

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA



Nivel de ansiedad en adolescentes del 5to de secundaria de la
Institución Educativa Tupac Amaru. Tumbes - 2024.

TESIS

Para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería

AUTORAS:

Br. Kassandra Nayely Arca Albarracin

Br. Neyshla Lisset Zapata Otero

Tumbes, 2025

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES


FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD


ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA




Nivel de ansiedad en adolescentes del 5to de secundaria de la
Institución Educativa Tupac Amaru. Tumbes - 2024

TESIS APROBADA EN FORMA Y ESTILO POR:

Dra. Yrene Esperanza Urbina Rojas Presidente: 

Dra. María Luz Bravo Pérez Secretario: 

Dra. Julia Eulalia Mariños Vega Vocal : 

Tumbes, 2025

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Nivel de ansiedad en adolescentes del 5to de secundaria de la
Institución Educativa Tupac Amaru. Tumbes - 2024

Los suscritos declaramos que la tesis es original en su contenido y
forma:

Br. Enf. Kassandra Nayely Arca Albarracin

Autora: Arca Albarracin
Kassandra

Br. Enf. Neyshla Lisset Zapata Otero

Autora: Neyshla

Dra. Julia Eulalia Mariños Vega

Asesora: Julia Eulalia Mariños Vega

Tumbes, 2025



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

Licenciada

Resolución del Consejo Directivo N° 155-2019-SUNEDU/CD

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Tumbes – Perú

ACTA DE SUSTENTACION DE TESIS

En Tumbes, a los 26 días del mes junio del dos mil veinticinco, siendo las 9,05 horas, en la modalidad presencial: en la aula del pabellón de Enfermería, se reunieron el jurado calificador de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Tumbes, designado mediante la RESOLUCIÓN DECANAL N°656– 2024/ UNTUMBES – FCS Dra. Yrene Urbina Rojas (presidente), al Dra. María Luz Bravo Pérez (secretaria), Dra. Julia Mariños Vega (Vocal). Reconociendo en la misma resolución, al Dra. Julia Mariños Vega (asesora), se procedió a evaluar, calificar y deliberar la sustentación de la tesis, titulada “Nivel de Ansiedad en adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Túpac Amaru – Tumbes 2024,” para optar el Título Profesional de Licenciados en Enfermería presentada por los bachilleres:

**BR. ARCA ALBARRACIN, KASSANDRA NAYELY,
BR. ZAPATA OTERO, NEYSHLA LISSET**

Concluida la sustentación y absueltas las preguntas, por parte de los sustentantes y después de la deliberación, el jurado según el artículo N° 65 del Reglamento de Tesis para Pregrado y Posgrado de la Universidad Nacional de Tumbes, declara a la **Br. ARCA ALBARRACIN, KASSANDRA NAYELY - APROBADO** con el calificativo, **MUY BUENO** y a la **Br. ZAPATA OTERO, NEYSHLA LISSET - APROBADO** con el calificativo **MUY BUENO**

En consecuencia, quedan APTAS. para continuar con los trámites correspondientes a la obtención del Título Profesional de Licenciados en Enfermería, de conformidad con lo estipulado en la ley universitaria N° 30220, el Estatuto, Reglamento General, Reglamento General de Grados y Títulos y Reglamento de Tesis de la Universidad Nacional de Tumbes.

Siendo las 10 Horas con 30 minutos del mismo día, se dio por concluida la ceremonia académica, en forma presencial, procediendo a firmar el acta en presencia del público asistente.

Tumbes, 26 de junio del 2025.

Dra. Yrene Urbina Rojas
DNI N°18057623
ORCID N°0000-0001 6834-6284
(Presidente)

Dra. María Luz Bravo Pérez
DNI N.º 16464695
ORCID N° 0000-0001-84464272
(secretaria)

Dra. Julia Mariños Vega
DNI N° 17949395
ORCID N° 0000-0001-7399-0699
(Asesora – Vocal)

cc.
Jurado (03)
Asesor
Interesado
Archivo (Decanato)
MPMO/Decano

NIVEL DE ANSIEDAD EN ADOLESCENTES DEL QUINTO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TUPAC AMARU. TUMBES – 2024.

por *Kassandra Nayely Arca Albarracin*
Neyshla Lisset Zapata Otero



Dra. Julia Eulalia Mariños Vega
DNI N° 17949395
ORCID N° 0000-0001-7399-0699
(Asesora - Vocal)

Fecha de entrega: 17-jun-2025 11:12a.m. (UTC-0500)

Identificador de la entrega: 2701167656

Nombre del archivo: INFORME_PARA_TURNITIN _DE_ARCA_Y_ZAPATA.docx (71.02K)

Total de palabras: 8598

Total de caracteres: 45932

NIVEL DE ANSIEDAD EN ADOLESCENTES DEL QUINTO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TUPAC AMARU. TUMBES – 2024.

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	3%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	3%
3	alicia.concytec.gob.pe Fuente de Internet	3%
4	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	2%
5	Submitted to Universidad de Yacambú Trabajo del estudiante	1%
6	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
7	sudocument.ulpgc.es Fuente de Internet	< 1%
 Dra. Julia Eulalia Mariños Vega DNI N° 17949395 ORCID N° 0000-0001-7399-0699 (Asesora - Vocal)		
8	repository.ucc.edu.co Fuente de Internet	1%
9	Submitted to Universidad Cooperativa de Colombia Trabajo del estudiante	< 1%
	Submitted to Universidad Católica de Santa María Trabajo del estudiante	< 1%
	repositorio.upla.edu.pe	

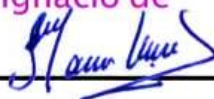
Fuente de Internet		< 1 %
repositorio.unsaac.edu.pe	Fuente de Internet	< 1 %
Submitted to Universidad de San Martín de Porres	Trabajo del estudiante	< 1 %
eprints.uanl.mx	Fuente de Internet	< 1 %
Submitted to ITESO: Universidad Jesuita de Guadalajara	Trabajo del estudiante	< 1 %
repositorio.uns.edu.pe	Fuente de Internet	< 1 %
Submitted to Universidad Privada del Norte	Trabajo del estudiante	< 1 %
pesquisa.bvsalud.org	Fuente de Internet	< 1 %
repositorio.ulc.edu.pe	Fuente de Internet	< 1 %
www.slideshare.net	Fuente de Internet	< 1 %
Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola	Trabajo del estudiante	< 1 %
22 catalonica.bnc.cat	Fuente de Internet	< 1 %
qdoc.tips	Fuente de Internet	< 1 %
www.studocu.com	Fuente de Internet	< 1 %

Dra. Julia Eulalia Mariños Vega

DNI N° 17949395

ORCID N° 0000-0001-7399-0699

(Asesora - Vocal)



Submitted to Ana G. Méndez University

Trabajo del estudiante

< 1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias

< 15 words

Excluir bibliografía

Activo



Dra. Julia Eulalia Mariños Vega

DNI N° 17949395

ORCID N° 0000-0001-7399-0699

(Asesora - Vocal)

CERTIFICACIÓN DE ASESORÍA

Yo, Dra. Julia Eulalia Mariños Vega (asesora), docente de la Universidad Nacional de Tumbes adscrito a la Facultad de Ciencias de la Salud y al Departamento Académico de Enfermería.

CERTIFICO:

Que la tesis presentada por Arca Albarracin Kassandra Nayely y Zapata Otero Neyshla Lisset, bachiller de Enfermería, titulado Nivel de ansiedad en adolescentes del 5to grado de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru. Tumbes 2024.

Ha sido asesorada y guiada por mi persona. Por tal motivo, suscribo el presente autorizando su presentación.

Tumbes, Junio del 2025.

Asesora



.....
Dra. Julia E. Mariños Vega
ENFERMERA
C.E.P. N° 15288

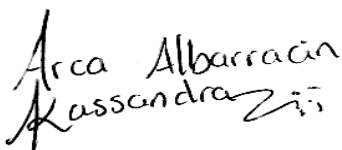
DERECHO DE AUTOR

Las suscritas Kassandra Nayely Arca Albarracin, identificado con DNI N° 75594596 y Neyshla Lisset Zapata Otero, identificado con DNI N° 72197797, bachilleres de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Tumbes, declaramos bajo juramento lo siguiente:

1. La tesis titulada “Nivel de ansiedad en adolescentes del 5to grado de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru. Tumbes – 2024.” Es de mi autoría.
2. Se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas.
3. La tesis no ha sido plagiada, es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
4. Los datos y contenidos a presentados en los resultados de tesis, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados y por tanto se constituirán en aportes a la realidad investigada.

De identificarse la falla de fraude, plagio, autoplagio o piratería; asumo las consecuencias y sanciones de mis acciones, para que se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad Nacional de Tumbes.

Tumbes, junio del 2025.



Br. Enf. Kassandra Nayely Arca Albarracin
DNI: 75594596



Br. Enf. Neyshla Lisset Zapata Otero
DNI: 72197797

DEDICTORIA

A mis padres: María y Martín que siempre estuvieron allí demostrándome su amor incondicional y prestos a levantarme, motivarme en todo momento, ellos son los héroes de mi vida que han permitido llegar a cumplir una de mis metas anheladas, ser una profesional íntegra. A mis cuatro hermanos: Priscila, Mattwer, Darwing y Dakinshon, ya que a pesar de la distancia estuvieron presentes siempre para brindarme su apoyo moral y afecto sincero que fortalecieron y levantaron el ánimo para seguir adelante.

Kassandra Nayely Arca Albarracín.

Para mi mamá Nancy, quien con amor, paciencia y dedicación constante me acompaña en este camino por la vida, para realizar uno de mis anhelos más preciados que hoy es una realidad: Ser una profesional de enfermería competente y auténtica. A mi tío Alan, por ser mi refugio y mi motivación en los momentos de incertidumbre. A mis hermanos: Alessia y Alexander, por creer en mí y por inspirarme a ser mejor cada día. A mis padres: Yuvitza y Edgardo por apoyarme siempre; esta tesis es el reflejo de todo lo que me han brindado.

Neyshla Lisset Zapata Otero.

AGRADECIMIENTO

Agradecemos en primer lugar a Dios por darnos siempre esa fuerza para seguir adelante hasta en los momentos difíciles.

A la plana docente y administrativa del colegio Tupac Amaru por brindarnos las facilidades para poder realizar este trabajo; muy en especial a los estudiantes por ser muestra activa y participativa en este estudio.

Un sincero agradecimiento a nuestra asesora la Doctora Julia Mariños Vega por sus aportes científicos, ayuda desinteresada e impulso a seguir avanzando, gracias por su amistad sincera, paciencia y confianza.

A nuestra alma mater, Universidad Nacional de Tumbes, donde iniciamos este recorrido con grandes expectativas y temores, pero con la dicha de haber contado con docentes que nos impartieron no solo conocimientos en las distintas áreas de la carrera, sino que fueron parte importante para guiarnos a formar nuestra imagen profesional conseguida durante la formación académica y el ejercicio profesional.

INDICE

Pág.	
	RESUMEN xvii
	ABSTRACT xviii
	I. INTRODUCCIÓN 19
	II. REVISIÓN DE LA LITERATURA 22
	2.1. Bases teóricas 22
	2.2. Antecedentes 29
	III. MATERIALES Y MÉTODOS 34
	3.1. Lugar y periodo de ejecución de la investigación 34
	3.2. Tipo y diseño de investigación..... 34
	3.3. Población y muestra de la investigación 35
	3.4. Método, técnica e instrumentos de recolección de datos 36
	3.5. Procedimiento de datos 37
	IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN 39
	4.1. Resultados..... 39
	4.2. Discusión 44
	V. CONCLUSIONES 49
	VI. RECOMENDACIONES 51
	VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS..... 52
	ANEXOS 57

INDICE DE TABLAS

Tabla N° 1 Niveles de ansiedad en adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru. Tumbes – 2024.	39
Tabla N° 2. Niveles de ansiedad según, sexo en adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru. Tumbes – 2024.....	40
Tabla N° 3. Niveles de ansiedad según, edad en adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru. Tumbes – 2024.	41
Tabla N° 4. Síntomas afectivos de ansiedad en adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru. Tumbes- 2024.....	42
Tabla N° 5. Síntomas somáticos de ansiedad en adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru. Tumbes- 2024.....	43

INDICE DE FIGURAS

Figura N° 1. Niveles de ansiedad en adolescentes del 5to año de secundaria. ...	65
Figura N° 2. Niveles de ansiedad según, sexo en adolescentes del 5to de secundaria	65
Figura N° 3. Niveles de ansiedadsegún, edad en adolescentes del 5to de secundaria	65
Figura N° 4. Nivel de ansiedad en la dimensión afectiva en los alumnos de 5to de secundaria.	66
Figura N° 5. Nivel de ansiedad en la dimensión somática en adolescentes de 5to secundaria	66

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO N° 1. Test de ansiedad de Zung - Instrumento original.....	57
ANEXO N° 2. Escala de Autoevaluación de Zung	58
ANEXO N° 3. Validación por jueces expertos	60
ANEXO N° 4. Confiabilidad del instrumento	61
ANEXO N° 5. Autorización para la aplicación del instrumento	62
ANEXO N° 6. Consentimiento informado	63
ANEXO N° 7. Operacionalización de variable	64

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo general determinar el nivel de ansiedad en adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru, Tumbes 2024. Se adoptó un enfoque cuantitativo, de nivel descriptivo, con un diseño no experimental de corte transversal, llevado a cabo con adolescentes de 16 y 17 años de edad; la muestra estuvo conformada por 107 estudiantes, a través de muestreo aleatorio simple y como técnica la encuesta. El instrumento usado fue la denominada: Escala de autoevaluación de Zung, modificado por las autoras; estuvo validado por jueces expertos y sometido al análisis de confiabilidad de alfa de Cronbach. Los resultados obtenidos fueron: La mayoría de los estudiantes participantes en el estudio, que representa el 81,3% muestra un nivel de ansiedad nula, el 15% presenta ansiedad leve y solo el 3,7% presenta ansiedad moderada. En la dimensión afectiva y somática, tanto los síntomas afectivos y somáticos representan un nivel de ansiedad nula con el 82,2% y 81,3% respectivamente. En conclusión, el bajo porcentaje de ansiedad observado se debe a un entorno educativo positivo a través de intervenciones pedagógicas y psicológicas implementadas en la Institución Educativa.

PALABRAS CLAVES: Ansiedad – Adolescentes – Institución educativa.

ABSTRACT

The general objective of this research work was to determine the level of anxiety in adolescents in the 5th year of secondary school at the Túpac Amaru Educational Institution, Tumbes 2024. A quantitative, descriptive approach was adopted, with a non-experimental cross-sectional design, carried out with adolescents aged 16 and 17; the sample consisted of 107 students, through simple random sampling and the survey technique. The instrument used was called: Zung Self-Assessment Scale, modified by the authors; it was validated by expert judges and submitted to Cronbach's alpha reliability analysis. The results obtained were: The majority of students participating in the study, representing 81.3%, showed no level of anxiety, 15% presented mild anxiety and only 3.7% presented moderate anxiety. In the affective and somatic dimensions, both affective and somatic symptoms represent zero anxiety, with 82.2% and 81.3% respectively. In conclusion, the low percentage of anxiety observed is due to a positive educational environment through pedagogical and psychological interventions implemented at the educational institution.

KEY WORDS: Anxiety – Adolescents – Educational Institution.

I. INTRODUCCIÓN

Esta investigación trata un tema de gran interés para la comunidad, como es la salud mental. La ansiedad ha sido estudiada a lo largo de los años por diferentes autores y se considera una reacción emocional ante un peligro o amenaza, por lo tanto, este problema tuvo relevancia frente a la coyuntura del COVID-19 y sigue siendo un problema prevalente en la actualidad, por esta razón, es una tarea importante en el profesional de salud. Se sabe que el ser humano se encuentra en constante cambio y tiende a ser expuesto a situaciones que se presentan en la vida cotidiana.

Valarezo et al.¹ 2021, destaca la preocupante incidencia de problemas de salud mental entre adolescentes en México y Colombia. En México, se estima que el 40% de los adolescentes enfrentan problemas de salud mental, siendo los trastornos de ansiedad los más comunes, seguidos de trastornos del control de los impulsos, trastornos del ánimo y consumo de sustancias psicoactivas. En Colombia, el 17% de los adolescentes presenta alteraciones mentales, siendo los trastornos por consumo de sustancias los más frecuentes, seguidos de trastornos de ansiedad y conducta disruptiva.

En el Perú muchas instituciones de Salud han dado datos epidemiológicos de los adolescentes que presentan este problema. En el 2021, el Ministerio de Salud (Minsa)² el Fondo de las Naciones Unidas para la infancia (UNICEF), el Ministerio de la Mujer y Poblaciones vulnerables (MIMP) y el Ministerio de Educación (Minedu), realizó una encuesta digital en el marco de la pandemia de la COVID-19, los resultados indicaron que el 29.6% de los adolescentes de entre 12 y 17 años están en riesgo de enfrentar dificultades emocionales o de salud mental. Actualmente en el Perú existen 288 de Centros de Salud Mental Comunitarios (CSMC)² cuyo objetivo es fomentar, prevenir, hacer la detección temprana, el tratamiento, y la rehabilitación de los casos con atención especializada y ambulatoria.

Según la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (Endes)³ en el periodo del 2022, el 32.3 % de jóvenes de 15 a 29 años tuvo problemas de salud mental o emocional en los últimos 12 meses. Las mujeres jóvenes fueron más afectadas (30.2 %), en comparación con los hombres (22.9 %).

Tomando en cuenta los datos mencionados anteriormente en adolescentes en los últimos años, el profesional de enfermería avala el cuidado de calidad a este grupo etario, en coordinación con otros profesionales de la salud, al satisfacer las necesidades tanto de la persona, familia, entorno y lograr el bienestar humano; el profesional de enfermería enfoca su atención en la detección temprana de signos de deterioro mental como los cambios que ocurren en el comportamiento, el estado de ánimo y el rendimiento escolar, así como en fomentar la prevención mediante la promoción de la salud mental.

Las medidas preventivas permiten intervenir adecuadamente y mitigar los efectos ante posibles amenazas de la salud mental, ya que facilita el actuar de manera proactiva mitigando los efectos negativos o la probabilidad de que ocurra un evento. Al implementar acciones preventivas, se pueden identificar factores de riesgo tempranamente y promover entornos que fomenten la salud mental y el bienestar emocional. Estas medidas incluyen programas de educación en salud mental en escuelas y comunidades, entrenamiento en habilidades socioemocionales para adolescentes, acceso a servicios de apoyo psicológico y psiquiátrico, así como campañas de sensibilización y reducción del estigma asociado a los trastornos mentales. En conjunto, estas medidas contribuyen a la creación de entornos más saludables y resilientes, ayudando a prevenir la aparición de trastornos mentales y promoviendo el bienestar emocional en la población adolescente y en la sociedad en general.

La institución educativa Tupac Amaru, está ubicada en el Centro Poblado Pampa Grande, alberga a 1600 estudiantes en los niveles primaria y secundaria. Siendo 6 secciones pertenecientes al quinto grado de secundaria, cuenta con una plana docente de 43 profesores en el nivel secundario, además de la participación activa de un profesional de psicología. Es relevante destacar que la institución recibe estudiantes de diversas localidades de Tumbes como Andres Araujo Moran y

predominando Pampa Grande, lo que implica una diversidad cultural y socioeconómica en el alumnado. Además, se evidencia la presencia de emigrantes venezolanos, lo que incluye diferencias de mayor complejidad en sus costumbres, y formas de vida en el entorno escolar. Las familias disfuncionales entre los estudiantes, pueden percutir en su comportamiento y desempeño académico.

Para ello se planteó la siguiente pregunta: ¿Cuál es el nivel de ansiedad en adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru. Tumbes – 2024?

El objetivo general del estudio fue: Determinar el nivel de ansiedad en adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru, Tumbes 2024; los objetivos específicos que se plantearon fueron 4: Identificar los niveles de ansiedad según la edad en los adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru. Identificar los niveles de ansiedad según el sexo en los adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru. Identificar el nivel de ansiedad en la dimensión síntomas somáticos en adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru. Identificar el nivel ansiedad en la dimensión síntomas afectivos en adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru.

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1. Bases teóricas

La Organización Mundial de la Salud (OMS)⁴ en el 2023, informa que la ansiedad está ligada a dos emociones que constantemente están presentes en nuestra vida: miedo y preocupación. Dichas emociones en un grado de intensidad excesiva, pueden llevar al desarrollo de ansiedad. Así mismo, menciona que estos sentimientos pueden ir acompañados de tensión física, lo cual, pueden causar una angustia significativa y durar mucho tiempo si no se trata. De la misma manera, hace hincapié en resaltar que la ansiedad puede averiar la vida social, escolar, laboral y familiar de una persona.

De acuerdo con lo expresado, podemos afirmar que la ansiedad es una respuesta emocional ante un temor o amenaza que ayuda a enfrentar diversas situaciones desafiantes. Como se mencionó al principio, la ansiedad es una respuesta emocional normal frente a situaciones o escenarios estresantes cotidianos. No obstante, Salinas⁵ en el 2022, aclaró que cierto nivel de ansiedad en algunas circunstancias es adaptativo y aporta una medida adecuada de precaución. Sin embargo, cuando esta ansiedad se vuelve excesiva e interfiere con las actividades diarias, se convierte en un trastorno patológico.

En este sentido, es importante reconocer la ansiedad como una parte cotidiana de la vida, y entender cómo se manifiesta resulta esencial, ya que esto facilita la precisión y eficacia en su diagnóstico y tratamiento. Lopez⁶ en su libro alega que los síntomas del trastorno de ansiedad se pueden clasificar en tres categorías: cognitivos, fisiológicos, y conductuales. Los síntomas cognitivos implican un procesamiento de la información alterado, como pensamientos extremos o preocupaciones excesivas. Los síntomas fisiológicos incluyen sensaciones corporales específicas como dificultad respiratoria, aumento de la frecuencia cardíaca, problemas de sueño y fatiga. Los síntomas conductuales son observables

externamente e incluyen comportamientos como tartamudeo, temores irracionales, dificultad de concentración y ataques de pánico.

Como expresa Vargas⁷ en el 2022 menciona que la teoría conductista sostiene que la conducta es el producto de la articulación entre las características individuales de una persona y las condiciones del entorno. De acuerdo con este enfoque, todas las conductas son adquiridas y, en algún punto de la vida, se vinculan con estímulos que pueden ser positivos o negativos. Por lo tanto, la ansiedad se entiende como un proceso condicionado, donde el sujeto ha adquirido de manera errónea a asociar estímulos principalmente neutros con experiencias que pueden haber sido traumáticas. Como resultado, cada vez que se encuentran con estos estímulos, tienden a interpretarlos como amenazas.

Según De la Torre⁸ en el 2023, señala que en la década de 1960 el psicólogo Albert Bandura formuló la teoría del aprendizaje social. El cual se basa en que las personas aprenden no solo mediante la experiencia directa, sino también al observar a otros. Además, identifica cuatro principios clave: la atención, que implica centrarse en los detalles relevantes del comportamiento observado; la retención, que se refiere a la capacidad de recordar y almacenar en la memoria lo observado; la reproducción, que consiste en la habilidad para reproducir el comportamiento o la habilidad aprendida por medio de la observación y la motivación, que indica que las personas ponen en práctica lo aprendido cuando esperan obtener algún beneficio de ello.

La teoría psicoanalítica fue creada por Sigmund Freud la cual ofrece una perspectiva particular sobre la ansiedad, enfocándose en cómo los conflictos internos y los procesos inconscientes contribuyen a la experiencia de la ansiedad. Según González & Parra⁹ el 2023, mencionan que la ansiedad es una señal de conflicto interno entre diferentes partes de la mente, dando como resultado una relación entre tres elementos: el Ello, que busca la gratificación inmediata de deseos e impulsos, el Superyó o también llamado superego, que representa normas morales y éticas. El Yo (ego) intenta mediar entre estos dos y puede experimentar ansiedad cuando no logra resolver el conflicto.

Para manejar la ansiedad resultante de estos conflictos. La Universidad Internacional de la Rioja¹⁰ explica que, según Freud, la ansiedad es una señal de un impulso inconsciente que intenta llegar a la conciencia, lo que podría llevar a una situación de peligro, ya sea existente o imaginaria. Por esta razón el "yo" emplea mecanismos de defensa, los cuales son estrategias psicológicas inconscientes que protegen al individuo de la ansiedad mediante la distorsión de la realidad. Entre estos mecanismos se encuentra la represión, que bloquea de la conciencia deseos o recuerdos dolorosos; la negación, que implica rechazar la aceptación de una situación; la proyección, que atribuye a otros los propios deseos o sentimientos; y la sublimación, que canaliza impulsos inaceptables hacia actividades productivas.

Según Panta & Villareal¹¹ en 2022, el modelo cognitivo en psicología surgió después de los años setenta como una respuesta y una evolución del modelo conductista, que había predominado anteriormente. A diferencia de este último, que explicaba el comportamiento humano en función de estímulos y respuestas observables, el modelo cognitivo pone énfasis en los procesos mentales internos, como los pensamientos, percepciones y creencias, que juegan un papel crucial en la formación y control de la conducta, incluyendo la ansiedad.

Según la OMS¹² la adolescencia es un periodo de vida que está comprendida entre la niñez y la edad adulta, el cual abarca desde los 10 hasta los 19 años. Es una etapa especial e importante para el desarrollo de las personas, ya que, aquí se sienta el cimiento de una buena salud. Cada adolescente experimenta el crecimiento físico, psicosocial y cognitivo, lo cual llega a afectar cómo piensan, sienten, toman decisiones y se relacionan con el mundo.

De la misma manera el Fondo de las Naciones Unidas para la infancia (UNICEF)¹³ en el 2020, conceptualiza a la adolescencia como la etapa del florecimiento, del autoconocimiento y del plan de vida. Además, nos expresa que el fin de atravesar la adolescencia es tener presente que el adolescente aprenda la capacidad de tomar sus propias decisiones, aprenda de sus errores, se forme con responsabilidad, autonomía y conozca las consecuencias de sus actos, para así, poder llegar a ser un adulto saludable.

Así mismo la OMS¹⁴ el 2021, nos brinda datos significativos para este estudio, resalta a la depresión, ansiedad y trastornos del comportamiento como las principales causas de enfermedad y discapacidad de los adolescentes, al mismo tiempo recalca que uno de cada 10 adolescentes padece de algún trastorno mental y que especialmente este grupo etario son más vulnerables a sufrir discriminación, dificultades para la educación, mala salud física, violación de sus derechos y rechazo de la sociedad.

Posteriormente la OMS¹⁵ en el 2023, nos informa que la ansiedad es el trastorno mental más común en el mundo y que tan solo en el 2019 afectó a 301 millones de individuos, sus síntomas suelen aparecer entre la etapa de la infancia o la adolescencia. Al observar la cantidad de personas afectadas en 2019, es fundamental no pasar por alto este trastorno, especialmente en el caso de los adolescentes, quienes se encuentran en una etapa vulnerable. Es crucial priorizar un diagnóstico temprano para prevenir riesgos y eventos catastróficos que podrían llevar a la muerte.

Arellano et al.¹⁶ en su investigación epidemiológica sobre la salud mental de niños y adolescentes llevada a cabo en Lima Metropolitana en el 2020, muestra que, los adolescentes pertenecientes al grupo etario de 12 a 17 años, el 10.8% tienen ansiedad. Así mismo, Castelblanco et al.¹⁷ refiere que la ansiedad en los adolescentes de 14 a 18 años se manifiesta en todos los aspectos de su entorno, influenciada por las presiones familiares y sociales. En este período, los jóvenes buscan desempeñar un rol importante en la comunidad, con el objetivo de satisfacer sus necesidades y desarrollar habilidades y competencias durante su proceso de formación y crecimiento.

Por lo tanto, UNICEF¹⁸ Informó en el 2023 sobre las manifestaciones más comunes de este trastorno en los adolescentes. Entre las manifestaciones físicas se incluyen dolores de cabeza, debilidad en las piernas, visitas frecuentes al baño, dificultad para conciliar el sueño, sensación de calor y sequedad en la boca. En cuanto a las manifestaciones emocionales, se mencionan el nerviosismo, el miedo, el mal humor, el cansancio, la sensación de falta de control ante una situación y

pensamientos excesivos sobre futuros posibles, tanto cercanos como lejanos. Por último, las manifestaciones conductuales incluyen dificultades para concentrarse en diversas actividades, llegando incluso a una falta total de concentración, así como la tendencia a evitar salir de casa, viajar en coche o asistir a la escuela, entre otros.

La ansiedad es una experiencia humana universal que aqueja a las personas en todas las etapas de la vida, especialmente durante la adolescencia. La Organización Aldeas infantiles SOS¹⁹ argumenta que en el 2022 uno de cada tres jóvenes experimenta ansiedad. En este periodo de vida las exigencias escolares, cambios físicos y cognitivos son más notorios, por lo que es fundamental investigar y comprender las razones detrás de la aparición de la ansiedad.

Según Mend²⁰ en el 2021, considera que, las experiencias vividas en la infancia o adolescencia, como el maltrato físico o emocional, la pérdida de un padre, la falta de afecto parental o una sobreprotección extrema, pueden predisponer a una persona a desarrollar problemas de ansiedad. Asimismo, situaciones actuales como el agotamiento, los cambios constantes, la presión en estudios o trabajo, el desempleo, dificultades económicas o de vivienda, la pérdida de un ser querido, la soledad y problemas de salud física grave también pueden provocar el inicio de la ansiedad.

Por otro lado, Miller²¹ en 2021, señala que los adolescentes con ansiedad presentan características distintas a las de los niños con ansiedad. Mientras que los niños más pequeños suelen preocuparse por temas como la oscuridad, los monstruos o la posibilidad de que algo malo les suceda a sus padres, los adolescentes tienden a centrarse más en sus propias preocupaciones. De la misma manera una de las principales causas de ansiedad en los adolescentes es su rendimiento académico, debido a la presión constante de los padres para obtener buenas calificaciones y ser los mejores de su escuela, también influye en cómo son percibidos, lo que lleva al adolescente a experimentar una preocupación constante y desmedida por ser considerados incompetentes o por hacer el ridículo.

Existe una pequeña excepción en cuanto al sexo masculino y femenino, la cual es el ciclo menstrual, este ciclo inicia en las mujeres en la pubertad y culmina en la menopausia, es decir que las mujeres experimentan este proceso biológico durante un largo periodo de su vida.

Marredo²² en el 2023 indica que las variaciones hormonales a lo largo del ciclo menstrual pueden influir en la salud mental de ciertas mujeres. Esto se debe a que, durante el ciclo menstrual, se producen fluctuaciones en los niveles de hormonas sexuales femeninas, como el estrógeno y la progesterona. Estas variaciones hormonales pueden influir en los sistemas de neurotransmisores encargados de regular el estado de ánimo, lo que puede llevar a que algunas mujeres experimenten síntomas de ansiedad, depresión e irritabilidad, especialmente durante las fases premenstrual y menstrual. Santos et al.²³ en el 2021 en su estudio presento que el género femenino (42,38%) han experimentado altos niveles de ansiedad en comparación con el género masculino (32,53%). Según Altamirano & Rodriguez²⁴ en el 2021 hacen hincapié en señalar que las mujeres presentan mayores niveles de ansiedad.

Según Salazar²⁵ en el 2021, señala que Zung describe la ansiedad como una tendencia a experimentar sensaciones difusas y vagas, resultantes de preocupaciones recurrentes o aprensiones que pueden aparecer desde una edad temprana. Estas manifestaciones se presentan mediante síntomas patológicos que, con el tiempo, pueden evolucionar hacia trastornos de personalidad. Asimismo, menciona que pueden ser evaluados a través de dos síntomas: somáticos y afectivos.

En cuanto a la manifestación somática, Torres²⁶ periodo del 2021, indica que, cada vez que percibimos una amenaza, ya sea real o imaginaria, nuestro cuerpo experimenta una serie de cambios para enfrentar dicha situación y se prepara para reaccionar ante ella. El mensaje de alerta llega al sistema nervioso autónomo, que se divide en dos ramas: simpático y parasimpático. El sistema nervioso simpático es el encargado de activar nuestro cuerpo y prepararlo para afrontar la situación.

La clínica Universidad de Navarra²⁷ en el 2023, señala que en el ámbito de la medicina como en la psicología la palabra somático se emplea para hacer

referencia a todo lo que concierne al cuerpo en contraposición a la mente. Por ejemplo, se refiere aquellos síntomas físicos, como el dolor o la fatiga, que no pueden ser atribuidos a una causa médica específica. De la misma manera, Mallo²⁸ en el 2021 menciona que los síntomas somáticos son manifestaciones físicas que se presentan en el contexto de un malestar emocional o psicológico. Por esta razón, recalca la importancia de comprender que todos somos somatizados, aunque no siempre seamos conscientes de ello. Por ejemplo, cuando experimentamos dolor en el estómago antes de una presentación oral. Este síntoma somático es normal y común, pero a veces se desproporciona y atribuye a que no funcionemos correctamente en el transcurso del día.

Rodríguez²⁹ en el 2023 en el ámbito de la psicología define los cambios físicos, causados por una situación de alerta o percepción de peligro, como ansiedad fisiológica, los cuales se expresan de la siguiente manera: cambios en la frecuencia cardíaca, mareo, dificultad para respirar, cefalea, tensión y dolor muscular, temblores, calambres u hormigueo, sensación de debilidad, dolor abdominal, problemas digestivos, alteración en la temperatura corporal. Así mismo Ojeda³⁰ en 2021, alega que también en la ansiedad se presentan problemas para conciliar el sueño, sudoración, pérdida de conocimiento, entumecimiento de extremidades y necesidad frecuente de orinar.

En relación a la manifestación afectiva, Díaz et al.³¹ en el periodo del 2020, se refiere al afecto como un tipo de experiencia emocional, es decir, emociones, sentimientos, preferencias que pueden ser positivas (agradables) o negativas (desagradables). De la misma manera Zumba et al.³² en el 2022 describe dos polos de afectividad: afectividad positiva (AP) donde se encuentran emociones de entusiasmo, felicidad, alegría; y por otro lado afectividad negativa (AN) como la ira, frustración y ansiedad. Así mismo recalca que ambos intervienen como elementos de protección y de riesgo para la salud mental.

Partiendo de los conceptos anteriores Fuentes & Vargas³³ en el 2023, mencionan que, según Zung, esta dimensión abarca todos los signos asociados a los síntomas emocionales. Los síntomas afectivos de la ansiedad incluyen: miedo ilógico, problemas en el comportamiento diario, necesidad de huir, descompensación

mental, miedo a la pérdida de un ser querido, miedo a que ocurra lo peor, pensamientos negativos, agitación, miedo a morir, nerviosismo, irritabilidad.

Según Altamirano & Rodríguez²⁴ en el 2020, cataloga que la ansiedad puede manifestarse como una reacción adaptativa frente a estímulos tanto internos como externos, dependiendo de cómo estos sean entendidos por cada ser humano. Existen tres niveles de ansiedad leve, moderado y grave o severo. En el nivel leve, el individuo experimenta sensaciones de nerviosismo o intranquilidad, las cuales pueden ser favorables al contribuir en la motivación e impulsar el aprendizaje y la creatividad. En el nivel moderado, el individuo manifiesta un mayor desasosiego y tiende a anticipar peligros más próximos, lo que puede afectar su apreciación del ambiente. En el último nivel grave o severo, la percepción se ve considerablemente disminuida, y el individuo tiende a centrarse en detalles específicos que pueden aumentar el malestar y llevar a una desesperación progresiva, que continua hasta desencadenar un ataque de pánico.

2.2. Antecedentes

A nivel internacional

Camargo et al³⁴ en el 2022, en su estudio, ansiedad en adolescentes del colegio los centauros de la ciudad de Villavicencio en Colombia. El cual tuvo como fin describir los niveles de ansiedad que presentan los adolescentes de una Institución Educativa pública, con enfoque cuantitativo de diseño no experimental, descriptivo y transversal. Incluyó una muestra de 39 estudiantes de 12 a 15 años, se les aplicó una ficha sociodemográfica y el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo de Spielberger, Gorsuch y Lushene. Los resultados mostraron que los adolescentes presentaban un nivel medio en Ansiedad Estado; mientras que la Ansiedad Rasgo se encuentra en un nivel alto.

Díaz et al.³³ en el 2022, con su investigación niveles de ansiedad en estudiantes pertenecientes los grados décimo y undécimo de una institución educativa en la ciudad de Bucaramanga en Colombia, tuvo como finalidad evaluar niveles de ansiedad presentes en los estudiantes del grado décimo y undécimo del Instituto

Politécnico en la ciudad de Bucaramanga, se consideró una muestra de 300 estudiantes, los cuales fueron evaluados con el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI). Concluyeron que las mujeres presentaban niveles más altos de ansiedad que los hombres. El 47% de las mujeres mostraron ansiedad grave y el 15% ansiedad moderada en relación a las mujeres, mientras que el 33% de los hombres presentó ansiedad grave y el 22% ansiedad moderada.

Serpa et al.³³ en el 2022, se desarrolló una tesis enfocada en analizar la prevalencia de la ansiedad y su vínculo con los factores sociodemográficos en estudiantes adolescentes del colegio “Luis Monsalve Pozo” en Ecuador. El propósito principal del estudio fue identificar el nivel de ansiedad presente en los adolescentes de dicha institución y examinar cómo esta se relaciona con distintos factores sociodemográficos. La investigación adoptó un enfoque cuantitativo de tipo no experimental, y se trabajó con una muestra conformada por 30 estudiantes de entre 15 y 16 años. Para la recolección de datos se emplearon una ficha sociodemográfica y el test de ansiedad de Beck. Los hallazgos revelaron que el 60% de los participantes eran varones y el 40% mujeres, con un 83% presentando niveles muy bajos de ansiedad, mientras que el 17% restante mostró ansiedad moderada o severa. En relación con los factores sociodemográficos, se observó una mayor incidencia de ansiedad en mujeres de 16 años y en estudiantes pertenecientes a estratos socioeconómicos bajos.

Sanchez et al.³⁷ en el 2019 en su investigación denominada rendimiento escolar y ansiedad en estudiantes mexicanos de educación secundaria. El propósito del estudio fue determinar el nivel de ansiedad en adolescentes que asistían a una institución educativa. La investigación utilizó un enfoque cuantitativo, con un diseño descriptivo de corte transversal. En la recolección de datos utilizó el Test de ansiedad de Beck con una población de 346 alumnos de secundaria, se analizaron sus promedios del cuarto bimestre en los cursos de español, Matemáticas y Ciencias. Los resultados presentaron en cuatro ítems síntomas de ansiedad con un desempeño regular o bajo en estas áreas.

A nivel Nacional

Alama & Pablo³⁸ en el 2023, realizaron una investigación titulada síntomas depresivos y ansiedad en adolescentes de la Institución Educativa José Ingenieros en Lima. El objetivo fue identificar los síntomas depresivos y de ansiedad en adolescentes. La metodología fue de tipo descriptivo, enfoque cuantitativo. La población estuvo conformada por 80 adolescentes del cuarto y quinto de secundaria. Como instrumento su estudio utilizó la escala de depresión de Beck y la escala de ansiedad de Zung. Llegaron a la conclusión que un 40 % se encuentran sin síntomas de depresión leve y el 15% tiene síntomas de depresión moderada. En relación con la ansiedad, el 40% no presentó síntomas, el 53.8% manifestó ansiedad de nivel mínimo a leve, y el 6.2% mostró ansiedad moderada a severa. En conclusión, los síntomas de depresión leve y ansiedad de intensidad mínima a moderada fueron los más frecuentes en los adolescentes evaluados.

Saavedra & Ugaz³⁹ en el 2023, con su investigación niveles de ansiedad en estudiantes de secundaria en el retorno a la presencialidad en Colegio Nacional de JLO- Chiclayo, el objetivo principal fue identificar los niveles de ansiedad en los estudiantes de secundaria tras el regreso a las clases presenciales, estudio descriptivo de corte transversal, se consideró una población de 286 estudiantes de primero a quinto grado de secundaria, para la recolección de datos se utilizó la escala del Trastorno de Ansiedad Generalizada (GAD-7). Los resultados permitieron concluir que los estudiantes presentaban, en su mayoría, ansiedad leve. Asimismo, se observó que el sexo femenino presentó una mayor prevalencia de ansiedad en comparación con el masculino.

Novella⁴⁰ en el 2022, en su estudio denominado ansiedad en adolescentes en tiempos de pandemia en la I.E. Jacques Cousteau en Lima, cuyo propósito fue determinar el nivel de ansiedad en los adolescentes durante el contexto pandémico en dicha institución educativa. La investigación se enmarcó dentro de un enfoque cuantitativo, con un nivel descriptivo y un diseño no experimental. La muestra estuvo compuesta por 45 estudiantes de ambos sexos, con edades entre los 15 y 19 años, a quienes se les aplicó el test de ansiedad de Hamilton. Al término de la investigación concluyeron que el nivel de ansiedad tuvo un nivel leve con 64%, un

16% con ansiedad moderada y ansiedad severa un 20%. Así mismo en su dimensión evaluada la ansiedad somática, el 66% de la muestra presenta ansiedad leve, el 15.6% tiene ansiedad moderada y el 17.8% muestra ansiedad severa, de tal manera concluyó que la ansiedad en adolescentes es leve.

Huacan⁴¹ en el 2020, en su estudio denominado Habilidades sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución educativa de Villa el Salvador, el mismo tuvo como fin determinar la relación entre habilidades sociales y ansiedad en adolescentes de una institución educativa de Villa El Salvador. El diseño fue experimental de tipo correlacional, la muestra fue constituida por 220 estudiantes de 12 y 18 años de edad a quienes se les aplicó la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein y el Inventario de ansiedad de Beck. Concluyendo que a mayores niveles de habilidad social menor nivel de ansiedad.

A nivel local

Mena⁴² en el 2022, en su estudio titulado ansiedad en estudiantes de tercer año de secundaria de la Institución educativa N° 001 José Lishner Tudela. Se realizó con el fin de determinar los niveles de ansiedad en los estudiantes de tercer año de secundaria, la investigación fue de tipo descriptivo, con un diseño no experimental, dicho estudio fue realizada en Tumbes con una muestra de 25 estudiantes, para la recolección de datos se aplicó a la muestra un inventario de autovaloración ansiedad de Zung (SDS). Los resultados mostraron que el 56% de los estudiantes se encontraba dentro de los límites normales de ansiedad, el 32% presentaba un nivel de ansiedad leve a moderado, y el 12% registraba ansiedad de moderada a intensa.

Rosillo⁴³ en el 2020, en su investigación nivel de ansiedad en estudiantes de tercer año del nivel secundaria de la Institución Educativa N.º 098 El Gran Chilimasa, ubicada en el distrito de Aguas Verdes, provincia de Zarumilla – Tumbes. El objetivo principal del estudio fue identificar el nivel de ansiedad en los estudiantes de dicho grado y centro educativo, de tipo cuantitativo y nivel descriptivo, dado que la población era reducida y manejable, se trabajó con la totalidad de los estudiantes, sumando un total de 100 estudiantes, a quienes se les aplicaron la escala de

evaluación de Zung. Los resultados mostraron que el 57% de los estudiantes se encontraban en un nivel de ansiedad mínima a moderada, el 30% dentro de los límites normales, el 12% presentaba ansiedad marcada a severa, y un 1% alcanzaba un nivel máximo de ansiedad.

Curay⁴⁴ en el 2020, con su investigación titulada ansiedad en estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla, en Tumbes. El propósito central del estudio fue identificar el nivel de ansiedad en los alumnos del cuarto año de secundaria. La metodología empleada fue de tipo descriptivo y diseño no experimental. La investigación abarcó a una población de 90 estudiantes, a quienes se les aplicó el cuestionario de ansiedad de Zung como instrumento de evaluación. Los resultados evidenciaron que el 47.77% de los estudiantes presentaban ansiedad mínima, mientras que el 7.77% mostraban un nivel de ansiedad marcada.

Pinedo⁴⁵ en el 2020, realizó una investigación sobre ansiedad y acoso escolar en estudiantes del cuarto y quinto año de secundaria de la Institución educativa Zarumilla en Tumbes. El objetivo principal fue establecer la relación entre la ansiedad y el acoso escolar en los estudiantes de esos grados. El estudio fue descriptivo y cuantitativo; contó con una muestra de 100 alumnos. Para la recolección de datos, se empleó la escala de evaluación de ansiedad de William Zung. Los resultados mostraron que el 16% de los estudiantes presentaban un nivel de ansiedad marcada, el 49% nivel de ansiedad mínima, el 35% un nivel de ansiedad normal. Por lo cual concluyó que existe correlación significativa entre ansiedad y acoso escolar.

III. MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. Lugar y periodo de ejecución de la investigación

La presente investigación se realizó en el distrito de Tumbes en la Institución Educativa Tupac Amaru. Ubicado en el centro poblado de Pampa grande, en la provincia de Tumbes.

3.2. Tipo y diseño de investigación

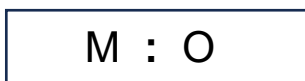
3.2.1. Tipo de estudio:

El presente estudio fue cuantitativo, ya que se empleó métodos estadísticos para la recopilación y análisis de los datos obtenidos, con el propósito de responder a las preguntas planteadas y de nivel descriptivo, debido a la presencia de una única variable de estudio, se describe y explica la forma en que se manifiesta el fenómeno y sus elementos. Además, la variable no se manipula de manera intencional, lo que permite versatilidad.

3.2.2. Diseño de la investigación:

Diseño no experimental debido a que los datos fueron recolectados y no se manipularon; de corte transversal porque los datos se tomaron en un determinado momento.

El diseño fue representado por el siguiente esquema:



Donde:

M = Muestra (Estudiantes de quinto de secundaria).

O = Variable (ansiedad).

3.3. Población y muestra de la investigación

3.3.1. Población

La población de estudio estuvo conformada por 148 alumnos pertenecientes al 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru.

3.3.2. Muestra

La muestra se determinó utilizando la fórmula para poblaciones finitas, para esto se empleó un muestreo probabilístico que garantiza que todos los integrantes de la población tengan la misma oportunidad de ser seleccionado. Para esto, se empleó el método de muestreo aleatorio simple. Como resultado de este cálculo, se obtuvo una muestra de 107 alumnos que pertenecen al quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru.

$$n = \frac{N \times Z^2 \times p \times q}{e^2 \times (N - 1) + Z^2 \times p \times q}$$

Donde:

n: número de elementos de la muestra

N: número de elementos de la población (N=148)

Z: confiabilidad del trabajo (Z=1.96 para 95% de confianza)

P: probabilidad de éxito (se asume que p=0.5)

Q: complemento del valor p, probabilidad de fracaso (1-p, q=0.5)

E: margen de error de 5%

$$n = \frac{148 \times (1.96)^2 \times 0.5 \times 0.5}{(0.05)^2 \times (148 - 1) + (1.96)^2 \times 0.5 \times 0.5}$$

$$n = \frac{142.13}{1.32}$$

$$n = 107$$

3.3.2.1. Criterios de inclusión

- Alumnos del 5to de secundaria

- Alumnos de ambos sexos.
- Adolescentes entre 16 a 17 años.
- Adolescentes que acepten formar parte de la investigación (consentimiento informado).

3.3.2.2. Criterios de exclusión

- Alumnos que no pertenezcan a 5to de secundaria.
- Adolescentes que desistan de formar parte de la investigación.
- Alumnos que no asistieron el día de la aplicación del instrumento.
- Alumnos > de 17 años.

3.4. Método, técnica e instrumentos de recolección de datos

3.4.1. Técnica e instrumento de recolección de datos

La presente investigación desarrolló el método deductivo, para la recolección de datos se utilizó la técnica de encuesta, y el instrumento denominado: Escala de Autoevaluación de Zung⁴⁶ creada por William Zung en el año 1971 con el objetivo de disponer de un instrumento que permitió medir los niveles de ansiedad. Este instrumento fue traducido al español por Astocondor en el año 2001 (Anexo1), así mismo el instrumento estuvo constituido por 20 ítems al cual se le designó un valor numérico según criterios:

- 1 = Nunca o casi nunca.
- 2 = A veces.
- 3 = Con bastante frecuencia.
- 4 = Siempre o casi siempre.

Los ítems cubrieron una variedad de síntomas de ansiedad basada en la sintomatología tanto afectiva (ítems 1 al 5) como somática (ítems 6 al 20). El cuestionario antes mencionado constó de un orden, donde el comienzo está relacionado a los datos personales de los participantes (nombres solo iniciales, edad, sexo) y datos generales (grado y sección) seguidamente la segunda parte trata sobre las dimensiones propias del estudio (Anexo 2), lo cual se detalla a continuación: estuvo conformado por 20 ítems relacionados a las dimensiones de la investigación: dimensión afectiva y dimensión somática. La dimensión afectiva

conformada por 5 ítems, mientras que la dimensión somática la constituyen 15 ítems. Por motivos de investigación el instrumento fue modificado por las autoras y al mismo tiempo validado por un grupo de expertos, quienes evaluaron la relevancia, claridad y pertinencia de cada ítem (Anexo 3) seguidamente se realizó un análisis de confiabilidad utilizando el coeficiente alfa de Cronbach (Anexo 4) mediante una prueba piloto aplicada a cinco estudiantes de quinto año de secundaria, obteniendo un valor de 0.800, lo que indica un nivel de confiabilidad excelente.

El índice de interpretación del nivel de ansiedad toma en cuenta los siguientes parámetros:

Escala de medición de síntomas afectivos:

- Síntomas afectivos de ansiedad nula: 5-12 puntos
- Síntomas afectivos de ansiedad leve: 13- 15 puntos
- Síntomas afectivos de ansiedad moderada: 16- 17 puntos
- Síntomas afectivos de ansiedad en grado máximo: 18 -20 puntos

Escala de medición de síntomas somáticos:

- Síntomas somáticos de ansiedad nula:5 – 37 puntos
- Síntomas somáticos de ansiedad leve: 38 -45 puntos
- Síntomas somáticos de ansiedad moderada: 46 – 52 puntos
- Síntomas somáticos de ansiedad en grado máximo: 53 – 60 puntos

Niveles de ansiedad:

- Ansiedad nula: menos de 50 puntos
- Ansiedad leve: 50 - 59 puntos
- Ansiedad moderada: 60 – 69 puntos
- Ansiedad en grado máximo: 70 a más puntos.

3.5. Procedimiento de datos

Para dar comienzo a la ejecución del presente trabajo se realizó las coordinaciones y trámites administrativos pertinentes con la Dirección de la Institución Educativa Tupac Amaru, con el fin de obtener la autorización para la aplicación del instrumento de investigación. (Anexo 5).

Una vez obtenido el permiso requerido para llevar a cabo la investigación, se procedió a visitar las aulas para explicar el objetivo de nuestra presencia. Aquellos

seleccionados en participar recibieron el consentimiento informado (Anexo 6), y se les aseguró que sus respuestas serían tratadas de manera anónima y confidencial. Luego se procedió a aplicar el cuestionario (Anexo 2) el mismo que tuvo un tiempo límite de 10 a 15 minutos.

3.5.1. Procesamiento

Después de la aplicación del cuestionario a los alumnos del 5to de secundaria, se realizó la tabulación de datos de los 107 estudiantes y de las 20 preguntas evaluadas, utilizando una hoja de cálculo en Microsoft Excel 2019. Con el apoyo del software Estadístico SPSS versión 25. Se generaron tablas y gráficos que se resumen en número y porcentajes correspondientes a las dimensiones evaluadas, para su posterior interpretación.

3.5.2. Consideraciones éticas

Con base a los principios básicos que requiere toda investigación, en especial en el área de la salud, se tuvo en cuenta los aspectos éticos que garantizaron la dignidad y el bienestar de la persona sujeta a investigación.

- **Confidencialidad:** Previamente a su participación, firmaron un consentimiento informado de modo que se les explicó que lo manifestado no fuese revelado ya que son confidenciales, y es utilizado solo para ítems de la investigación.
- **Privacidad:** Desde un inicio se consideró el anonimato para el cuestionario de la investigación.
- **Credibilidad:** Con el fin de aumentar la veracidad de los resultados a través del compromiso del investigador con los alumnos que participaron.

IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Resultados

Tabla N° 1. Nivel de ansiedad en adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru. Tumbes – 2024.

NIVELES DE ANSIEDAD	N°	%
ANSIEDAD NULA	87	81,3
ANSIEDAD LEVE	16	15,0
ANSIEDAD MODERADA	4	3,7
Total	107	100,0

Fuente: Instrumento creado por William Zung. Modificado por las investigadoras.

En la Tabla 1, de una muestra de 107 estudiantes participantes de la Institución Educativa Tupac Amaru de Tumbes, destaca que la mayoría con el 81,3% obtuvo un nivel de ansiedad nula, seguido de un 15%, en el nivel de ansiedad leve, mientras que el 3,7% presenta ansiedad moderada.

Tabla N° 2. Nivel de ansiedad según, sexo en adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru. Tumbes – 2024.

NIVELES DE ANSIEDAD	SEXO					
	FEMENINO		MASCULINO		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%
Ansiedad nula	45	42,06	42	39,25	87	81,30
Ansiedad Leve	14	13,08	2	1,87	16	14,95
Ansiedad Moderada	4	3,74	0	0	4	3,74
Ansiedad Severa	0	0	0	0	0	0
TOTAL	63	58,88	44	41,12	107	100

Fuente: Instrumento creado por William Zung. Modificado por las investigadoras.

En la tabla 2, se observa que el 42,06% de los alumnos de sexo femenino presentaron ansiedad nula, mientras que los alumnos de sexo masculino representaron el 39,25%; en cuanto a la ansiedad leve, las mujeres obtuvieron el 13,08%% y el 1,87% corresponde a varones. Respecto a las mujeres el 3,74% manifestaron un nivel de ansiedad moderada.

Tabla N° 3. Nivel de ansiedad según, edad en adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru. Tumbes – 2024.

NIVELES DE ANSIEDAD	EDAD					
	16 años		17 años		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%
Ansiedad nula	36	33,64	51	47,66	87	81,30
Ansiedad Leve	10	9,35	6	5,61	16	14,95
Ansiedad Moderada	2	1,87	2	1,87	4	3,74
Ansiedad Severa	0	0	0	0	0	0
TOTAL	48	44,85	59	55,14	107	100

Fuente: Instrumento creado por William Zung. Modificado por las investigadoras.

La tabla 3, muestra que del total de estudiantes de 16 años con el 33,64% y los de 17 años con el 47,66% presentaron un nivel de ansiedad nula; en cuanto al nivel de ansiedad leve en los alumnos de 16 años es del 9,35% y el 5,61% en alumnos de 17 años. Tanto los estudiantes de 16 y 17 años experimentaron igual nivel de ansiedad moderada con el 1,87%.

Tabla N° 4. Síntomas afectivos de ansiedad en adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru. Tumbes – 2024.

SÍNTOMAS AFECTIVOS	N°	%
SÍNTOMAS AFECTIVOS DE ANSIEDAD NULOS	88	82,2
SÍNTOMAS AFECTIVOS DE ANSIEDAD LEVES	16	15,0
SÍNTOMAS AFECTIVOS DE ANSIEDAD MODERADOS	2	1,9
SÍNTOMAS AFECTIVOS DE ANSIEDAD ALTOS	1	0,9
TOTAL	107	100,0

Fuente: Instrumento creado por William Zung. Modificado por las investigadoras.

En la Tabla 4, destaca que el 82.2% manifestaron síntomas afectivos de ansiedad nula, y en segundo lugar el 15% síntomas afectivos de ansiedad leve.

Tabla N° 5. Síntomas somáticos de ansiedad en adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru. Tumbes – 2024.

SÍNTOMAS SOMÁTICOS	N°	%
SÍNTOMAS SOMÁTICOS DE ANSIEDAD NULOS	87	81,3
SÍNTOMAS SOMÁTICOS DE ANSIEDAD LEVES	16	15,0
SÍNTOMAS SOMÁTICOS DE ANSIEDAD MODERADOS	4	3,7
SÍNTOMAS AFECTIVOS DE ANSIEDAD ALTOS	1	0,9
TOTAL	107	100,0

Fuente: Instrumento creado por William Zung. Modificado por las investigadoras.

La Tabla 5, muestra que del total de alumnos a quienes se les aplicó el instrumento, el 81,3% presenta síntomas somáticos de ansiedad nula, el 15% síntomas somáticos de ansiedad leve y el 3,7% síntomas somáticos de ansiedad moderada.

4.2. Discusión

Respecto al objetivo general (Tabla N°1) se muestra que del 100% de los estudiantes de quinto de secundaria de la Institución Educativa Túpac Amaru, el 81,3% presentan ansiedad nula, siendo este el porcentaje más alto entre los adolescentes evaluados, mientras que, el 15% de los estudiantes tienen ansiedad leve.

Estos resultados difieren con el estudio Cerón⁴⁷, debido a que la ansiedad nula indico un valor de 42,9% y ansiedad leve con 40,6%. Así mismo, los resultados obtenidos discrepan con el estudio de Rosillo⁴², donde refleja la ansiedad nula con un 30% y resaltando la ansiedad leve con un 57%.

Este hallazgo es positivo y refleja la existencia de un entorno educativo saludable, respaldado por el buen trabajo realizado en la institución en el que se ha priorizado el apoyo emocional y psicosocial debido a las intervenciones pedagógicas y psicológicas implementadas en la institución.

Para la OMS^{4,14} la ansiedad es una reacción emocional relacionada con sentimientos comunes, como el miedo y la preocupación; cuando estas emociones alcanzan un nivel elevado de intensidad pueden llevar al desarrollo de la ansiedad. La UNICEF¹³ señala que es una etapa de autoconocimiento, de formar responsabilidad, de conocer las consecuencias de los actos realizados, por esta razón, Miller²¹ señala que las preocupaciones o presiones asociadas al rendimiento académico, la pérdida de un ser querido y los cambios constantes pueden provocar el desarrollo de ansiedad.

En la tabla N°2 se puede apreciar que predomina el sexo femenino con un 42,06% en el nivel de ansiedad nula, seguido del nivel de ansiedad leve con el 13,08%. En contraste, el sexo masculino destaca también en el nivel de ansiedad nula, con 39,25%, pero presenta una proporción significativa menor de estudiantes con ansiedad leve, con tan solo 1,87%.

Estos datos de investigación difieren al estudio realizado por Curay⁴³ en donde destaca el género femenino con el nivel de ansiedad nula de 33,32%, ansiedad leve 25,55% y el género masculino con ansiedad nula de 11,11% y ansiedad leve de 22,22%. De la misma manera, en la tesis de Owen & Torres⁴⁸ refiere que el género femenino obtuvo el 12% de nivel de ansiedad nula y el 4% en nivel de ansiedad leve, respecto al sexo masculino un 22% con nivel de ansiedad nula y 24% con nivel de ansiedad leve.

Finalmente, podemos apreciar que las adolescentes de sexo femenino son más susceptibles a presentar ansiedad en comparación con los adolescentes de sexo masculino esto se debe a que presentan preocupaciones e incertidumbre por diversos motivos. Además, de la diferencia tanto en ciclo biológico masculino y femenino como es la menstruación.

Al considerar a la adolescencia con la etapa de cambios físicos y emocionales, Marredo²² señala que durante el ciclo menstrual se producen fluctuaciones en los niveles de hormonas sexuales femeninas, como el estrógeno y la progesterona. Estas variaciones hormonales influyen en el estado de ánimo, lo que conlleva a que algunas mujeres experimenten síntomas de ansiedad, depresión e irritabilidad. Así mismo Santos et al.²³ en su estudio menciona que el género femenino ha experimentado altos niveles de ansiedad en comparación con el género masculino, de la misma manera, Altamirano & Rodríguez²⁴ hacen hincapié en señalar que las mujeres presentan mayores niveles de ansiedad.

En la tabla N°3, según el rango de edad, respecto a los niveles de ansiedad tenemos a la ansiedad nula con el 33,64% que corresponde a los estudiantes de 16 años, mientras que el 47,66% pertenece a los estudiantes de 17 años. Por otro lado, en cuanto a los estudiantes con ansiedad leve, el 9,35% son alumnos de 16 años y el 5,61% recae sobre los estudiantes de 17 años.

En el trabajo de Saavedra & Ugaz³⁹ se evidenció que los resultados de la investigación son distintos al estudio, donde los adolescentes de 16 años presentan nivel de ansiedad nula 3,50% y nivel de ansiedad leve 6,64%, mientras que los adolescentes de 17 años manifiestan nivel de ansiedad nula 0,35% y ansiedad leve 1,05%.

Se puede apreciar que este hallazgo refleja la madurez emocional y las habilidades de afrontamiento adquiridas con la edad, a medida que los adolescentes crecen desarrollan una mayor capacidad para manejar sus emociones y las situaciones desafiantes, su vulnerabilidad a la ansiedad disminuye, ya que aprenden a gestionar mejor el estrés y a buscar estrategias de afrontamiento más efectivas.

En relación a la ansiedad según la edad; Castelblanco¹⁷ menciona que la ansiedad surge en los adolescentes entre 14 y 18 años debido a aspectos que se desarrollan en su entorno, el cual está influenciado por la presión familiar y social, ya que en este periodo este grupo etario busca satisfacer sus necesidades y desarrollar habilidades.

En la tabla N°4 se puede apreciar que en la dimensión síntomas afectivos de ansiedad el porcentaje que encabeza esta descripción es el 82,2% con síntomas afectivos de ansiedad nula y el 15% con síntomas afectivos de ansiedad leve.

Datos similares se encontraron en el estudio realizado por Alama & pablo³⁸ donde el porcentaje que lidera es 66,3% perteneciente a síntomas afectivos de ansiedad nula, continuando con el 26,3% de síntomas afectivos de ansiedad leve. Información que varía con respecto al estudio de Tarazona⁴⁹ donde los datos que lideran son 39% ansiedad en su dimensión afectiva nula y el 49% correspondiente a ansiedad en su dimensión afectiva leve.

Este resultado es favorable, debido a que existe un alto porcentaje de ansiedad nula en la dimensión de síntomas afectivos, lo que indica que muchos adolescentes no experimentan alteraciones emocionales significativas. Sin embargo, también se observa un porcentaje de adolescentes con ansiedad leve en dicha dimensión, ya que algunos presentan temor, miedo y preocupaciones excesivas por situaciones cotidianas.

Las manifestaciones afectivas según Zumba et al.³² señala que existen polos de afectividad positiva, donde incluye emociones de entusiasmo y alegría y la negativa en donde se encuentra la frustración y ansiedad, recalca que ambos intervienen como elementos de protección o de riesgo para la salud mental. De la misma manera Fuentes & Vargas³³ mencionan que estas manifestaciones afectivas de la ansiedad abarcan: miedo, nerviosismo, agitación, irritabilidad.

En la tabla N°5 respecto a la dimensión síntomas somáticos de ansiedad, se observa que el 81,3% presentan síntomas somáticos de ansiedad nula y el 15% síntomas somáticos de ansiedad leve.

Los resultados de la presente investigación son similares al estudio de Novella⁴⁰ manifiestan que el 66,6% muestran un nivel de ansiedad somática nula y el 15,6% con nivel de ansiedad somática leve. A diferencia del estudio de Huacan⁴¹ en el cual el 33,6% presentan un nivel nulo en la dimensión somática, mientras que el 40,9% pertenecen a la dimensión somática con un nivel leve.

Finalmente se aprecia en el presente estudio que el adecuado bienestar físico y emocional en los estudiantes evaluados es positivo, lo cual se ve favorecido por la implementación de talleres, programas de orientación para padres y charlas educativas dirigidas tanto a estudiantes como a docentes. No obstante, también se identificó un porcentaje de adolescentes con ansiedad leve en la dimensión antes mencionada debido a que se manifiestan dolores musculares, mareos, dificultad para respirar, problemas para dormir, pesadillas y ganas de ir al baño en repetidas ocasiones.

Las manifestaciones somáticas según Mallo²⁸ surgen en respuesta a un malestar emocional o psicológico. Asimismo, destaca que, en ciertos casos, estas manifestaciones pueden intensificarse de forma desproporcionada, afectando el adecuado funcionamiento de las personas.

V. CONCLUSIONES

1. Se determinó que los niveles de ansiedad en adolescentes el 81,3% experimentan ansiedad nula, mientras que el 15% presentan ansiedad leve. El bajo porcentaje de ansiedad demuestra que la institución ha creado un entorno educativo positivo para el bienestar emocional de los estudiantes a través de intervenciones pedagógicas y psicológicas que han sido efectivas.
2. El nivel de ansiedad según las adolescentes de sexo femenino presenta un 13,08% de ansiedad leve, mientras que en los adolescentes masculinos es de 1,87%. Los resultados indican que las adolescentes de sexo femenino son más susceptibles a experimentar ansiedad en comparación con los adolescentes masculinos, debido a preocupaciones e incertidumbre; además las fluctuaciones hormonales asociadas con el ciclo menstrual que afectan el estado emocional de las adolescentes.
3. En relación con la ansiedad según la edad, el 33,64% de los adolescentes de 16 años y el 47,66% de los de 17 años presentaron un nivel de ansiedad nulo. En cuanto a la ansiedad leve, esta se observó en el 9,35% de los adolescentes de 16 años y en el 5,61% en los de 17 años. Estos resultados sugieren que los adolescentes van desarrollando habilidades emocionales conforme va finalizando la adolescencia que les permiten afrontar de manera más efectiva las presiones sociales y académicas, lo que contribuye a una menor incidencia de ansiedad. Las cuales dependen de múltiples factores como la cultura, la familia, el contexto social y la personalidad individual.
4. En la dimensión afectiva, el 82,2% de los adolescentes presentan síntomas de ansiedad nula lo que explica que la mayoría de los adolescentes se encuentran en un entorno emocional saludable. El 15% muestran síntomas de ansiedad leve destacando los síntomas de miedo y las preocupaciones.

5. En relación a la dimensión somática de la ansiedad, el 81,3% presentan síntomas somáticos de ansiedad nula, la baja presencia de ansiedad indica que la mayoría de los adolescentes tienen bienestar físico, sin embargo, el 15% presenta síntomas somáticos de ansiedad leve manifestado con dolores musculares, mareos, dificultad para respirar y problemas para dormir.

VI. RECOMENDACIONES

- A los directivos de la Institución Educativa Tupac Amaru se sugiere mantener actividades relacionado con talleres y charlas educativas sobre la resiliencia, habilidades socioemocionales y el manejo del estrés, tanto para estudiantes como para docentes. Que contribuyan a reforzar el estado emocional y el manejo de situaciones difíciles.
- A los docentes y el profesional de psicología que laboran en la Institución Educativa Tupac Amaru, proponer incluir temas sobre reconocimiento de síntomas de ansiedad en estudiantes y hábitos de vida saludable como: la alimentación balanceada, actividad física, descanso e higiene personal.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Valarezo O, Erazo, R, Muñoz Síntomas de ansiedad y depresión asociados a los niveles de riesgo del consumo de alcohol y tabaco en adolescentes de la ciudad de Loja, Ecuador. Health and Addictions / Salud y Drogas. 2021; 21(1): 279-293.
2. Ministerio de Salud [internet]. Perú: gob.pe; 2021. [citado el 28 de abril del 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional>
3. Secretaria Nacional de la Juventud [Internet]. Perú: juventud.gob.pe; 2023. [citado 29 de abril del 2024]. Disponible en: <https://juventud.gob.pe/2023/06/el-32-3-de-jovenes-de-15-a-29-anos-presentaron-algun-problema-de-salud-mental/>
4. Organización Mundial de la salud [internet]. Who.int; 2023. [citado el 02 de mayo del 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
5. Universidad de Chile [internet]. Santiago de Chile; 2022. [citado el 29 de abril del 2024]. Disponible en: <https://www.bachillerato.uchile.cl/destacados/dr-pablo-salinas-la-ansiedad-es-patologica-cuando-te-impide-hacer-tus-actividades/>
6. Lopez I. (con) vivir con la ansiedad. España, Madrid: Lasea.es;2021.
7. Vargas- Montalvo J. Ansiedad y depresión en pacientes adultos post covid19, en el centro de salud Fonavi IV-Ica, 2021". [tesis para el título profesional]. Chíncha: Universidad Autónoma de Ica; 2022.
8. De la Torre S [internet]. Madrid; 2023. [citado 15 junio del 2024]. Disponible en: <https://www.iseazy.com/es/blog/teoria-del-aprendizaje-social-de-bandura/>
9. González R, Parra N. Neuropsicología de los trastornos de ansiedad. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar.2023;7(1), 3-4.
10. Universidad Internacional de La Rioja [internet]. Madrid; 2021. [citado 17 junio 2024]. Disponible en: <https://www.unir.net/salud/revista/mecanismos-de-defensa-freud/>

11. Panta C, Villareal F. Estrés académico y ansiedad en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa pública Antonia Moreno de Cáceres - UGEL 05. [Tesis para título profesional]. Chíncha: Universidad Autónoma de Ica; 2022.
12. Organización Mundial de la Salud [internet] who.int. [citado el 29 de abril del 2024]. Disponible en: https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
13. Fondo de las Naciones Unidas para la infancia [internet]. Uruguay: Unicef. Org; 2024. ¿Qué es adolescencia?; [citado 01 de mayo del 2024]. Disponible en: <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/que-es-la-adolescencia>
14. Organización Mundial de la Salud [internet]. Who.int; 2021. Salud mental del adolescente; [citado el 02 de mayo 2024]. Disponible en: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health?gad_source=1&gclid=CjwKCAjwouexBhAuEiwAtW_Zx7rP0zawDI5_QDKppeLhuiVQsKUzJMQoJAtyv_QltK8p7AbaumWa8PxoC4cYQAvD_BwE
15. Organización Mundial de la Salud [internet]. Who.int; 2023. Trastornos de la ansiedad; [citado 03 de mayo del 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
16. Arellano M, Chucón V, Cutipé Y, Gonzalez S, Mendoza M, Pomalima R, et al. Estudio Epidemiológico de Salud Mental en Niños y Adolescentes en Lima Metropolitana en el Contexto de la COVID-19, 2020. Informe General. Anales de Salud Mental Vol. XXXVII, Año 2021: 25, 82.
17. Castelblanco Torres C, Gaona Herrera D, Loaiza Muñoz R. Características de la ansiedad en adolescentes de 14 a 18 años, de una institución educativa del municipio de puerto Boyacá. [Tesis para especialización]. Bogotá: Corporación Universitaria Iberoamericana; 2021.
18. Fondo de las Naciones unidas para la infancia [internet]. Salvador; 2023. Ansiedad; [citado 15 de mayo del 2024]. Disponible en: <https://www.unicef.org/elsalvador/historias/ansiedad#Ansiedad2>.
19. Aldeas Infantiles SOS [internet]. España: Aldeasinfantiles.es; 2022. [citado el 20 de mayo 2024]. Disponible en: <https://www.aldeasinfantiles.es/blog/la-ansiedad-en-la-adolescencia-deteccion-y-prevencion>

20. Organización benéfica líder en salud mental en Inglaterra y Gales (mind) [internet]. mind.org.uk; 2021. Ansiedad y ataques de pánico. [citado el 23 de mayo 2024]. Disponible en: <https://www.mind.org.uk/information-support/types-of-mental-health-problems/anxiety-and-panic-attacks/causes/>
21. Miller C [internet] childmind.org ;2021. De qué manera afecta la ansiedad a los adolescentes. [citado el 1 de junio de 2024]. Disponible en: <https://childmind.org/es/articulo/de-que-manera-la-ansiedad-afecta-a-los-adolescentes/>
22. Marredo. [Internet]. España; 2023. [Citado 18 octubre 2024]. Disponible en: <https://blogcreap.imsero.es/-/salud-mental-ciclo-menstrual>
23. Santos D, Ponce C, Pazos P, Moya T. Niveles de ansiedad-rasgo en estudiantes de la carrera de odontología de la Universidad Central del Ecuador. REE. 2021; 15 (3): 84.
24. Altamirano C, Rodriguez M. La procrastinación académica y su relación con los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios. [tesis para título profesional]. Ecuador: Universidad técnica de Ambato; 2021.
25. Salazar E, Salazar L. Ansiedad y agresividad en estudiantes de una institución secundaria pública de Villa El Salvador. [Tesis para título profesional]. Lima: Universidad Cesar Vallejo; 2021.
26. Torres- Rojas E. Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una Universidad privada de Lima sur. [Tesis para título profesional]. Lima: Universidad Autónoma del Perú; 2021.
27. Clínica Universidad de Navarra [internet]. Dakota del Norte; 2023. [citado 15 de junio 2024]. Disponible en: <https://www.cun.es/diccionario-medico/terminos/soma>
28. Mallol M [internet]. Madrid; 2021. [citado 15 de junio 2024]. Disponible en: <https://somoestupendas.com/trastorno-sintomas-somaticos/>
29. Rodríguez A. [Internet]. psicólogosOviedo.com; 2023. Ansiedad fisiológica: reacción de nuestro organismo. [citado el 8 de septiembre de 2024]. Disponible en: <https://www.psicologooviedo.com/ansiedad-fisiologica-reaccion-de-nuestro-organismo/>
30. Ojeda - Robles G. Ansiedad manifiesta y bienestar psicológico en escolares de secundaria de un I.E.P de cercado de Lima. [Tesis para título profesional]. Lima: Universidad de San Martín de Porres;2021.

31. Díaz A, González A , Mor S, Mia A, Quero S, Garcia A. et al. Tabla de Afectos Positivos y Negativos (PANAS): propiedades psicométricas de la versión en español online en una muestra clínica con trastornos emocionales. BMC Psiquiatría. 2020; 56: 1-2.
32. Zumba D, Moreta R. Afectividad, Regulación Emocional, Estrés y Salud Mental en adolescentes del Ecuador en tiempos de pandemia. Revista de Psicología de la Salud. 2022; 10 (1): 119.
33. Fuentes M, Vargas A. Niveles de ansiedad y depresión en adolescentes de la Institución Educativa “Abraham Valdelomar” N° 4018, Callao - Perú, 2023. [Tesis para título profesional]. Perú; Universidad Cesar Vallejo; 2023.
34. Camargo-Sandoval L, Ferrer- Rodriguez J, Garcia- Dominguez C. Ansiedad en adolescentes del colegio los centauros de la ciudad de Villavicencio. [Tesis para obtener el grado de bachiller]. Colombia: Universidad Cooperativa de Colombia; 2022.
35. Díaz K, Macareo M. Niveles de ansiedad en estudiantes pertenecientes a los grados décimo y undécimo de una institución educativa en la ciudad de Bucaramanga. [Trabajo de grado]. Colombia: Universidad Cooperativa de Colombia.; 2022.
36. Serpa E, Cornejo M. Prevalencia de la ansiedad y su relación con los factores sociodemográficos en adolescentes del colegio Luis Monsalve Pozo. [Tesis para título profesional]. Ecuador: Universidad Politécnica Salesiana ;2022.
37. Sanchez J, Ontiveros O, Granados D. Rendimiento escolar y ansiedad en estudiantes mexicanos de educación secundaria. Rev. Integración Académica en Psicología. 2019; 7(21).
38. Alama M, Pablo S. Síntomas depresivos y ansiedad en adolescentes de la Institución Educativa Jose Ingenieros, San Juan de Lurigancho 2023. [Tesis para el título profesional]. Lima: Universidad Cesar Vallejo ;2023.
39. Saavedra C, Ugaz J. Niveles de ansiedad de secundaria en el retorno a la presencialidad en Colegio Nacional de JLO- Chiclayo 2022. [Tesis para título profesional]. Lambayeque: Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo; 2023.
40. Novella M. Ansiedad en adolescentes en tiempos de pandemia de la I.E Jacques Cousteau, Carabayllo - 2022 [Tesis para título profesional]. Lima: Universidad Cesar Vallejo; 2022.

41. Huacan-Arcos E. Habilidades sociales y ansiedad en adolescentes de una institución educativa de Villa el Salvador. [Tesis para título profesional]. Lima: Universidad Autónoma del Perú; 2020.
42. Mena- Aguilar I. Ansiedad en estudiantes de tercer año de secundaria de la Institución Educativa N° 001 José Lishner Tudela - Tumbes, 2019. [Tesis para título profesional]. Trujillo: Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI; 2022.
43. Rosillo-Flores L. Nivel de ansiedad en estudiantes de tercer año del nivel secundaria de la Institución educativa N°098 El gran Chilimasa del distrito de Aguas Verdes, provincia de Zarumilla – Tumbes. [Tesis para título profesional]. Tumbes: Universidad Católica Los Ángeles Chimbote; 2020.
44. Curay C. Ansiedad en estudiantes del cuarto año de secundaria de la institución educativa Zarumilla - tumbes, 2019. [Tesis para el título profesional]. Tumbes: Universidad Católica Los Angeles de Chimbote; 2020.
45. Pinedo Sernaque P. Ansiedad y acoso escolar en estudiantes del cuarto y quinto año de secundaria de la Institución educativa Zarumilla– Tumbes, 2020. [Tesis para título profesional]. Tumbes: Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI; 2020.
46. Zung W. [Internet]. Continental University of Sciences and Engineering; 2024. Manual de la Escala de Automedición de la Depresión y Ansiedad (EAMD-EAA). [citado el 10 de noviembre del 2024]. Disponible en: <https://www.nursinghero.com/study-files/15049862>
47. Cerón-Navarrete M. Ansiedad y conducta agresiva en adolescentes de una Institución educativa pública de Magdalena del Mar. [Tesis para título profesional]. Lima: Universidad Nacional Federico Villareal; 2024.
48. Owen A, Torres B. Ansiedad y depresión en adolescentes según su sexo de una Institución Educativa en Cajamarca. [Tesis para título profesional]. Cajamarca: Universidad privada del norte; 2023.
49. Tarazona-Valverde G. Ansiedad y depresión en adolescentes del 3ro, 4to y 5to grado de secundaria del colegio 1219 José Carlos Mariátegui. [tesis para título profesional]. Lima: Universidad Norbert Wiener;2023.

ANEXOS

ANEXO N° 1: Test de ansiedad de Zung - Instrumento original

Instrucciones

Marque con una X en el espacio correspondiente según como usted se haya sentido durante la última semana.

No.	Items	Nunca o casi nunca	A veces	Con bastante frecuencia	Siempre o casi siempre
1	Me siento más nervioso(a) y ansioso(a) que de costumbre.				
2	Me siento con temor sin razón.				
3	Despierto con facilidad o siento pánico.				
4	Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos.				
5	Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme.				
6	Me tiemblan los brazos y las piernas.				
7	Me mortifican dolores de cabeza, cuello o cintura.				
8	Me siento débil y me canso fácilmente.				
9	Me siento tranquilo(a) y puedo permanecer en calma fácilmente.				
10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón.				
11	Sufro de mareos.				
12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar.				
13	Puedo inspirar y expirar fácilmente.				
14	Se me adormecen o hinchan los dedos de las manos y pies.				
15	Sufro de molestias estomacales o indigestión.				
16	Orino con mucha frecuencia.				
17	Generalmente mis manos están secas y calientes.				
18	Siento bochornos.				
19	Me quedo dormido(a) con facilidad y descanso bien durante la noche.				
20	Tengo pesadillas.				

ANEXO N° 2: Escala de Autoevaluación de Zung

I. DATOS GENERALES:

Nombre(solo iniciales): _____ Edad: _____ Sexo: _____

Grado: _____ Sección: _____ Fecha: _____

II. INSTRUCCIONES:

Lee cada enunciado atentamente, e indique cuanto le ha afectado en las últimas cuatro semanas incluyendo hoy:

1 = Nunca o casi nunca.

2 = A veces.

3 = Con bastante frecuencia.

4 = Siempre o casi siempre.

	N°	SITUACIÓN QUE ME DESCRIBE	Nunca o casi nunca	A veces	Con bastante frecuencia	Siempre o casi siempre
A F E C T I V A	1	Me siento más nervioso(a) que de costumbre.				
	2	Me siento con temor sin razón.				
	3	Siento que me preocupo excesivamente por situaciones cotidianas.				
	4	Siento como si me estuviera deshaciendo en pedazos.				
	5	Siento miedo incontrolable a que pueda sucederme algo malo.				


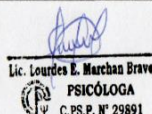

S O M Á T I C O S	6	Siento que constantemente mis brazos y piernas tiemblan.				
	7	Siento tensión y dolor de cabeza, cuello y espalda con frecuencia.				
	8	Me siento débil y me canso con facilidad.				
	9	Me siento intranquilo y me cuesta quedarme quieto.				
	10	Puedo sentir mi corazón latir rápido.				
	11	Últimamente siento que me estoy mareando sin razón aparente				
	12	Últimamente he tenido sensación de querer desmayarme y/o me desmayo frecuentemente				
	13	Siento que me está costando respirar con facilidad				
	14	Siento que se adormecen u hormiguean mis extremidades.				
	15	Últimamente sufro de molestias estomacales o indigestión (diarrea).				
	16	Voy al baño a orinar muchas veces al día.				
	17	Me sudan las manos sin razón aparente o cuando estoy en momento de crisis o miedo.				
	18	La cara se me calienta y se enrojece.				
	19	No puedo quedarme dormido(a) amanezco cansado (a) no descanso bien durante la noche (sin celular).				
	20	Tengo sueños desagradables(pesadillas)				

MODIFICADO: Por las autoras (2024).

ANEXO N° 3: Validación por jueces expertos

 <p style="text-align: center;">UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA DE ENFERMERÍA</p>	
El número de ítems es suficiente, para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, siguiera los ítems añadir	X
VALIDEZ	
APLICABLE	NO APLICABLE
X	
VALIDADO POR: <i>Fiorella Logbeth Pinto Granda.</i>	FECHA: <i>01/10/24</i>
FIRMA  Mag. Fiorella L. Pinto Granda Licenciada en Enfermería Reg. 062335 CEP. 88308	FIRMA

 <p style="text-align: center;">UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA DE ENFERMERÍA</p>	
El número de ítems es suficiente, para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, siguiera los ítems añadir	X
VALIDEZ	
APLICABLE	NO APLICABLE
X	
VALIDADO POR: <i>Peña Peña Maryuri Ailix</i>	FECHA: <i>03-10-24</i>
FIRMA  Lic. Maryuri A. Peña Peña PSICÓLOGA C.Ps.P. N° 40714	FIRMA

 <p style="text-align: center;">UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA DE ENFERMERÍA</p>	
El número de ítems es suficiente, para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, siguiera los ítems añadir	X
VALIDEZ	
APLICABLE	NO APLICABLE
X	
VALIDADO POR: <i>Lourdes Marchan Bravo</i>	FECHA: <i>03/10/2024</i>
FIRMA  Lic. Lourdes E. Marchan Bravo PSICÓLOGA C.Ps.P. N° 29891	FIRMA 

ANEXO N° 4: Confiabilidad del instrumento

ESCALA DE AUTOEVALUACIÓN DE ZUNG

PARTICIPANTES	DIMESIÓN																				SUMA
	AFECTIVA					SOMÁTICA															
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	
I	2	1	3	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	3	1	3	1	2	1	32
II	3	2	4	3	2	2	4	3	2	1	1	1	2	1	1	3	4	4	4	1	48
III	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	34
IV	4	2	2	3	4	2	2	3	1	3	2	2	2	1	2	2	4	4	2	4	51
V	2	2	2	2	2	2	3	3	4	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	41
VARIANZA	0.64	0.16	0.64	0.56	0.96	0.24	0.64	0.24	1.2	0.56	0.16	0.24	0.16	0.16	0.4	0.56	1.84	2.16	0.64	1.2	55.76

Alfa de Cronbach	0.8004
Número de ítems	20
Varianza de cada ítem	13.36
Varianza total	55.76

PUNTAJE - ESCALA LIKERT	
NUNCA O CASI NUNCA	1
A VECES	2
CON BASTANTE FRECUENCIA	3
SIEMPRE O CASI SIEMPRE	4

ANEXO N° 5: Autorización para la aplicación del instrumento



“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

Tumbes, 18 de Noviembre de 2024.

Srta. Cassandra Nayely ARCA ALBARRACIN

Srta. Neyshla Lisset ZAPATA OTERO

Presente. -

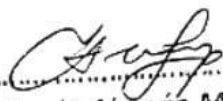
Ref. – Solicitud con Registro N°1627 - 2024 de fecha 15/11/2024

ASUNTO: Autorización para aplicar Instrumento de investigación a los alumnos del nivel secundario.

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a ustedes para saludarlas cordialmente en nombre la Institución Educativa “Tupac Amaru”, y al mismo tiempo manifestarles que de acuerdo al documento de la referencia se les **AUTORIZA**, para aplicar un cuestionario dirigido a los alumnos del 5to grado del nivel secundario, a fin de que pueda realizar su proyecto de investigación y lograr obtener su Licenciatura en Enfermería.

Sin otro particular, aprovecho la oportunidad para expresarles mi muestra de consideración y estima personal.


.....
Mg. Paolo Alemán Madrid
DIRECTOR
I.E TUPAC AMARU

ANEXO N° 6: Consentimiento informado

Yo, _____ debidamente informado(a) acepto ser participe en el trabajo de investigación titulado: Nivel de ansiedad en adolescentes del 5to de secundaria de la Institución Educativa Tupac Amaru. Tumbes- 2024, es de mi autoría.

Firmo este documento como muestra de mi aceptación, habiendo sido instruido sobre la finalidad del trabajo, y que ninguno de los métodos a utilizarse en la presente investigación pondrá en riesgo la salud e integridad de mi persona, así mismo ser aclarado que no realizare ningún pago ni siquiera recibiré alguna compensación económica.

Firma

Anexo N° 7: Operacionalización de variable.

VARIABLE	DEFENICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO	ESCALA VALORATIVA
ANSIEDAD	De acuerdo con la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI), la ansiedad funciona como un mecanismo que facilita la adaptación del ser humano a diversas situaciones. Este estado proporciona alerta, indicando precaución en circunstancias que pueden representar peligro.	La intensidad de la ansiedad será evaluada utilizando el Cuestionario de Ansiedad de Autoevaluación de Zung, el cual consta en 20 ítems.	SEXO	Masculino Femenino	Escala de autoevaluación Zung. 1= Nunca o casi nunca: 2 = A veces. 3 = Con bastante frecuencia. 4 = Siempre o casi siempre.	Escala de medición-Ordinal Ansiedad nula: menos de 50 puntos Presencia de ansiedad leve: 50 - 59 puntos. Presencia de ansiedad moderada: 60 – 69 puntos. Presencia de ansiedad en grado máximo: 70 a más puntos.
			EDAD	16 años 17 años		
			SÍNTOMAS AFECTIVOS	Pregunta 1,2,3,4 y 5		
			SÍNTOMAS SOMÁTICOS	Pregunta 6,7,8,9,10,11,12 ,13,14,15,16,17, 18,19,20.		

Figura N° 1. Nivel de ansiedad en adolescentes de 5to secundaria.

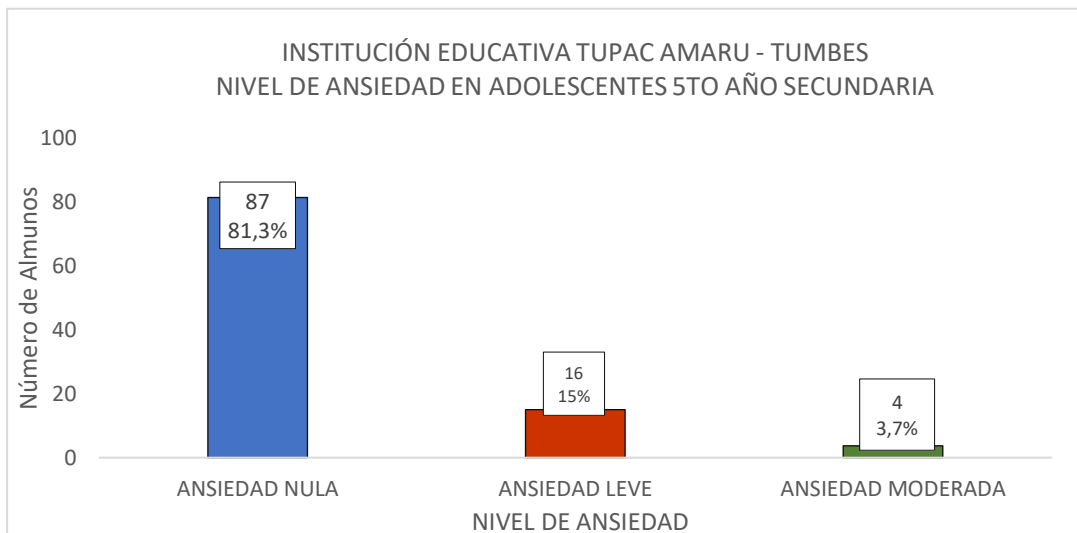


Figura N° 2. Niveles de ansiedad según, sexo en adolescentes del 5to de secundaria.

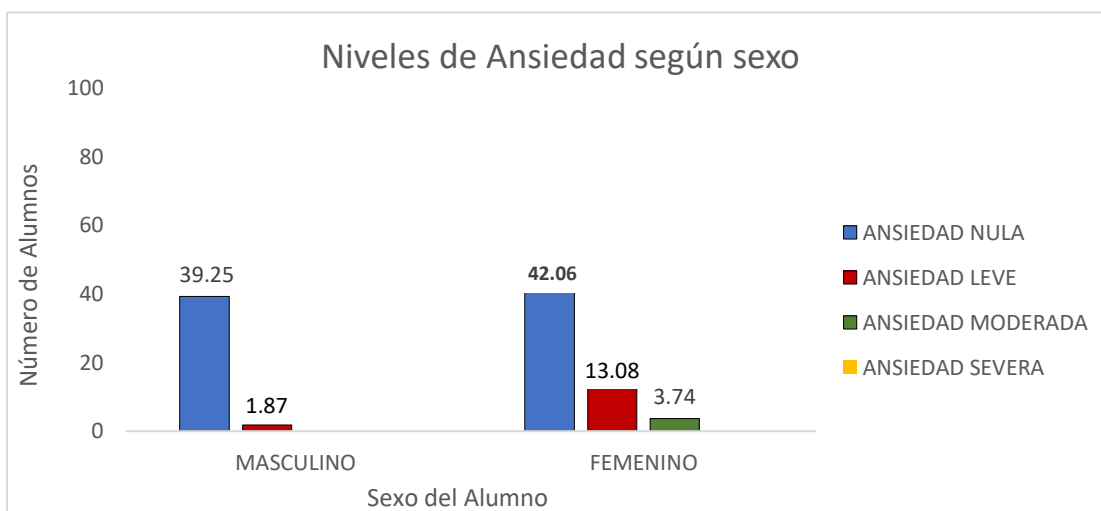


Figura N° 3. Niveles de ansiedad según, edad en adolescentes del 5to de secundaria.

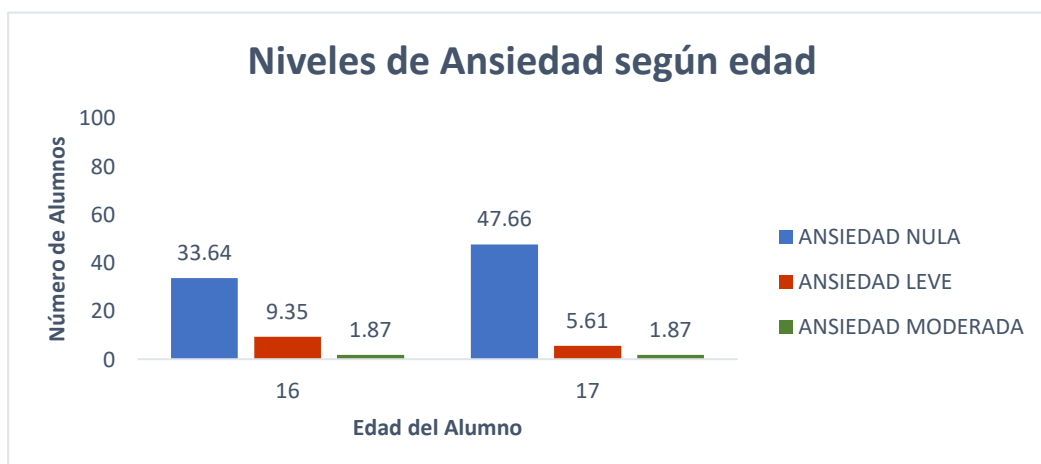


Figura N° 4. Nivel de ansiedad en la dimensión afectiva en adolescentes de 5to secundaria.

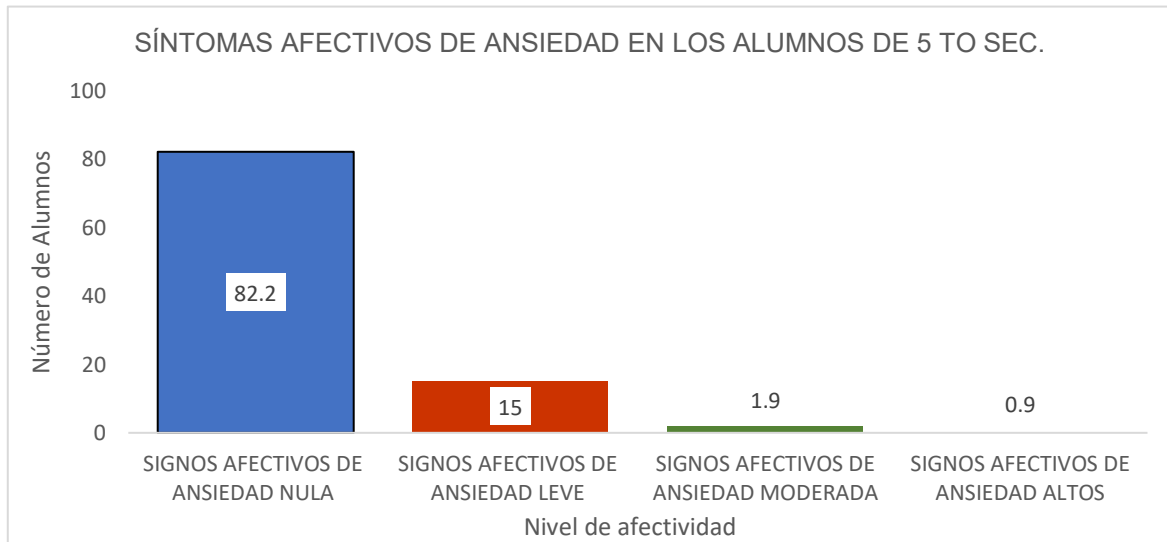


Figura N° 5. Nivel de ansiedad en la dimensión somática en adolescentes de 5to secundaria.

