24).

Es adaptativo, mientras no sobrepasa sobre la salud es beneficioso en la vida diaria. Muchas veces en situaciones de activación extrema, la ansiedad requiere de los recursos del estrés y la diferencia entre ambos es emocional, aunque siempre el efecto mostrado de la ansiedad es negativo, es una situación donde no se tiene alternativas de respuesta mientras que el estrés es un fenómeno proactivo y versátil.

3.2.8. Definición del afrontamiento

El termino afrontamiento deriva del inglés coping, siendo utilizado cuando se trata del estrés y el individuo tiene que adaptarse a situaciones estresantes, (25).

Folkman, Lazarus, Gruen y DeLongis (1986) proponen la identificación de dos procesos, evaluación cognitiva y afrontamiento, como mediadores esenciales de la relación individuo-ambiente, (26)

Así mismo se señala dos dimensiones funcionales del afrontamiento, una orientado a la tarea, incluye estrategias específicas tales como aumento del esfuerzo, planificación y análisis lógico, cambia y controla la situación estresante.

La segunda, orientado a la emoción (EOC, emotion-oriented coping), representa las acciones que se emplean con objeto de cambiar el significado de una situación estresante y para regular el resultado negativo de las emociones, se puede lograr la adaptación por medio de una regulación emocional que se alcanzaría evitando al agente estresante, situándolo en un nuevo marco cognitivo o centrándose de forma selectiva en los aspectos

positivos de la situación (27).

El afrontamiento de evitación, es cuando redirigen su atención a situaciones no relevantes para evitar la tarea, incluye estrategias tales de negación.

3.2.9. Estrategias de afrontamiento

Según Kubler-Ross, las personas pasan por cinco fases: negación, ira, negociación, depresión y aceptación (28). Pero las investigaciones realizadas al respecto han demostrado que hay mucha variación de persona a persona y que el apoyo empírico para la existencia de estas fases es muy endeble, (29).

La escala de Modos de Afrontamiento (Ways of Coping, WOC) de Folkman y Lazarus, evalúa ocho estrategias diferentes (las dos primeras más centradas en la solución del problema, las cinco siguientes en la regulación emocional, mientras que la última se focaliza en ambas áreas, (31)

1. Confrontación: intentos de solucionar directamente la situación mediante acciones directas, agresivas, o potencialmente arriesgadas.
2. Planificación: pensar y desarrollar estrategias para solucionar el problema.
3. Distanciamiento: intentos de apartarse del problema, no pensar en él, o evitar que le afecte a uno.
4. Autocontrol: esfuerzos para controlar los propios sentimientos y respuestas emocionales.
5. Aceptación de responsabilidad: reconocer el papel que uno haya tenido en el origen o mantenimiento del problema.
6. Escape-evitación: empleo de un pensamiento irreal improductivo (p. ej., «Ojalá hubiese desaparecido esta situación») o de estrategias como comer, beber, usar drogas o tomar medicamentos.
7. Reevaluación positiva: percibir los posibles aspectos positivos que tenga o haya tenido la situación estresante.
8. Búsqueda de apoyo social: acudir a otras personas (amigos, familiares, etc.) para buscar ayuda, información o también comprensión y apoyo emocional.

3.3. Bases conceptuales

- **Ansiedad:** es la respuesta emocional o patrón de respuesta que engloba aspectos cognitivos displacenteros de tensión y aprensión; aspectos fisiológicos caracterizados por un alto grado de activación del Sistema Nervioso Central, y aspectos motores que suelen implicar comportamientos poco ajustados y escasamente adaptativos (32).
- **Factores subjetivos:** la persona refiere haber experimentado sensaciones en su cuerpo, que no pueden ser comprobadas. (33).
- **Factores Neurofisiológicos:** la neurofisiología hace referencia al funcionamiento del cerebro junto a los procesos neuronales, los cuales intervienen en el instante de experimentar angustia los cuales afectan al cuerpo. (34).
- **Factor autonómico:** Viene a ser la reacción eléctrica generada en la piel y la acción cardiovascular: pulso cardíaco y tensión arterial (35).
- **Síntomas vasomotores:** se presentan como acaloramiento o bochornos, sofocos y sudoraciones, los cuales “es posible que sean momentáneos, engorroso y en algunos casos hasta discapacitantes” (36).
- **Afrontamiento al estrés:** son esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para controlar las demandas específicas externas o internas, del individuo (37).
- **Afrontamiento cognitivo:** es un afrontamiento donde la persona busca alternativas para la solución de su problema aunque a veces, no sean las adecuadas. (38).
- **Afrontamiento de apoyo social y emocional:** ocurre cuando la persona muestra abiertamente lo que siente a otros, la emoción que está experimentando, y busca compartir y sentirse apoyada por su red social en momentos estresantes de su vida.
- **Afrontamiento por evitación:** pretende ocultar o inhibir las emociones que se experimentan, para así, evitar las emociones que la persona considera como negativas ya sea porque sus creencias se lo indican, para evitar la desaprobación de los demás, o por las consecuencias que le generaría expresarlas, (39).
- **Afrontamiento espiritual:** es aquella donde la persona emplea el rezo y la oración para tolerar las emociones que le genera el problema y para obtener soluciones que le son dadas por una deidad (40).

- **Estudiantes universitarios**, Grupo de personas que cursan enseñanzas oficiales continuas u otros estudios ofrecidos por las universidades con el propósito de lograr una educación y por ende una profesión.

CAPÍTULO IV

ASPECTOS METODOLÓGICOS

4.1. Ámbito de estudio

El contexto de estudio fue la ciudad de Huánuco ubicada en la región central del Perú, en la Universidad Nacional Hermilio Valdizan y está constituida por las Facultades de Ciencias Sociales, Salud, Ciencias Administrativas y de Gestión, Ingenierías y Educación que concede los Títulos y grados académicos correspondientes.

4.2. Tipo y Nivel de investigación

4.2.1. Tipo de investigación

Es cuantitativo, porque utiliza la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente, y confía en la medición numérica, el conteo y frecuentemente en el uso de la estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento en una población. (43)

4.2.2. Nivel de investigación

El presente estudio es de nivel descriptivo. Según, Tamayo (2007), señala la descripción como registro, análisis e interpretación de la naturaleza y la composición o proceso de los fenómenos, esta trabaja sobre realidades de hecho y su característica fundamental es la interpretación correcta, por lo que se describen las variables de ansiedad y modos de afrontamiento al estrés en la muestra de estudio, (42).

4.3. Población y Muestra

4.4. Descripción de la población

Constituido por jóvenes universitarios de las diferentes facultades de la UNHEVAL, conformado aproximadamente por 10,112 estudiantes, distribuidas en 14 Facultades y 21 Escuelas profesionales.

4.5. Muestra y método de muestreo

El método de muestreo es No probabilístico, por conveniencia del investigador, (Romero Martínez et al., 2017), lo definen como aquel método que solo incluye a los elementos poblacionales que cumplen ciertos criterios prácticos, como la disponibilidad y facilidad de acceso, la proximidad geográfica, o, en el caso de personas, la voluntad de participar en el estudio, debido a que la aplicación fue de modo virtual y por la dificultad en la aceptación del Consentimiento Informado solo se consideró a los que respondieron el cuestionario, (41). Conformado por 100 estudiantes universitarios con la siguiente distribución:

Tabla 3
Estudiantes de la muestra por Facultades

| Facultades | Cantidad | % |
|-----------------------|----------|-----|
| Educación | 15 | 15 |
| Economía | 10 | 10 |
| Derecho | 20 | 20 |
| Psicología | 32 | 32 |
| Administración | 12 | 12 |
| Ingeniería Industrial | 11 | 11 |
| Total | 100 | 100 |

4.5.1. Criterios de inclusión y exclusión Criterios de inclusión:

- Estudiantes varones y mujeres
- Edades de 18 a 25 años
- Los que aceptan el Consentimiento informado.
- Estudiantes de las diferentes carreras profesionales de la UNHEVAL (Educación, Economía, Derecho, Psicología, Administración, Ingeniería Industrial).

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que no aceptaron el consentimiento informado
- Aquellos estudiantes que no se ha podido acceder a sus correos electrónicos, para la aplicación virtual.

4.6. Diseño de investigación

Es no experimental-transversal de tipo correlacional, en tal sentido, se ha relacionado la variable ansiedad con los modos de afrontamientos de los estudiantes de la muestra.

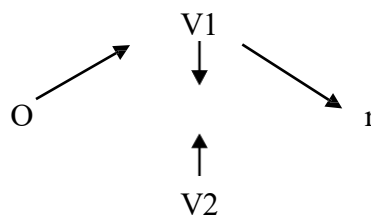


Figura 1. *Diseño de investigación*

Nota. O = estudiantes universitarios V1 = ansiedad

V2 = Modos de afrontamiento r = Relación

4.7. Técnicas e instrumentos

4.7.1. Técnicas

Se hizo uso de la encuesta, que permite la recolección de datos de varias personas simultáneamente mediante un instrumento donde las preguntas fueron respondidas de manera virtual.

4.7.2. Instrumentos

En la investigación se utilizaron los siguientes instrumentos.

Validación de los instrumentos para la recolección de datos

- **Test psicológico para medir la ansiedad de Beck**

Se utilizó la versión traducida al español (1988). Contiene 21 ítems y evalúa la gravedad de la sintomatología de ansiedad clínica. Cada ítem refleja un síntoma de ansiedad y para cada uno, los encuestados califican el grado en que fueron afectados por él durante la última semana, en una escala Likert de 4 puntos, que va de 0 (Para nada) a 3 (Severamente - me molestó mucho). Luego a cada elemento se le asignan de 0 a 3 puntos, dependiendo de la respuesta del individuo y, después de agregar directamente la puntuación de cada elemento, se puede obtener una puntuación total, que va de 0 a 63. (44)

En el presente estudio se aplicó la adaptación realizado por Rivera (2014) con estudiantes Universitarios de Huánuco. (45).

El inventario de Beck evalúa tres factores: subjetivo, neurofisiológico y autonómico y cada uno de ellos contiene siete ítems.

• **Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés**

Es un inventario abreviado de 28 ítems, 4 dimensiones y 14 sub escalas que se responde en una escala ordinal tipo Likert de 4 alternativas de respuesta (de 0 a 3), entre “nunca hago esto” a “hago siempre esto”. Más adelante Carver (1997) presenta una versión abreviada del COPE, las dimensiones del COPE 28 (46)

- Afrontamiento cognitivo
- Afrontamiento de apoyo social y emocional
- Bloqueo o afrontamiento o evitación
- Afrontamiento espiritual

El instrumento se aplica a los adolescentes y adultos de manera individual y colectivo, dura 20 minutos. con un nivel cultural mínimo para comprender las instrucciones y enunciados de la escala, siendo un total de 84 puntos.

1. Validación de los instrumentos

El Cuestionario de Ansiedad de Beck, presentó una validez de constructo de criterio convergente moderada de $r=0,548$ con la Escala para la Auto-medición de la Depresión de Zung y una validez de constructo de criterio discriminante moderada de $r=0,432$ con la Escala de Autoevaluación de Ansiedad de Zung.

La consistencia interna fue altamente significativa alcanzando un coeficiente alfa de 0,820 y alta consistencia interna entre la primera y segunda mitad de sus ítems ($r=0,682$), entre los ítems pares e impares ($r=0,728$). No se encontraron diferencias entre sexos ni entre grupos de edad en la puntuación total del inventario.

En el Cuestionario COPE sobre Modos de afrontamiento al estrés, Polanco (2019), encontró evidencias de validez basadas en el contenido del instrumento mediante el método de criterio de jueces, (47) • Respecto a las evidencias de validez relacionadas a la estructura interna, se halló una estructura factorial compuesta de 2 factores la cual difiere en gran medida de la encontrada en la prueba original, (48) y en la adaptación realizada

en Perú.

Confiabilidad de los instrumentos para la recolección de datos

- Confiabilidad del Cuestionario de Ansiedad de Beck

Se está considerando la adaptación realizada por Rivera (2014) quién realizó la adaptación lingüística a partir del análisis de contenido con criterio de jueces; el nuevo Inventario de Depresión de Beck II Adaptación Huanuqueña alcanzó una adecuada correlación ítem-test corregida en todos los ítems que conforman el inventario, el 90,5% de ítems ($n=19$) contribuyen homogéneamente en la formación del puntaje total de la depresión en el sujeto evaluado (de $r=0,405$ a $r=0,563$; $p<0,0001$), lo que confirma su validez de constructo. Asimismo para el estudio se hallado la confiabilidad a través de los datos con una muestra piloto.

En la tabla 4 se puede ver que el índice de alfa total del cuestionario de Depresión de Beck es de .917, el cual es considerado alto.

- Confiabilidad del Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés

Según Cassaretto y Pérez, (2016) los índices alfa de Crombach de las escalas oscilan entre .53 a .91.

Así mismo en el estudio se aplicó a una muestra piloto para determinar la confiabilidad mediante el Alfa de Crombach, (49) siendo la confiabilidad de 0.67

En la tabla 5 se puede ver que el índice de alfa total del cuestionario de Modos de Afrontamiento es de .674, el cual es considerado moderado.

4.8. Técnicas de Procesamiento de datos

Para el procesamiento de datos se realizó mediante Paquetes estadísticos de SPSS, versión 25.

Plan de tabulación

Se presenta con tablas de frecuencia y gráfico de barras, los datos descriptivos de acuerdo a los objetivos e hipótesis que se ha planteado en el presente estudio.

Análisis de datos

Con los datos obtenidos se elaboró las tablas y figuras de acuerdo a los objetivos del estudio. Se utilizó la estadística descriptiva para determinar las tablas y figuras para realizar la descripción de las variables. Se realizó la prueba de normalidad para determinar el uso de técnicas paramétricas para la prueba de hipótesis. Por ello se utiliza la técnica estadística de correlación para establecer la relación entre las variables de estudio.

4.9. Aspectos éticos

Se ha considerado las normas éticas garantizando el anonimato y la confiabilidad tanto de los participantes como de los datos proporcionados.

Se aplicó el consentimiento informado donde se expuso las características de la participación, que será anónima, voluntaria y sin compensación, mediante la participación libre y voluntaria de los encuestados. Así mismo se ha tenido en cuenta los aspectos éticos señalados en el Reglamento Institucional.

CAPÍTULO V

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

5.1. Análisis Descriptivo

Se presentan los resultados en base a los objetivos señalados en la presente investigación.

Tabla 6

Análisis de consistencia interna de las escalas de ansiedad y afrontamiento

| Ansiedad | | | | Afrontamiento | | | |
|-------------------------------|-------|------------------------------------|--|-------------------------------|-------|------------------------------------|--|
| Alfa de Cronbach de la Escala | Ítems | Correlación del elemento con otros | Alfa de Cronbach si se elimina el elemento | Alfa de Cronbach de la Escala | Ítems | Correlación del elemento con otros | Alfa de Cronbach si se elimina el elemento |
| .947 | 1 | .532 | .947 | .868 | 1 | .437 | .863 |
| | 2 | .577 | .946 | | 2 | .342 | .865 |
| | 3 | .657 | .945 | | 3 | .307 | .866 |
| | 4 | .621 | .946 | | 4 | .539 | .860 |
| | 5 | .699 | .944 | | 5 | .381 | .864 |
| | 6 | .670 | .945 | | 6 | .394 | .864 |
| | 7 | .546 | .947 | | 7 | .504 | .860 |
| | 1 | .697 | .945 | | 8 | .489 | .861 |
| | 2 | .710 | .944 | | 9 | .366 | .864 |
| | 3 | .616 | .946 | | 10 | .546 | .860 |
| | 4 | .608 | .946 | | 11 | .384 | .864 |
| | 5 | .706 | .944 | | 12 | .508 | .861 |
| | 6 | .672 | .945 | | 13 | .342 | .865 |
| | 7 | .606 | .946 | | 14 | .424 | .863 |
| | 8 | .751 | .944 | | 15 | .306 | .866 |
| | 1 | .674 | .945 | | 16 | .316 | .866 |
| | 2 | .753 | .944 | | 17 | .542 | .859 |
| | 3 | .753 | .944 | | 18 | .456 | .862 |
| | 1 | .734 | .944 | | 19 | .445 | .862 |
| | 2 | .616 | .946 | | 20 | .315 | .866 |
| | 3 | .720 | .944 | | 21 | .578 | .859 |
| | | | | | 22 | .514 | .860 |
| | | | | | 23 | .298 | .866 |
| | | | | | 24 | .238 | .867 |
| | | | | | 25 | .349 | .865 |
| | | | | | 26 | .438 | .862 |
| | | | | | 27 | .166 | .870 |
| | | | | | 28 | .456 | .862 |

Nota. *Elaborado con datos obtenidos de los cuestionarios aplicados.*

La tabla 6, muestra el análisis de consistencia interna realizado a los dos cuestionarios, con los datos obtenidos en la muestra de la presente investigación. Se observa en la tabla que los índices alfa total de los cuestionarios de Ansiedad y Afrontamiento, que son .947 y .868 respectivamente, y son considerados adecuados (50). Asimismo, la correlación de los puntajes de cada ítem de la escala de Ansiedad con el puntaje total es mayor a .20; de la misma manera que, los puntajes de cada ítem de la escala de Afrontamiento con el puntaje total son mayor a .20 y son considerados entre moderado y significativo. Adicional a ello, el índice alfa total de ambos cuestionarios no mejora si alguno de los ítems se eliminara. En consecuencia, se concluye que ambos cuestionarios tienen una buena consistencia interna.

Tabla 7

Análisis descriptivo de tendencia central, dispersión y normalidad de los datos para las variables de Ansiedad y Afrontamiento

| FS | | FN | FA | FSV | An | AC | ASocEm | AEv | Aes |
|-----|------|-------|-------|-------|-----------|-----|--------|------|-------|
| N | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |
| M | 7.03 | 5.65 | 1.94 | 2.59 | 17.215.8 | | 8.23 | 11.4 | 2.30 |
| DS | 4.59 | 5.07 | 2.39 | 2.39 | 12.64.78 | | 3.30 | 5.15 | 1.85 |
| Min | .00 | .00 | .00 | .00 | 0.003.00 | | 1.00 | 1.00 | .00 |
| Max | 18.0 | 24.0 | 9.00 | 9.00 | 54.026.0 | | 17.0 | 24.0 | 6.00 |
| A | .379 | .977 | 1.06 | .704 | .648.135 | | .304 | .387 | .261 |
| C | .714 | .738 | .0777 | -.520 | -.420.179 | | -.154 | .252 | -1.11 |
| W | .953 | .901 | .800 | .892 | .937.984 | | .975 | .975 | .903 |
| pW | .001 | <.001 | <.001 | <.001 | <.001.289 | | .053 | .055 | <.001 |

Nota. N= cantidad de participantes M= Media DS: Desviación Estándar Min= Mínimo Max= Máximo A= Asimetría C= Curtosis W= Shapiro Wilk pW= nivel de significancia de Shapiro Wilk FS= Factor subjetivo FN= Factor Neurofisiológico FA= Factor Autónomo FSV= Factor Síntomas Vasomotores An=Ansiedad AC= Afrontamiento Cognitivo ASocEm= Afrontamiento Socioemocional AEv= Afrontamiento Evitativo AEs= Afrontamiento Espiritual

En la tabla 7, se muestra lo siguiente, los puntajes promedio de las dimensiones y la escala de Ansiedad oscila entre 2.59 y 17.2, la desviación estándar oscila entre 2.39 y 12.6, la asimetría es positiva, la curtosis es leptocúrtica para las dimensiones Factor subjetivo, Síntomas Vasomotores y la Escala total de Ansiedad, la curtosis es platicúrtica para las dimensiones Factor Neurofisiológico y Autónomo; finalmente, respecto al nivel de significancia para las dimensiones y escala de Ansiedad ($p < .05$), se rechaza la hipótesis nula y se concluye que los datos se alejan de la curva normal. En lo que respecta a las dimensiones y escala total de Afrontamiento, los puntajes promedio oscilan entre 2.30 y 15.8, la desviación estándar oscila entre 1.85 y 5.15, la asimetría es negativa para la dimensión Afrontamiento Cognitivo y es positiva para el resto de dimensiones; asimismo, la curtosis para todas las dimensiones es platicúrtica; en lo que respecta al análisis de normalidad, en lo que respecta al nivel de significancia ($p > .05$), se acepta la hipótesis nula para las dimensiones Afrontamiento Cognitivo, Apoyo Socioemocional y Evitativo y se concluye que los datos se acercan a la curva normal, en lo que respecta a la dimensión Afrontamiento Espiritual ($p < .05$).

En base al análisis de normalidad, y al haber dimensiones en los cuales los datos se alejan de la curva normal, se emplearán estadísticos no paramétricos para el análisis inferencial.

Tabla 8

Frecuencia y porcentaje de participantes según las categorías que han obtenido en la variable Ansiedad y sus dimensiones

| Categorías | Ansiedad | | Factor Subjetivo | | Factor Neurofisiológico | | Factor Autonomico | | Factor Síntomas Vasomotores | |
|------------|----------|-----|------------------|--------|-------------------------|-----|-------------------|-----|-----------------------------|--|
| | Fi | % | Fi | %Fi | % | Fi | % | Fi | % | |
| Baja | 35 | 35 | 36 | 3637 | 37 | 45 | 45 | 39 | 39 | |
| Media | 34 | 34 | 31 | 3131 | 31 | 31 | 31 | 30 | 30 | |
| Alta | 31 | 31 | 33 | 3332 | 32 | 24 | 24 | 31 | 31 | |
| Total | 100 | 100 | 100 | 100100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | |

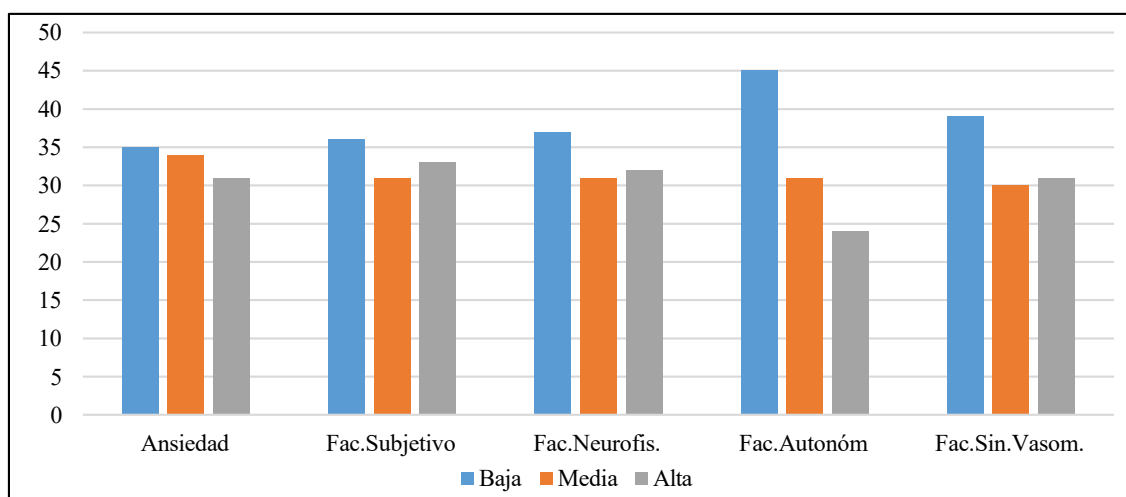
Nota. *Fi = Frecuencia de participantes % = Porcentaje de Participantes*

Los datos de la tabla 8 dejan entrever que el 31% de las personas encuestadas obtuvo una categoría Alta en la variable Ansiedad, el 34% obtuvo una categoría Media y el 35% una categoría Baja. Respecto al Factor Subjetivo, el 36% de los participantes obtuvieron una categoría Baja, el 31% una categoría Media y el 33% una categoría Alta.

De la misma manera, el 37% de los encuestados obtuvo categoría Baja en el Factor Neurofisiológico, el 31% categoría Media y el 32% categoría Alta. En el Factor Autonomico, el 45% de los participantes obtuvo categoría Baja, el 31% categoría Media y el 24% categoría Alta. Finalmente, el 39% de los participantes obtuvo categoría Baja, el 30% categoría Media y el 31% categoría Alta en el Factor Síntomas Vasomotores.

Figura 1

Porcentaje de Estudiantes según niveles de Ansiedad y sus dimensiones



Nota. *Tabla 8*

Según la figura 1, el mayor porcentaje de estudiantes de la muestra se ubicaron en el nivel bajo de ansiedad entre el 35% y 45% de estudiantes.

Tabla 9

Frecuencia y porcentaje de participantes según las categorías que han obtenido en la variable Afrontamiento y sus dimensiones

| Categorías | Afrontamiento Cognitivo | | Afrontamiento Apoyo Emocional | | Afrontamiento Evitativo | | Afrontamiento Espiritual | | | |
|------------|-------------------------|-----|-------------------------------|-----|-------------------------|-----|--------------------------|-----|-----|-----|
| | Fi | % | Fi | % | Fi | % | Fi | % | | |
| Baja | 34 | 34 | 35 | 35 | 36 | 36 | 33 | 33 | 40 | 40 |
| Media | 33 | 33 | 36 | 36 | 31 | 31 | 34 | 34 | 49 | 49 |
| Alta | 33 | 33 | 29 | 29 | 33 | 33 | 33 | 33 | 11 | 11 |
| Total | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |

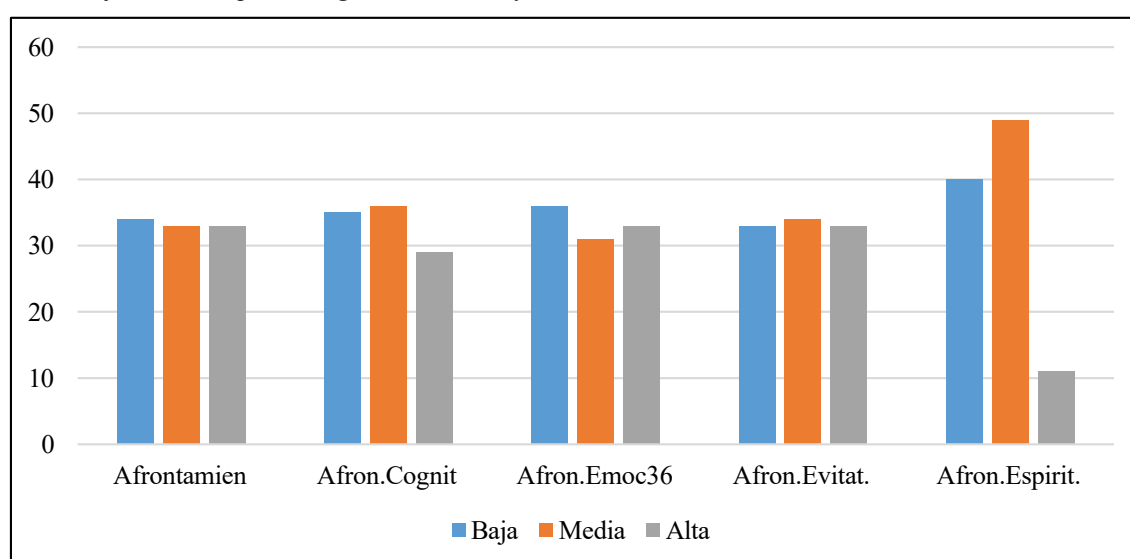
Nota. Fi = Frecuencia de participantes % = Porcentaje de participantes

Se observa en la tabla 9 que, el 33% de las personas encuestadas obtuvo una categoría Alta en la variable Afrontamiento, el 33% obtuvo una categoría Media y el 34% una categoría Baja. Respecto a la dimensión Afrontamiento Cognitivo, el 35% de los participantes obtuvieron una categoría Baja, el 36% una categoría Media y el 29% una categoría Alta.

De la misma manera, el 36% de los encuestados obtuvo categoría Baja en la dimensión Afrontamiento Apoyo Emocional, el 31% categoría Media y el 33% categoría Alta. En la dimensión Afrontamiento Evitativo, el 33% de los participantes obtuvo categoría Baja, el 34% categoría Media y el 33% categoría Alta. Finalmente, el 40% de los participantes obtuvo categoría Baja, el 49% categoría Media y el 11% categoría Alta en la dimensión Afrontamiento Espiritual.

Figura 2

Porcentaje de Participantes según Niveles de Afrontamiento al Estrés



Nota. Tabla 9

Según la figura 2, el porcentaje de participantes es del 33% en los niveles bajo, medio y alto de modos de afrontamiento, sin embargo, en el afrontamiento espiritual el mayor porcentaje se ubicaron en el nivel medio y solo un 11% en el nivel alto.

5.2. Análisis Inferencial y contrastación de Hipótesis

En lo que respecta al análisis de correlación, se tomó en cuenta la clasificación sobre la magnitud de correlación planteada por Cohen (1988):

$R < .175$ es considerada relación insignificante o trivial Un tamaño del efecto de entre $r=0.175$ y 0.3 (bajo) $r=0,30$ y 0.50

(medio)

$r=0,50$ y 0.70 (grande) $r >$

$0,70$ (muy grande)

Tabla 10

Análisis de correlación entre las variables Afrontamiento y Ansiedad

| | | Afrontamiento |
|-----------------|-----------------|----------------------|
| Ansiedad | Rho de Spearman | .170 |
| | valor p | .091 |

En la tabla 10, los resultados indican que se acepta la hipótesis nula ($p = .091 > .05$), concluyendo que no existe relación significativa entre las variables de Ansiedad y Afrontamiento.

Tabla 11

Análisis de correlación entre las dimensiones de las variables Afrontamiento y Ansiedad

| Factor Subjetivo Ansiedad | | | Factor Neurofisiológico Ansiedad | Factor Autónomo Ansiedad | Factor Síntomas Vasomoto res Ansiedad |
|------------------------------------|-----------------|--------|----------------------------------|--------------------------|---------------------------------------|
| Afrontamiento Cognitivo | Rho de Spearman | .173 | -.003 | .080 | .022 |
| | valor p | .086 | .976 | .427 | .827 |
| Afrontamiento Apoyo Socioemocional | Rho de Spearman | .079 | .238 | .240 | .297 |
| | valor p | .437 | .017 | .016 | .003 |
| Afrontamiento Evitativo | Rho de Spearman | .344 | .388 | .260 | .419 |
| | valor p | < .001 | < .001 | .009 | < .001 |

| Factor Subjetivo Ansiedad | | | Factor Neurofisiológico Ansiedad | Factor Autonómico Ansiedad | Factor Síntomas Vasomotores Ansiedad |
|---------------------------|-----------------|------|----------------------------------|----------------------------|--------------------------------------|
| Afrontamiento Espiritual | Rho de Spearman | .023 | -.097 | .112 | .010 |
| valor p | | .818 | .335 | .268 | .924 |

Nota. Resultados de los instrumentos de ansiedad y Afrontamiento al estrés

Los datos de la tabla 11, permiten analizar la relación entre las dimensiones de Afrontamiento y Ansiedad. En lo que respecta a Afrontamiento cognitivo, se acepta la hipótesis nula ($p > .05$); coligiendo que la relación entre la dimensión Afrontamiento Cognitivo no tiene relación significativa con los Factores Subjetivo, Neurofisiológico, Autonómico y Síntomas Vasomotores de la Ansiedad.

En el caso de la Dimensión Afrontamiento Apoyo Emocional, se rechaza la hipótesis nula para los Factores Neurofisiológico, Autonómico y Síntomas Vasomotores de la Ansiedad ($p < .05$), dejando entrever que existe relación positiva y baja con Afrontamiento Apoyo Emocional y las dimensiones mencionadas (es entre .238 y .297). Afrontamiento Apoyo Emocional y el factor Subjetivo de la Ansiedad guardan relación trivial ($p = .437 > .05$).

Respecto a la Dimensión Afrontamiento Evitativo, se rechaza la hipótesis nula para los Factores Subjetivo, Neurofisiológico, Autonómico y Síntomas Vasomotores de la Ansiedad ($p < .05$), siendo la relación positiva y moderada con Factor Subjetivo, Neurofisiológico y Síntomas Vasomotores de la Ansiedad (r_s entre .344 y .419), la relación fue baja con el Factor Autonómico de la Ansiedad ($r_s = .260$).

Finalmente, la dimensión Afrontamiento Espiritual y todos los factores de la Ansiedad guardan una relación trivial ($p > .05$ para todos los casos).

5.3. Discusión de los resultados

En el presente estudio se buscó establecer la confiabilidad del instrumento con la muestra de estudio siendo muy alta de 0.947, lo que avala la validez del constructo y la consistencia interna en la totalidad de los ítems del instrumento de depresión de Beck, estos resultados son consistentes con trabajos anteriores como el de Beltrán, Freyre & Hernández (2013) en México, siendo un poco mayor con lo encontrado por Rivera (2014) de 0,820 en Huánuco.

Según los niveles de depresión se encontró solo un 35% con niveles bajos, mientras que un 65% se ubicaron en los niveles medio y alto, siendo estos resultados preocupantes ya que un 31% mostraron niveles altos de ansiedad, esto se contrasta con el estudio realizado por Sairitupac, et al (52), sobre ansiedad ante los exámenes en instituciones educativas de Lima encontró que las estudiantes en un 63.9% presentaron nivel moderado y un 32% grave como también Sánchez y Talavera (2021), encontró resultados similares lo que nos muestra que los estudiantes universitarios muestran ansiedad, lo que podría reflejarse de las situación de pandemia que se ha vivido por la emergencia sanitaria debido al COVID-19, que no solo implicaba el miedo a las enfermedad sino todos los cambios que han tenido que adecuarse para seguir sus estudios universitarios y la reincorporación a las clases presenciales.

Considerando las dimensiones los resultados fueron similares al resultado total, sin embargo, es ligeramente menor en el nivel alto 24% en el factor autonómico, estudios similares realizaron Souza, Santiago & Miró (2020) donde encontraron que en los estudiantes de Medicina es menos la ansiedad, (54)

En relación a la variable de afrontamiento, el 34% se ubicaron en niveles bajos, mientras que un 33% se ubicaron en los niveles medio y alto, siendo el mayor porcentaje 49% de estudiantes se ubicaron en el nivel medio en afrontamiento espiritual, el 36% en el nivel bajo relacionado al apoyo emocional, siendo también mayores en la media en afrontamiento cognitivo y evitativo, esto se justifica que para sobreponerse al miedo que enfrentaban no solo por la situación difícil que atravesaron por la pandemia debido al COVID-19, sino también enfrentar sus estudios con las dificultades debido al acceso del internet, carencia de medios tecnológicos entre otros, hacían mayor uso de enfrentar racionalmente, en estudios similares con estudiantes universitarios, Campos, Esteban, Jaimes (2020) encontraron que las mujeres presentaban mejores resultados en afrontamiento psicológico en relación a los varones, igualmente Romero & Soto (2018)

en un estudio con estudiantes de Psicología encontró mejores resultados en apoyo social y centrados en la emoción.

En cuanto a la prueba de hipótesis se ha demostrado que no existe relación significativa entre ansiedad y modos de afrontamiento al estrés al obtener un valor de p de 0.091, por lo que se rechaza la hipótesis de estudio, este resultado se compara con lo encontrado por Valdéz, et al. (2022) en un estudio realizado con estudiantes de Enfermería sobre nivel de estrés y modos de afrontamiento, sin embargo es importante establecer el perfil de afrontamiento de los estudiantes de psicología frente al estrés para trabajar con ellas en el desarrollo de respuestas que permita disminuir el impacto psicológico negativo en situaciones amenazantes y maximizar el bienestar psicológico, (54). En otros estudios relacionados entre ansiedad ante el examen y modos de afrontamiento si han encontrado relación significativa como los de Morel y Vizioli, en estudiantes de Psicología en Buenos Aires, (56).

Teniendo en cuenta la relación entre las dimensiones de Afrontamiento cognitivo y Ansiedad no tiene relación significativa con los Factores Subjetivo, Neurofisiológico, Autonómico y Síntomas Vasomotores de la Ansiedad, porque la persona racionalmente maneja las demandas internas y/o externas, (57).

En el caso de la Dimensión Afrontamiento Apoyo Emocional, y los Factores Neurofisiológico, Autonómico y Síntomas Vasomotores de la Ansiedad existe relación positiva y baja con Afrontamiento Apoyo Emocional, como señalan, SierraI, OrtegaII & Zubeidat, (58), sin embargo, estudios similares como el de Romero & Pozo, encontraron resultados similares entre estabilidad emocional y los afrontamientos centrado en el problema y centrado en la emoción, (59).

En cuanto a la Dimensión Afrontamiento Evitativo, y los Factores Subjetivo, Neurofisiológico, Autonómico y Síntomas Vasomotores de la Ansiedad existe la relación positiva y moderada con Factor Subjetivo, Neurofisiológico y Síntomas Vasomotores de la Ansiedad, en un estudio similar con estudiantes de Trabajo social, Oviedo, encontró que no hay correspondencia entre la ansiedad y el afrontamiento al estrés evitativo, (60).

Finalmente, la dimensión Afrontamiento Espiritual y todos los factores de la Ansiedad no guardan relación significativa, otros estudios similares como de Showing, señala que la religión, el humor, la reinterpretación positiva y la aceptación, mayormente disminuyen la ansiedad, (61).

5.4. Aporte científico de la investigación

El aporte ha sido dar a conocer a través de los resultados sobre la ansiedad y los modos de afrontamiento en los estudiantes, siendo considerados como variables independientes y solo se relaciona con el apoyo social.

Así mismo del aspecto metodológico la contribución es sobre la adaptación de los instrumentos psicológicos de ansiedad y modos de afrontamiento en el contexto universitario, que pueden ser utilizados para un estudio más amplio de las variables, como también la realización de investigaciones similares.

Si bien es cierto que no se ha podido garantizar una muestra más amplia por la modalidad virtual, sin embargo, es un referente para que la Institución pueda tomar en cuenta en la planificación de la política institucional en bien de los estudiantes,

CONCLUSIONES

- En cuanto a la hipótesis general se ha demostrado que no existe relación significativa entre ansiedad y modos de afrontamiento al estrés en los estudiantes universitarios de una Institución Pública de Huánuco.
- De acuerdo a la primera hipótesis específica entre las dimensiones de Afrontamiento cognitivo y Ansiedad no existe relación significativa con los Factores Subjetivo, Neurofisiológico, Autonómico y Síntomas Vasomotores de la Ansiedad.
- Según la segunda hipótesis específica entre la ansiedad los modos afrontamiento de apoyo social en jóvenes universitarios de Huánuco se encontró relación significativa positiva, sin embargo, con apoyo emocional la relación fue baja.
- En cuanto a la tercera hipótesis específica entre la dimensión Afrontamiento Evitativo, y los Factores Subjetivo, Neurofisiológico, Autonómico y Síntomas Vasomotores de la Ansiedad existe la relación positiva y moderada.
- Así mismo en la cuarta hipótesis específica no existe relación significativa entre la dimensión Afrontamiento Espiritual y todos los factores de la Ansiedad.
- Considerando los niveles de ansiedad en los jóvenes universitarios de Huánuco, el 34% presentaron nivel medio, el 31% alto y un 35% bajo. De acuerdo a las dimensiones, casi el 64% de estudiantes se ubicaron en los niveles medio y alto y un 37% en el nivel bajo en los factores subjetivo, neurofisiológico y síntomas vasomotores, mientras que un 45% de estudiantes se ubicaron en el nivel bajo en el factor autonómico y un 55% en los niveles bajo.
- Finalmente, en los modos de afrontamiento al estrés, el 33% de estudiantes se ubicaron en el nivel medio y alto respectivamente, mientras que un 34% presentaron nivel bajo.
- En cuanto a las dimensiones cognitivo, de apoyo social y emocional, evitativo, del 33% al 40% de estudiantes se ubicaron en el nivel bajo, 36% al 29% en los niveles medio y bajo, mientras que en el afrontamiento espiritual el mayor porcentaje 49% de estudiantes se ubicaron en el nivel medio, el 40% bajo y solo un 11% presentaron nivel alto.

SUGERENCIAS

- Si bien es cierto, que no se encontró relación entre ansiedad y modos de afrontamiento al estrés por lo que se muestran como variables independientes, sin embargo, es importante que los estudiantes universitarios deben tener apoyo psicológico que les permita fortalecer su autoestima y poder tener modos de afrontamiento adecuados frente a situaciones difíciles.
- Es importante que se considere actividades extracurriculares de apoyo social ya que tiene relación con la ansiedad, así mismo fortalecer el apoyo emocional en los estudiantes.
- Los estudiantes deben ser apoyados académicamente como emocionalmente a través de las Tutorías o ser derivados al Departamento Psicopedagógico para que puedan recibir ayuda profesional de manera oportuna en casos de depresión, ansiedad entre otros problemas que afecten su salud psicológica.
- Por otro lado, es importante que se fortalezca la vida espiritual de los estudiantes como soporte psicológico que les permita fortalecer su personalidad y a la vez optimice su rendimiento académico.
- Finalmente, a nivel de la Universidad, es importante implementar los Servicios Psicopedagógicos por Facultades para ser tendidos oportunamente y prevenir los comportamientos de riesgo a través de talleres de desarrollo psicológico y no solo vean su rendimiento académico sino también su formación personal y profesional.

REFERENCIAS

1. Domínguez M, Viamonte Y. Ansiedad, depresión y vulnerabilidad al estrés ante el diagnóstico reciente de diabetes mellitus tipo 2. *Gac.Med. Espirt.* [online]. 2014; 16(3):01-09.
2. Castillo C, Chacón T. Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de salud. *Investigación en educación médica*,2016: 5(20):230-239.
3. Koziar B. *Fundamentos de enfermería*. Madrid: PEARSON EDUCACION, S.A; 2013.
4. Khan S, et al. Impact of coronavirus outbreak on psychological health. *Journal of Global Health*. 2020;10(1):1-6. <http://doi.org/10.7189/jogh.10.010331>
5. Vallejo J, Gastó C. *Trastornos afectivos: ansiedad y depresión*. Barcelona: Masso; 2000.
6. Torres J, Guaman W. Ansiedad y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de la carrera de Psicología Educativa. *Horizontes Rev. Inv. Cs. Edu*, 2005; 5(20):1194-1202. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v5i20.269>
7. Souza, Santiago y Miró. Ansiedad comparada entre estudiantes de medicina y estudiantes de otros grados en el Área de la Salud en Coimbra. *Revista ELSEVIER*. 2021; 22(3):130-134 <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2020.04.001>
8. Gonzales J. Nivel de depresión, ansiedad y estrés en jóvenes universitarios asociados a confinamiento social. [Tesis de Grado]. Arequipa: Universidad de Católica de Sata María; 2020. Disponible en: <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/10219>
9. Sairitupac S, Varas L, Nieto J, Silva, B., Rodríguez T. Niveles de ansiedad de estudiantes frente a situaciones de exámenes: Cuestionario CAEX. *Propósitos Y Representaciones*; 2020; 8(3): e787. Disponible en: <https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8n3.787>
10. Sánchez F, Talavera M. Nivel de estrés y ansiedad en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Medicina Integrativa*, 2021,

6(3): 73-79 <https://doi.org/10.26722/rpmi.2021.v6n3.38>

11. Romero y Verde. Clima social familiar y modos de afrontamiento al estrés durante la cuarentena en alumnos de 5TO de secundaria de la Institución Educativa
12. Illathupa - Huánuco. [Tesis de Pre Grado]. Facultad de Psicología- UNHEVAL 2020. Disponible en: <http://repositorio.unheval.edu.pe/handle/UNHEVAL/645>
13. Romero F, Pozo, L. Factores de personalidad y modos de afrontamiento al estrés en los estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan Huánuco – [Tesis de Pre Grado]. Facultad de Psicología- UHEVAL, 2018. Disponible en: <http://repositorio.unheval.edu.pe/handle/UNHEVAL/3709>
14. Campos L, Jaimes M, Villavicencio M, Esteban E. Bienestar y afrontamiento psicológico de estudiantes universitarios en estado de confinamiento por covid- 19., Revista Inclusiones. 2020; 7:378-398. Disponible en: <https://revistainclusiones.org/index.php/inclu/article/view/1766>
15. Organización Mundial De La Salud. Alocución de apertura del Director General De la OMS en la rueda de prensa sobre la COVID-19 [celebrada el 11 de marzo. Discursos Del Director General De La OMS.1], 2020.
16. Ruiz A, Lago B. Trastornos de ansiedad en la infancia y la adolescencia. Curso de actualización Pediatría. Madrid: Exlibris ediciones; 2005.
17. Miguel-Tobal J. Evaluación de respuestas cognitivas, fisiológicas y motoras de ansiedad: Elaboración de un instrumento de medida (ISRA). (Tesis doctoral), Madrid, 1985.
18. Michel W. Personality and assessment. New York: Wiley;1985
- 19.
20. Wolpe J. Psychotherapy by Reciprocal Inhibition. Stanford University Press, Stanford, 1958.
21. Vasconcelos C, Feitosa I, Medrado P. O novo coronavírus e os impactos psicológicos na quarentena. Revista Desafios; 2020 15(7). Disponible en: <http://dx.doi.org/10.20873/uftsuple2020-8816>.
22. Toba L J. y Cano-Vindel A. Evaluación de respuestas fisiológicas. cognitivas y motoras de ansiedad. Informes de Psicología, 1985; 4, 249-259.
23. Sapolsky,R. Glucocorticoids and hippocampal atrophy in neuropsychiatric disorders. Archives of General Psychiatry,2008; 57: 925-936.

24. Robledo Z. Diagnóstico y tratamiento del trastorno de ansiedad generalizada en la persona mayor. 2019. Disponible en:
http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas/499GER_0.pdf
25. Fernández I, Casanova I, Cabañas V. Estudio de caso único: Eficacia de un tratamiento cognitivo-conductual en un trastorno de pánico en adolescente. 2018. Disponible en: <file:///C:/Users/aliss/OneDrive/Escritorio/DialneEstudioDeCasoUnico-6642691.pdf>.
26. Cuatrecasas G. Estrés y dolor crónico: una perspectiva endocrinológica. *Reumatol Clin*; 2009; 5(S2):12-14.
27. Soucase B. Influencia de los procesos mediadores en la adaptación al dolor crónico. (Tesis Doctoral). Universidad de Valencia, 2005.
28. Folkman S, Lazarus R, DeLongis A. y Gruen R. Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping encounter out-comes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1986; 50: 992-1003.
29. Compas B. Coping with stress during childhood and adolescence. *Psychological Bulletin*, 1987; 101: 393-403
30. Kubler C, Yen C y Yang M. Psychosocial impact among the public of the severe acute respiratory syndrome epidemic in Taiwa. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 2006; 60(4): 397-403. Disponible en: <http://doi.org/10.1111/j.1440-1819.2006.01522.x>
31. Wortman C, Silver R. Coping with irrevocable loss. En: VandenBos GR, Bryant BK (eds.). *Cataclysms, crises and catastrophes*. Washington: American Psychological Association, 1987;189-235.
32. Folkman S, Lazarus R. *Estrés y procesos cognitivos*. México: Martínez Roca, 1991.
33. Vázquez C, Ring C. Estrategias de afrontamiento ante la depresión: Un análisis de su frecuencia y utilidad mediante el Coping Inventory of Depression (CID). *Psicología Conductual*, 1996; 4: 9-28
34. Morel C, Vizioli N. Perfiles de afrontamiento y su relación con la ansiedad ante exámenes en estudiantes de Psicología. *Revista de Psicología (PUCP)*, 2023; 41(1): 165-183.
35. Gasulla J. Los elementos fundamentales de la clínica: El síntoma y el signo, *Interpsiquis*. 2007; 8: 1-45. Disponible en: <http://psiqu.com/1-3537>
36. Gómez G. Neurofisiología de la ansiedad, versus la angustia como afecto que se siente en el cuerpo. *Informes Psicológicos*, 2007; 9,101-119. Disponible en:

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5229790>

37. Díaz B, y Solís C. Depresión y ansiedad en pacientes con enfermedad renal crónica en estadio V de un hospital estatal nivel III-1 de Chiclayo, agosto-diciembre, 2017. [Tesis de pregrado, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo], 2019. Repositorio Institucional. <https://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/1892>
38. Carvajal A, Flores M., Marin S. Morales C. Los trastornos de ansiedad durante la transición a la menopausia. *Perinatología y Reproducción Humana*, 2016; 30(1): 39-45. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.rprh.2016.03.003>
39. Lazarus R, Folkman S. Estrés y procesos cognitivos. Martínez Roca, 1986.
- 40.
41. Sandín B. El estrés. En A. Belloch, B., Sandín, y F. Ramos (Eds.), *Manual de Psicopatología* (vol. 2). Madrid: McGraw-Hill, 1995.
42. Londoño N, Henao G, Puerta I. Propiedades psicométricas y validación de la Escala de Estrategias de Coping Modificada (EECM) en una muestra colombiana. *Universitas psychologica*, 2006; 5(2): 327-349. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/647/64750210.pdf>
43. Londoño N, Henao G, Puerta I. Propiedades psicométricas y validación de la Escala de Estrategias de Coping Modificada (EECM) en una muestra colombiana. *Universitas psychologica*, 2006; 5(2): 327-349. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/647/64750210.pdf>
44. Romero-Martínez M. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012: diseño y cobertura. *Salud Publica Mex*, 2013;55(suppl 2): 332-340. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.21149/spm.v55s2.5132>
45. Tamayo y Tamayo M. *El proceso de la investigación científica*. (4ª). México: Editores LIMUSA, 2007.
46. Hernández-Sampieri, R, Mendoza C. *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*, 2018.
47. Vizioli N, Pagano A. Adaptación del Inventario de Ansiedad de Beck en población de Buenos Aires. *Interacciones*, 2020; 6(3). Disponible en: <http://dx.doi.org/10.24016/2020.v6n3.171>
48. Rivera Y. (2014). Adaptación y propiedades psicométricas del inventario de depresión de Beck II en estudiantes de la Universidad Pública de Huánuco. [Tesis de Maestría]. Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13080/1560>

49. Carver C. You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 1997; 4(1): 92-100.
50. Polanco, J. Adaptación del inventario de afrontamiento COPE en adultos pertenecientes a la población económicamente activa de Lima Metropolitana. [Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología]. Universidad de Lima, 2019.
51. Corbin J. Tipos de trastornos de ansiedad y sus características. La sensación de estar ansioso puede provenir de distintos trastornos y desórdenes, 2007. Disponible en: <https://psicologiaymente.com/clinica/tipos-de-trastornos-de-ansiedad>
52. Cassarett M, Chau C. Afrontamiento al Estrés: Adaptación del Cuestionario COPE en Universitarios de Lima. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 2016; 42 (2): 95. Disponible en: <https://www.aidep.org/sites/default/files/articles/R42/Art9.pdf>.
53. Cohen S, Kamark T, & Mermelstein R. A global measure of perceived stress journal of health and Social. *Behaviur*, 1998; 24: 285-396
54. Beltrán M, Freyre A. Hernández L. El Inventario de Depresión de Beck: Su validez en población adolescente. *Terapia Psicológica*, 2007; 30 (1): 5-13.
55. Sairitupac S, Varas R, Nieto-Gamboa J., Silva B, Rodriguez M. Niveles de ansiedad de estudiantes frente a situaciones de exámenes: Cuestionario CAEX. *Propósitos y Representaciones*, 2020; 8(3), e787. Doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8n3.787>
56. Sanchez F, Talavera M. Nivel de estrés y ansiedad en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19, Arequipa, 2021. DOI: 10.26722/rpm.2021.v6n3.38
57. Souza S. Ansiedad comparada entre estudiantes de medicina y estudiantes de otros grados en el Área de la Salud en Coimbra. *Revista ELSEVIER*, 2021; 22(3): 130-134. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2020.04.001>
58. 134. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2020.04.001>
59. Valdez Y. et al. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la licenciatura en Enfermería, *Enfermería global*, 2022; 21(65): 248-259. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.441711>
60. 259. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.441711>
61. Souza S. Ansiedad comparada entre estudiantes de medicina y estudiantes de otros grados en el Área de la Salud en Coimbra. *Revista ELSEVIER*, 2020; 22(3): 130-134.

62. Valdez Y, et al. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la licenciatura en Enfermería. *Enferm. glob.* [online]. 2022, .21(65): 248-270. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.441711>.
63. Morel C, Vizioli N. Perfiles de afrontamiento y su relación con la ansiedad ante exámenes en estudiantes de Psicología. *Revista de Psicología*, 2023;.41(1). Disponible en: <http://dx.doi.org/10.18800/psico.202301.007>
64. Valdez, Y. et al. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la licenciatura en Enfermería. *Revista Enfermería global*, 2022; 21(65): 248-259.
65. Sierral J, Ortega V, Zubeidat I. Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-Estar Subjetivada*, 2003; 3(1): 10-59
66. Romero M, Shamah T, Cuevas L. Diseño metodológico de la encuesta nacional de salud y nutrición de medio camino 2016. *Salud pública de México*, 2017, 59:299-305. Disponible en: <https://www.scielosp.org/article/spm/2017.v59n3/299-305/es>
67. 305. Disponible en: <https://www.scielosp.org/article/spm/2017.v59n3/299-305/es>
68. Oviedo F. Ansiedad y afrontamiento al estrés en estudiantes de la Escuela Profesional de Trabajo Social de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Bing Bang Faustiniiano, 2017; 6(2). Disponible en: <https://doi.org/10.51431/bbf.v6i2.160>
69. Showing N. Estrategias de afrontamiento y ansiedad en adultos en situación de pandemia covid 19. [Tesis de Licenciatura]. Facultad de Psicología. Universidad de Lima, 2022.

ANEXOS

ANEXO 01
MATRIZ DE CONSISTENCIA

ANSIEDAD Y MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE UNA INSTITUCIÓN PÚBLICA DE HUÁNUCO 2021

| PROBLEMAS | OBJETIVOS | HIPÓTESIS VARIABLES | METODOLOGÍA | | |
|---|---|---|---|--|---|
| GENERAL | GENERAL | VARIABLES | Ámbito | Metodología | Técnicas Relación |
| ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y los modos de afrontamiento en jóvenes universitarios de Huánuco? | -Conocer la relación entre la ansiedad y los modos de afrontamiento al estrés en jóvenes universitarios de Huánuco. | V1: Ansiedad. V2: Modos de afrontamiento al Estrés | | Muestreo No probabilístico Estudiantes varones y mujeres -Edades de 18 a 25 años | Datos Técnica: Encuesta Instrumento de recolección de datos: Test psicológico para medir ansiedad de Beck |
| ESPECÍFICOS | ESPECÍFICOS | HIPÓTESIS GENERAL | | Diseño de estudio | |
| -¿Cuáles son los niveles de ansiedad en jóvenes universitarios de Huánuco? | -Identificar los niveles de ansiedad en jóvenes universitarios de Huánuco. | Ha: Existe relación significativa entre la ansiedad y los modos de afrontamiento en jóvenes universitarios de Huánuco. Ho: No existe relación significativa entre la ansiedad y los modos de afrontamiento en jóvenes universitarios de Huánuco. | -Estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán-Huánuco | de Correlacional, transversal | |
| ¿Cuáles son los modos de afrontamiento al estrés predominantes en jóvenes universitarios de Huánuco? | -Identificar los modos de afrontamiento al estrés en jóvenes universitarios de Huánuco. | HIPÓTESIS ESPECÍFICA | | Tipo de estudio | |
| ¿Cuál será la relación entre la ansiedad y los modos de afrontamiento al estrés cognitivo, | -Establecer la relación entre la ansiedad y los modos | Ha1 Existe relación significativa entre la ansiedad y los modos de afrontamiento cognitivo en jóvenes universitarios de Huánuco. | | Tipo cuantitativo. | Cuestionario de Modos de afrontamiento COPE |

emocional, evitativo y espiritual en jóvenes universitarios de Huánuco? afrontamiento cognitivo en jóvenes universitarios de Huánuco. **Ho1** No existe relación significativa entre la ansiedad y los modos afrontamiento cognitivo en jóvenes universitarios de Huánuco.

-Establecer la relación entre la ansiedad y los modos afrontamiento social y emocional en jóvenes universitarios de Huánuco. **Ha2** Existe relación significativa entre la ansiedad los modos afrontamiento social y emocional en jóvenes universitarios de Huánuco.

-Establecer la relación entre la ansiedad y los modos afrontamiento de bloqueo o evitación en jóvenes universitarios de Huánuco. **Ho2** No existe relación significativa entre la ansiedad los modos afrontamiento social y emocional en jóvenes universitarios de Huánuco.

-Establecer la relación entre la ansiedad y los modos afrontamiento de apoyo espiritual en jóvenes universitarios de Huánuco. **Ha3** Existe relación significativa entre la ansiedad y los modos afrontamiento evitativo en jóvenes universitarios de Huánuco.

-Establecer la relación entre la ansiedad y los modos afrontamiento de apoyo espiritual en jóvenes universitarios de Huánuco. **Ho3** No existe relación significativa entre la ansiedad y los modos afrontamiento evitativo en jóvenes universitarios de Huánuco.

-Establecer la relación entre la ansiedad y los modos afrontamiento de apoyo espiritual en jóvenes universitarios de Huánuco. **Ha4** Existe relación significativa entre la ansiedad y los modos afrontamiento espiritual en jóvenes universitarios de Huánuco.

-Establecer la relación entre la ansiedad y los modos afrontamiento de apoyo espiritual en jóvenes universitarios de Huánuco. **Ho4** No existe relación significativa entre la ansiedad y los modos afrontamiento espiritual en jóvenes universitarios de Huánuco.



ANEXO 02

CONSENTIMIENTO INFORMADO



ID:

FECHA: / /

TÍTULO: ANSIEDAD Y MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE UNA INSTITUCIÓN PÚBLICA DE HUÁNUCO 2021

OBJETIVO:

Conocer la relación entre la ansiedad y los modos de afrontamiento al estrés en jóvenes universitarios de Huánuco.

INVESTIGADOR: ALCANTARA ASENCIOS FLORISA JESUS

Consentimiento / Participación voluntaria

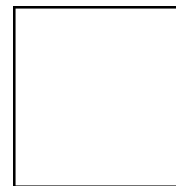
Acepto participar en el estudio: He leído la información proporcionada, o me ha sido leída. He tenido la oportunidad de preguntar dudas sobre ello y se me ha respondido satisfactoriamente. Consiento voluntariamente participar en este estudio y entiendo que tengo el derecho de retirarme en cualquier momento de la intervención (tratamiento) sin que me afecte de ninguna manera.

Firmas del participante o responsable legal

Huella digital si el caso lo amerita

Firma del participante: _____

Firma del investigador responsable: _____



ANEXO 03

INSTRUMENTOS

INVENTARIO DE ANSIEDAD (BECK)

Instrucciones: Este cuestionario consta de 21 grupos de afirmaciones. Por favor, lea con atención cada uno de ellos cuidadosamente. Luego elija uno de cada grupo, el que mejor describa el modo como se ha sentido las últimas dos semanas, incluyendo el día de hoy.

Cada ítem se puntúa de 0 a 3, correspondiendo la puntuación

0 : “en absoluto”,

1 : “levemente, no me molesta mucho”

2 : “moderadamente, fue muy desagradable pero podía soportarlo” 3: “severamente, casi no podía soportarlo”.

| FACTORES | 0 | 1 | 2 | 3 |
|--|---|---|---|---|
| <hr/> | | | | |
| Factor 1. Subjetivo | | | | |
| <hr/> | | | | |
| 4. Incapacidad de relajarme. | | | | |
| 5. Miedo a que suceda lo peor. | | | | |
| 8. Sensación de inestabilidad e inseguridad física | | | | |
| 9. Terrores. | | | | |
| 10. Nerviosismo | | | | |
| 14. Miedo a perder el control | | | | |
| 16. Miedo a morirme | | | | |
| <hr/> | | | | |
| Factor 2. Neurofisiológico | | | | |
| <hr/> | | | | |
| 1. Hormigueo o entumecimiento. | | | | |
| III. Temblor de piernas. | | | | |
| 6. Mareo o aturdimiento. | | | | |
| 12. Temblores de manos. | | | | |
| 13. Temblor generalizado o estremecimiento. | | | | |
| 17. Sobresaltos. | | | | |
| 18. Molestias digestivas o abdominales. | | | | |
| 19. Palidez | | | | |
| <hr/> | | | | |

Factor 3. Autonómico

7. Palpitaciones o taquicardia.

11. Sensación de ahogo.

III. Dificultad para respirar.

Factor 4. Síntomas vasomotores

2. Sensación de calor.

20. Rubor facial.

Sudoración

17. Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.
18. Busco algo bueno de lo que está sucediendo.
19. Me río de la situación.
20. Rezo o medito.
21. Aprendo a vivir con ello
22. Haga algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver televisión.
23. Expreso mis sentimientos negativos.
24. Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo
25. Renuncio al intento de hacer frente al problema.
26. Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.
27. Me echo la culpa de lo que ha sucedido.

III. Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen

ANEXO 04 VALIDACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS POR EXPERTOS

ALFA DE CRONBACH BECH Y AFRONTAMIENTO

Tabla 1

Análisis de fiabilidad del cuestionario de Depresión.

| <u>Alfa de Cronbach</u> | <u>Número de elementos</u> |
|-------------------------|----------------------------|
| ,917 | 20 |

En la tabla 1 se puede ver que el índice de alfa total del cuestionario de Depresión de Beck es de .917, el cual es considerado alto.

Tabla 2

Análisis de fiabilidad del elemento si éste se elimina y correlación ítem test del cuestionario de Depresión.

| <u>Ítem</u> | <u>Correlación total de elementos corregida</u> | <u>Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido</u> |
|--|---|--|
| 1. Incapacidad de relajarme. | ,637 | ,911 |
| 2. Miedo a que suceda lo peor | ,338 | ,917 |
| 3. Sensación de inestabilidad e inseguridad física | ,345 | ,919 |
| 4. Terrores | ,498 | ,915 |
| 5. Nerviosismo | ,386 | ,917 |
| 6. Miedo a perder el control | ,455 | ,915 |
| 7. Miedo a morirme | ,588 | ,912 |
| 1. Hormigueo o entumecimiento. | ,663 | ,911 |
| 2. Temblor de piernas. | ,894 | ,904 |
| 3. Mareo o aturdimiento. | ,706 | ,910 |
| 4. Temblores de manos. | ,420 | ,918 |
| 5. Temblor generalizado o estremecimiento. | ,719 | ,909 |
| 6. Sobresaltos. | ,687 | ,910 |
| 7. Molestias digestivas o abdominales. | ,328 | ,918 |
| 8. Palidez. | ,517 | ,914 |
| 1. Palpitaciones o taquicardia. | ,534 | ,914 |
| 3. Dificultad para respirar. | ,835 | ,907 |
| 1. Sensación de calor. | ,808 | ,907 |

| | | |
|------------------|------|------|
| 2. Rubor facial. | ,400 | ,916 |
| 3. Sudoración. | ,765 | ,908 |

En la tabla 2 se observa que, si algún ítem se eliminara el índice alfa total no mejora. Asimismo, la relación entre el puntaje de cada ítem con el puntaje total es mayor a .328, siendo esta relación positiva y entre moderada y significativa. En conclusión, se observa que cada ítem es necesario dentro del cuestionario y tiene un buen nivel de consistencia interna.

Tabla 3

Análisis de fiabilidad del cuestionario de Modos de Afrontamiento.

| Alfa de Cronbach | Número de elementos |
|------------------|---------------------|
| ,674 | 28 |

En la tabla 3 se puede ver que el índice de alfa total del cuestionario de Modos de Afrontamiento es de .674, el cual es considerado moderado.

Tabla 4

Análisis de fiabilidad del elemento si éste se elimina y correlación ítem test del cuestionario de Modos de Afrontamiento

| Ítem total de | Correlación elementos corregida | Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido |
|------------------|------------------------------------|--|
|------------------|------------------------------------|--|

| | | |
|---|--------------|-------------|
| 1. Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer. | ,577 | ,645 |
| 2. Concreto mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación que estoy. | ,035 | ,679 |
| 3. Acepto la realidad de lo que sucedió. | ,231 | ,666 |
| 4. Recorro al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente. | ,568 | ,635 |
| 5. Me digo a mí mismo “Esto no es real” | ,039 | ,679 |
| 6. Intento proponer una estrategia sobre qué hacer. | ,017 | ,678 |
| 7. Hago bromas sobre ello. | ,490 | ,637 |
| 8. Me critico a mí mismo. | ,620 | ,627 |
| 9. Consigo apoyo emocional de otros. | ,245 | ,664 |
| 10. Tomo medidas para interpretar que la situación mejore. | ,360 | ,655 |
| 11. Renuncio a intentar ocuparme de ello. | -,053 | ,690 |
| 12. Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradable. | ,346 | ,654 |
| 13. Me niego a creer que haya sucedido. | -,108 | ,689 |
| 14. Intento verlo con otros ojos, para hacer que parezca más positivo. | -,119 | ,697 |
| 15. Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor. | ,000 | ,675 |
| 16. Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales. | ,374 | ,649 |
| 17. Consigo el consuelo y la comprensión de alguien. | ,478 | ,644 |
| 18. Busco algo bueno de lo que está sucediendo. | ,256 | ,663 |
| 19. Me río de la situación. | ,060 | ,678 |
| 20. Rezo o medito. | ,199 | ,668 |
| 21. Aprendo a vivir con ello | ,186 | ,669 |
| 22. Haga algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver televisión. | ,340 | ,655 |
| 23. Expreso mis sentimientos negativos. | ,100 | ,675 |
| 24. Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo | ,223 | ,667 |
| 25. Renuncio al intento de hacer frente al problema. | ,121 | ,678 |
| 26. Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir | ,206 | ,667 |
| 27. Me echo la culpa de lo que ha sucedido. | ,096 | ,679 |
| 28. Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen. | ,148 | ,672 |

En la tabla 4 se observa que, si algún ítem se eliminara el índice alfa total no mejora para la mayoría de ítems; además, la relación entre el puntaje de cada ítem con el puntaje total es mayor a .186, siendo esta relación positiva y entre baja y moderada. Sin embargo, en los ítems 11, 13, 14 y 15 la relación entre el puntaje de los ítems y el puntaje total es negativo o nulo y para dichos ítems su eliminación mejoraría significativamente el índice de alfa total. Respecto a los ítems 2, 6, 15, 19 y 23, la relación entre el puntaje de los ítems y el puntaje total es débil y el índice alfa mejora ligeramente si estos ítems se eliminan. En conclusión, se sugiere revisar la redacción de los ítems señalados en pro de mejorar la consistencia interna del cuestionario.

NOTA BIOGRÁFICA



III. DATOS PERSONALES

- Nombres y Apellidos : Florisa Jesús Alcántara Asencios de Brewster
- DNI N° : 22486746

II. FORMACIÓN ACADÉMICA

- Educación primaria : Colegio María Auxiliadora
- Educación secundaria : Colegio Nuestra Señora de las Mercedes
- Educación superior : Universidad Nacional Hermilio Valdizán

III. EXPERIENCIA LABORAL

Estudió medicina alternativa en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, también estudió acupuntura en la sede de Lima de la Escuela de Nei Ying de España, actualmente ejerce la profesión de psicoterapeuta y para docente de niños especiales en Estados Unidos.

ACTA DE SUSTENTACIÓN



UNHEVAL
UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILO VALDIZÁN

VICERRECTORADO ACADÉMICO

ESCUELA DE POSGRADO



"Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres"
"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA OPTAR EL GRADO DE MAESTRO

A través de la Plataforma Microsoft Teams de la Escuela de Posgrado de la UNHEVAL, siendo las 13:00 horas del día jueves 13 de junio de 2024, se reunieron, los miembros integrantes del Jurado Evaluador;

Dr. Reynaldo Marcial OSTOS MIRAVAL
Dr. Pío TRUJILLO ATAPOMA
Dr. Miguel Alfredo CARRASCO MUÑOZ

PRESIDENTE
SECRETARIO
VOCAL

Acreditados mediante Resolución N° 01724-2024-UNHEVAL-EPG/D de fecha 10 de junio del 2024, de la tesis titulada "ANSIEDAD Y MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE UNA INSTITUCIÓN PÚBLICA DE HUÁNUCO, 2022", presentada por la maestrando, Florisa Jesus ALCANTARA ASENCIOS DE BREWSTER, con el asesoramiento de la Dra. Lilia Lucy CAMPOS CORNEJO, se procedió a dar inicio el acto de sustentación para optar el Grado de Maestro en Salud Pública y Gestión Sanitaria.

Concluido el acto de sustentación, cada miembro del Jurado Evaluador procedió a la evaluación de la maestrando, teniendo presente los siguientes criterios:

1. Presentación personal.
2. Exposición: el problema a resolver, hipótesis, objetivos, resultados, conclusiones, los aportes, contribución a la ciencia y/o solución a un problema social y recomendaciones.
3. Grado de convicción y sustento bibliográfico utilizados para las respuestas a las interrogantes del Jurado.
4. Dicción y dominio de escenario.

| Nombres y Apellidos de la Maestrando | Jurado Evaluador | | | Promedio Final |
|--|------------------|------------|-------|----------------|
| | Presidente | Secretario | Vocal | |
| Florisa Jesus ALCANTARA ASENCIOS DE BREWSTER | 16 | 16 | 16 | 16 |

Obteniendo en consecuencia la maestrando Florisa Jesus ALCANTARA ASENCIOS DE BREWSTER la nota de DIECISEIS (16), equivalente a BUENO, por lo que se declara APROBADO.

Calificación que se realiza de acuerdo con el Art. 171° del Reglamento de Grados y Títulos 2024 de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco.

Se da por finalizado el presente acto, siendo las 2:15pm horas del día jueves 13 de junio de 2024, firmando en señal de conformidad.

PRESIDENTE
DNI N° 224704

SECRETARIO
DNI N° 22432324

VOCAL
DNI N° 29428246

Leyenda:
19 a 20: Excelente
17 a 18: Muy Bueno
14 a 16: Bueno
0 a 13: Deficiente

CONSTANCIA DE SIMILITUD Y EL REPORTE DE FUENTES



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILO VALDIZÁN

ESCUELA DE POSGRADO



CONSTANCIA DE SIMILITUD N° 165-2024-SOFTWARE ANTIPLAGIO TURNITIN-UNHEVAL-EPG

La Directora de la Escuela de Posgrado, emite la presente ~~CONSTANCIA DE SIMILITUD~~, --aplicando el software TURNITIN, a la tesis titulado **ANSIEDAD Y MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE UNA INSTITUCIÓN PÚBLICA DE HUÁNUCO, 2022**, reportando un 23% de similitud, correspondiente a la Maestría **FLORISA JESUS ALCANTARA ASENCIOS DE BREWSTER**, considerando como asesora a la **Dra. Lilia Lucy CAMPOS CORNEJO**.

DECLARANDO (APTO)

Se expide la presente, para los trámites pertinentes.

Pillco Marca, 03 de mayo de 2024.



Dra. Digna Amabilia Manrique de Lara Suarez
DIRECTORA DE LA ESCUELA DE POSGRADO
UNHEVAL

NOMBRE DEL TRABAJO

ANSIEDAD Y MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE UNA INSTITUCIÓN PÚBLICA DE HUÁNUCO, 2022

AUTOR

FLORISA JESUS ALCANTARA ASENCIOS DE BREWSTER

RECuento de palabras

8637 Words

RECuento de caracteres

47934 Characters

RECuento de páginas

42 Pages

Tamaño del archivo

115.5KB

Fecha de entrega

May 3, 2024 11:26 AM GMT-5

Fecha del informe

May 3, 2024 11:27 AM GMT-5

● **23% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 22% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 7% Base de datos de trabajos entregados
- 6% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 15 palabras)
- Material citado

● 23% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 22% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 7% Base de datos de trabajos entregados
- 6% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

FUENTES PRINCIPALES

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

| | | |
|---|---|-----|
| 1 | repositorio.unheval.edu.pe Internet | 3% |
| 2 | researchgate.net Internet | 2% |
| 3 | alicia.concytec.gob.pe Internet | 1% |
| 4 | docplayer.es Internet | 1% |
| 5 | dev.scielo.org.pe Internet | 1% |
| 6 | eprints.ucm.es Internet | 1% |
| 7 | diu.unheval.edu.pe Internet | 1% |
| 8 | rpmi.pe Internet | <1% |

Descripción general de fuentes

| | | |
|----|---|-----|
| 9 | repository.uniminuto.edu Internet | <1% |
| 10 | old.scielo.br Internet | <1% |
| 11 | repositorio.upao.edu.pe Internet | <1% |
| 12 | unife.edu.pe Internet | <1% |
| 13 | ITESM: Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey o... Submitted works | <1% |
| 14 | go.gale.com Internet | <1% |
| 15 | dspace.udla.edu.ec Internet | <1% |
| 16 | doi.org Internet | <1% |
| 17 | Universidad Tecnológica Indoamerica on 2024-03-24 Submitted works | <1% |
| 18 | hdl.handle.net Internet | <1% |
| 19 | tesis.ucsm.edu.pe Internet | <1% |
| 20 | repositorio.cidecuador.org Internet | <1% |

| | | |
|----|---|-----|
| 21 | doaj.org Internet | <1% |
| 22 | Caribbean University on 2024-02-18 Submitted works | <1% |
| 23 | repositorio.ucv.edu.pe Internet | <1% |
| 24 | repositorio.udec.cl Internet | <1% |
| 25 | repositorio.autonmadeica.edu.pe Internet | <1% |
| 26 | cdigital.uv.mx Internet | <1% |
| 27 | repositorio.umsa.bo Internet | <1% |
| 28 | es.scribd.com Internet | <1% |
| 29 | repositorio.undac.edu.pe Internet | <1% |
| 30 | ucss on 2023-11-14 Submitted works | <1% |
| 31 | "Estudio comparativo sobre ansiedad prepandemia y pospandemia en ... Crossref | <1% |
| 32 | repositorio.unan.edu.ni Internet | <1% |

33

slideplayer.es
Internet

<1%

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN



AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DIGITAL Y DECLARACIÓN JURADA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN, TESIS, TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL O TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR UN GRADO O TÍTULO PROFESIONAL

1. Autorización de Publicación: *(Marque con una "X" según corresponda)*

| | | | | | | | | | |
|-----------|--|--------------------|--|----------------------|--|---------|-------------------------------------|--------|--|
| Bachiller | | Título Profesional | | Segunda Especialidad | | Maestro | <input checked="" type="checkbox"/> | Doctor | |
|-----------|--|--------------------|--|----------------------|--|---------|-------------------------------------|--------|--|

Ingrese los datos según corresponda.

| | |
|-----------------------------|--|
| Facultad/Escuela | POSGRADO |
| Escuela/Carrera Profesional | |
| Programa | SALUD PÚBLICA Y GESTIÓN SANITARIA |
| Grado que otorga | MAESTRO EN SALUD PÚBLICA Y GESTIÓN SANITARIA |
| Título que otorga | |

2. Datos del (los) Autor(es): *(Ingrese los datos según corresponda)*

| | | | | | | | | |
|----------------------|--|-------------------------------------|-----------|--------------------------|------|--------------------------|------------------|----------|
| Apellidos y Nombres: | ALCANTARA ASENCIOS DE BREWSTER FLORISA JESUS | | | | | | | |
| Tipo de Documento: | DNI | <input checked="" type="checkbox"/> | Pasaporte | <input type="checkbox"/> | C.E. | <input type="checkbox"/> | N° de Documento: | 22486746 |
| Correo Electrónico: | Florisa20@hotmail.com | | | | | | | |
| Apellidos y Nombres: | | | | | | | | |
| Tipo de Documento: | DNI | <input type="checkbox"/> | Pasaporte | <input type="checkbox"/> | C.E. | <input type="checkbox"/> | N° de documento: | |
| Correo Electrónico: | | | | | | | | |
| Apellidos y Nombres: | | | | | | | | |
| Tipo de Documento: | DNI | <input type="checkbox"/> | Pasaporte | <input type="checkbox"/> | C.E. | <input type="checkbox"/> | N° de Documento: | |
| Correo Electrónico: | | | | | | | | |

3. Datos del Asesor: *(Ingrese los datos según corresponda)*

| | | | | | | | | |
|----------------------|---------------------------|-------------------------------------|-----------|--------------------------|------|--------------------------|------------------|----------|
| Apellidos y Nombres: | CAMPOS CORNEJO LILIA LUCY | | | | | | | |
| Tipo de Documento: | DNI | <input checked="" type="checkbox"/> | Pasaporte | <input type="checkbox"/> | C.E. | <input type="checkbox"/> | N° de Documento: | 22401702 |
| ORCID ID: | 0000-0003-0423-4704 | | | | | | | |

4. Datos de los Jurados: *(Ingrese los datos según corresponda, primero apellidos luego nombres)*

| | |
|------------|--------------------------------|
| Presidente | OSTOS MIRAVAL REYNALDO MARCIAL |
| Secretario | TRUJILLO ATAPOMA PIO |
| Vocal | CARRASCO MUÑOZ MIGUEL ALFREDO |
| Vocal | |
| Vocal | |
| Accesorio | |

5. Datos del Documento Digital a Publicar: *(Ingrese los datos y marque con una "X" según corresponda)*

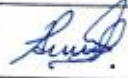
| | | | | |
|--|---|---|--|---|
| Ingrese solo el año en el que sustentó su Trabajo de Investigación: <i>(Verifique la Información en el Acta de Sustentación)</i> | 2024 | | | |
| Modalidad de obtención del Grado Académico o Título Profesional: <i>(Marque con X según corresponda)</i> | <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">Trabajo de Investigación</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">Tesis</td> <td style="width: 33%; text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/> Trabajo Académico</td> </tr> </table> | Trabajo de Investigación | Tesis | <input checked="" type="checkbox"/> Trabajo Académico |
| Trabajo de Investigación | Tesis | <input checked="" type="checkbox"/> Trabajo Académico | | |
| Palabras claves | ANSIEDAD AFRONTAMIENTO ESTRES | | | |
| Tipo de acceso: <i>(Marque con X según corresponda)</i> | <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">Abierto</td> <td style="width: 33%; text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/> Cerrado*</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">Restringido*</td> </tr> </table> | Abierto | <input checked="" type="checkbox"/> Cerrado* | Restringido* |
| Abierto | <input checked="" type="checkbox"/> Cerrado* | Restringido* | | |
| (*) Sustentar razón: | | | | |

6. Declaración Jurada: (Ingrese todos los datos requeridos completos)

| |
|--|
| Soy Autor (a) (es) del Trabajo de Investigación Titulado: <i>(Ingrese el título tal y como está registrado en el Acta de Sustentación)</i> |
| ANSIEDAD Y MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN JOVENES UNIVERSITARIOS DE UNA INSTITUCIÓN PÚBLICA DE HUÁNUCO, 2022 |
| Mediante la presente asumo frente a la Universidad Nacional Hermilio Valdizán (en adelante LA UNIVERSIDAD), cualquier responsabilidad que pueda derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido del trabajo de Investigación, así como por los derechos de la obra y/o invención presentada. En consecuencia, me hago responsable frente a LA UNIVERSIDAD y frente a terceros de cualquier daño que pudiera ocasionar a LA UNIVERSIDAD o a terceros, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar causas en los trabajos de investigación presentado, asumiendo toda la carga pecuniaria que pudiera derivarse de ello. Asimismo, por la presente me comprometo a asumir además todas las cargas pecuniarias que pudiera derivar para LA UNIVERSIDAD en favor de terceros con motivos de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontraran causa en el contenido del Trabajo de Investigación. De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de mis acciones se deriven, sometiéndome a las acciones legales y administrativas vigentes. |

7. Autorización de Publicación Digital:

A través de la presente autorizo de manera gratuita a la Universidad Nacional Hermilio Valdizán a publicar la versión digital de este trabajo de Investigación en su biblioteca virtual, repositorio Institucional y base de datos, por plazo indefinido, consintiendo que con dicha autorización cualquier tercero podrá acceder a dichas paginas de manera gratuita pudiendo revisarla, imprimirla o grabarla siempre y cuando se respete la autoría y sea citada correctamente.

| | | | |
|---------------------|--|-------|--|
| Apellidos y Nombres | ALCANTARA ASENCIOS DE BREWSTER FLORISA JESUS | Firma |  |
| Apellidos y Nombres | | Firma | |
| Apellidos y Nombres | | Firma | |

FECHA: Huánuco, 21 de agosto del 2025

Nota:

- ✓ No modificar los textos preestablecidos, conservar la estructura del documento.
- ✓ Marque con una X en el recuadro que corresponde.
- ✓ Usar este formato de forma digital, con tipo de letra calibri, tamaño de fuente 09, manteniendo la alineación del texto que observa en el modelo, sin errores gramaticales (recuerde las mayúsculas también se tildan si corresponde).
- ✓ La información que escriba en este formato debe coincidir con la información registrada en los demás archivos y/o formatos que presente, tales como: DNI, Acta de Sustentación, Trabajo de Investigación (PDF), Constancia de Similitud, Reporte de Similitud.
- ✓ Cada uno de los datos requeridos en este formato, es de carácter obligatorio según corresponde.
- ✓ Se debe de imprimir, firmar y luego escanear el documento (legible).