

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



**ANSIEDAD ESTADO Y RASGO EN
ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DEL
DISTRITO DE BARRANCO DEL AÑO 2022**

TESIS

**PRESENTADA POR BACHILLER
MALAPI DEL RIO EVELYN ROSS**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

LIMA – PERÚ

2025

ASESOR

DR. BARBOZA ZELADA LUIS ALBERTO

ORCID: 0000-0001-8776-7527

TESISTA

MALAPI DEL RIO EVELYN ROSS

ORCID: 0000-0001-7340-0193

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

PSICOLOGÍA EDUCATIVA - EDUCACIÓN, DESARROLLO HUMANO Y
SOCIAL

AGRADECIMIENTO

A Dios

Por mantenerme con salud, por ser mi guía en cada paso que doy y de ese modo poder cumplir con mis objetivos de vida.

A la Universidad Privada San Juan Bautista

Por prepararme profesionalmente ante las diversas competencias que se presenten, a sus docentes por haber sido mis mentores durante mi aprendizaje.

A la Institución Educativa Emblemática Mercedes Indacochea

Por conceder el acceso de poder realizar mi trabajo de tesis en el plantel y por brindarme la oportunidad y confianza de trabajar con su alumnado.

A mi asesor

Por brindarme su apoyo, motivación, tiempo y sabiduría para poder culminar a tiempo mi investigación de tesis.

DEDICATORIA

A mi madre, Justina por ser mi motor para luchar cada día, por su apoyo incondicional y por siempre darme ánimos durante el proceso de mi formación profesional. A mis hermanos, Martín y Luis por acompañarme en cada etapa de mi vida y alegrarse de mis logros. A mi sobrino, Denzell por permitirme ser para él una imagen de lo que se puede lograr con esfuerzo y dedicación.

RESUMEN

Introducción: La ansiedad es una secuencia de sucesos cognitivos, afectivos y conductuales ante un estímulo, que se puede diferenciar en una ansiedad estado que se presenta en ciertos episodios de manera temporal y en una ansiedad rasgo se presenta de forma permanente frente a cualquier estímulo que se considere alarmante. **Objetivo:** El presente estudio tuvo como objetivo determinar el nivel de ansiedad estado y rasgo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del distrito de Barranco del año 2022. **Metodología:** La investigación se describe con un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y de diseño no experimental. La muestra estuvo constituida por 355 estudiantes de secundaria de sexo femenino. Se utilizó el Inventario de Ansiedad Estado y Rasgo adaptado por el investigador Julio Domínguez Vergara. **Resultados:** Se obtuvo que el 84.2% de las estudiantes tienen un nivel de ansiedad estado entre medio y alto mientras que el 15.8% tienen un nivel bajo. Asimismo, el 87.6% tienen un nivel de ansiedad rasgo entre medio y alto mientras que el 12.4% tienen un nivel bajo. **Conclusiones:** Se concluyó que la ansiedad que manifiestan las estudiantes se presenta tanto en la dimensión estado como en la dimensión rasgo siendo estadísticamente significativa la última.

PALABRAS CLAVE: ansiedad, ansiedad – estado, ansiedad – rasgo, estudiantes de secundaria

ABSTRACT

Introduction: Anxiety is a sequence of cognitive, affective and behavioral events in the face of a stimulus, which can be differentiated into a state anxiety that occurs temporarily in certain episodes and a trait anxiety that occurs permanently in the face of any stimulus that occurs. is considered alarming. **Objective:** The objective of this study was to determinate the level of state and trait anxiety in high school students of an Educational Institution in the district of Barranco in the year 2022. **Methodology:** The research is described with a quantitative, descriptive and non-experimental design approach. The sample consisted of 355 female high school students. The State and Trait Anxiety Inventory adapted by the researcher Julio Domínguez Vergara was used. **Results:** It was obtained that 84.2% of the students have a state anxiety level between medium and high while 15.8% have a low level. Likewise, 87.6% have a level of trait anxiety between medium and high while 12.4% have a low level. **Conclusions:** It was concluded that the anxiety manifested by the students occurs both in the state dimension and in the trait dimension, the latter being statistically significant.

KEY WORDS: anxiety, anxiety – state, anxiety – trait, high school students

INTRODUCCIÓN

La ansiedad se ha convertido en un problema emocional recurrente en adolescentes de todo el mundo. Durante esta etapa de la vida, los jóvenes enfrentan cambios y exigencias que pueden generarles tensión y malestar. Cuando no reciben la orientación o el apoyo necesario, estos sentimientos pueden intensificarse y prolongarse, afectando su equilibrio emocional y su bienestar en el futuro. Organización Mundial de la Salud – OMS (2021).

En el contexto escolar peruano, la ansiedad representa una de las principales preocupaciones en salud mental. Muchos adolescentes experimentan presión por cumplir con las expectativas académicas, lo que genera temor, inseguridad y una sensación constante de angustia. Esta situación impacta no solo en el rendimiento académico, sino también en el desarrollo personal y social de los estudiantes. Instituto de la Mente Infantil (2022).

Este estudio busca aportar herramientas que permitan a los futuros profesionales identificar y atender casos de ansiedad en estudiantes. Es fundamental determinar si es una reacción temporal ante situaciones específicas o si constituye un problema persistente que afecta de manera negativa la vida cotidiana. Reconocer esta diferencia es esencial para ofrecer un acompañamiento adecuado que promueva su salud mental. Por esta razón, el presente estudio se estructura en cinco capítulos que abordan la siguiente información.

Capítulo I: El Problema. En este capítulo se describe el contexto problemático, se formula la pregunta de investigación, se precisan los

objetivos del estudio, se justifica su importancia y se establecen el propósito y las limitaciones del trabajo.

Capítulo II: Marco Teórico. Esta sección presenta los antecedentes relacionados con la variable de estudio, junto con las bases conceptuales y teóricas que las sustentan. Se expone información clave proveniente de investigaciones previas y teorías pertinentes, que permiten una comprensión más profunda del fenómeno.

Capítulo III: Metodología. En este capítulo se detalla el enfoque metodológico, especificando el tipo y nivel de investigación. También se describen la población y la muestra utilizadas, los instrumentos para la recolección de datos y los aspectos éticos considerados durante el desarrollo del estudio.

Capítulo IV: Resultados. Este apartado presenta los principales hallazgos obtenidos tras el análisis de los datos, apoyándose en tablas que muestran los niveles alcanzados, con el fin de responder a las preguntas y objetivos planteados inicialmente.

Capítulo V: Discusión. En esta sección se realiza el análisis e interpretación de los resultados en relación con teorías existentes y estudios anteriores. Además, se incluyen las conclusiones y se formulan recomendaciones basadas en los hallazgos.

Finalmente, se incorpora la bibliografía utilizada a lo largo del trabajo de investigación y se anexan documentos complementarios que respaldan y enriquecen la investigación realizada.

ÍNDICE

• CARÁTULA	i
• ASESOR Y TESISISTA	ii
• LINEA DE INVESTIGACIÓN	iii
• AGRADECIMIENTO	iv
• DEDICATORIA	v
• RESUMEN	vi
• ABSTRACT	vii
• INTRODUCCIÓN	viii
• INDICE	x
• INFORME ANTIPLAGIO	xii
• LISTA DE TABLAS	xiv
• LISTA DE ANEXOS	xv
	N° Pág.
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA	1
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	3
1.2.1 GENERAL	3
1.2.2 ESPECÍFICOS	3
1.3. JUSTIFICACIÓN	4
1.4. DELIMITACIÓN DEL ÁREA DE ESTUDIO	5
1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN	5
1.6. OBJETIVOS	6
1.6.1. GENERAL	6
1.6.2. ESPECÍFICOS	6
1.7. HIPOTESIS	7
1.7.1. HIPOTESIS GENERAL	7
1.8. PROPÓSITO	7
CAPITULO II: MARCO TEÓRICO	8
2.1. ANTECEDENTES BIBLIOGRÁFICOS	8
2.2. BASES TEÓRICAS	12
2.3. MARCO CONCEPTUAL	16
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	19
3.1. DISEÑO METODOLÓGICO	19
3.1.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN	19
3.1.2. NIVEL DE INVESTIGACIÓN	19
3.2. VARIABLES	19
3.3. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE TERMINOS	20
3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA	21
3.5. CRITERIOS DE SELECCIÓN	24
3.6. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	24
3.7. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS	26
3.8. ASPECTOS ÉTICOS	26

CAPÍTULO IV: RESULTADOS	28
4.1. RESULTADOS	28
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	36
5.1. DISCUSIÓN	36
5.2. CONCLUSIONES	41
5.3. RECOMENDACIONES	43
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	44
ANEXOS	51

INFORME ANTIPLAGIO

TESIS-MALAPI DEL RIO EVELYN ROSS

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.uct.edu.pe Fuente de Internet	1%
2	repositorio.ucss.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	Submitted to Universidad Nacional Federico Villarreal Trabajo del estudiante	1%
4	renati.sunedu.gob.pe Fuente de Internet	1%
5	1library.co Fuente de Internet	1%
6	documentos.uru.edu Fuente de Internet	1%
7	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	www.grafiati.com Fuente de Internet	1%
9	repositorio.untrm.edu.pe	



INFORME DE VERIFICACIÓN DE SOFTWARE ANTIPLAGIO

FECHA: 20 SEPTIEMBRE 2025

NOMBRE DEL AUTOR: MALAPI DEL RIO EVELYN ROSS

TIPO DE PRODUCTO DE INVESTIGACIÓN:

- PROYECTO ()
- TRABAJO DE INVESTIGACIÓN ()
- TESIS (X)
- TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL ()
- ARTICULO ()
- OTROS ()

INFORMO SER PROPIETARIO (A) DE LA INVESTIGACIÓN VERIFICADA POR EL SOFTWARE ANTIPLAGIO TURNITIN, EL MISMO TIENE EL SIGUIENTE TÍTULO: "ANSIEDAD ESTADO Y RASGO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DEL DISTRITO DE BARRANCO DEL AÑO 2022"

CULMINADA LA VERIFICACIÓN SE OBTUVO EL SIGUIENTE PORCENTAJE: 20 %

Conformidad Investigador:

Conformidad Asesor:



MALAPI DEL RIO
EVELYN ROSS
DNI 74434746



BARBOZA ZELADA
LUIS ALBERTO
DNI 07068974

LISTA DE TABLAS

		N° Pág.
TABLA 1	Distribución de la muestra en función a edad	22
TABLA 2	Distribución de la muestra en función al sexo	23
TABLA 3	Distribución de la muestra en función a grado que cursa	23
TABLA 4	Niveles de ansiedad según la dimensión ansiedad estado en estudiantes de secundaria de una Institución Pública de Barranco.	28
TABLA 5	Niveles de ansiedad estado según la edad de la muestra	29
TABLA 6	Niveles de ansiedad estado según el grado que cursa la muestra	30
TABLA 7	Niveles de ansiedad según la dimensión ansiedad rasgo en estudiantes de secundaria de una Institución Pública de Barranco.	31
TABLA 8	Niveles de ansiedad rasgo según la edad de la muestra	32
TABLA 9	Niveles de ansiedad rasgo según el grado que cursa la muestra	34

LISTA DE ANEXOS

	N° Pág.
Anexo 1 Matriz de Consistencia	51
Anexo 2 Operacionalización de Variable	53
Anexo 3 Autorización de uso de Instrumentos	54
Anexo 4 Protocolos de los instrumentos	55
Anexo 5 Consentimiento Informado	57
Anexo 6 Asentimiento informado	62
Anexo 7 Evidencias Bibliográficas	64

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

A nivel mundial la ansiedad es considerado uno de los trastornos psiquiátrico más habituales, ya que más de 260 millones de personas padecen de ansiedad afectando así su capacidad de trabajo y productividad. Organización Mundial de la Salud – OMS (2017).

El número de personas que padecen de ansiedad ha aumentado en los últimos años, ya que cerca de un 10% de la población mundial está afectado y representa un 30% de la carga mundial de enfermedades no mortales, de los cuales solo el 27,6% recibieron tratamiento. OMS (2017).

Según OMS (2021) a nivel mundial uno de cada siete adolescentes entre 10 a 19 años sufre de ansiedad u otro trastorno mental, de no recibir una ayuda oportuna puede traer consecuencias en la edad adulta afectando la salud física y mental de la persona.

Desde hace 10 años los diagnósticos de trastornos de ansiedad en adolescentes han incrementado de un 3,5% a un 4.1% actualmente. Se considera el trastorno mental más habitual porque se registra que alrededor de 117 millones de niños y adolescentes en el mundo lo han padecido y que el 10% lo padece perjudicando aspectos de su vida, principalmente el desenvolvimiento social y el rendimiento escolar. Consejo General de la Psicología de España (2019)

En el Perú la ansiedad es uno de los mayores problemas de salud mental, siendo Lima el departamento con mayor porcentaje de personas que lo padecen. Por consiguiente, en plena pandemia del COVID – 19 se realizó una encuesta virtual con la ayuda de varias entidades reconocidas donde se encontró que el 29.6% de adolescentes tiene una gran posibilidad de sufrir de ansiedad u otro problema de salud mental. Ministerio de Salud – MINSA (2021).

La ansiedad escolar se centra en la necesidad de obtener buenas calificaciones, se puede observar que los adolescentes temen no cumplir con las expectativas de los padres o docentes frente al desarrollo de las actividades escolares, el cual les genera presión, miedo y preocupación. Instituto de la Mente Infantil (2022)

El contexto del presente estudio está dirigido a estudiantes de nivel secundario de sexo femenino entre la edad de 12 y 18 años donde se pretende realizar una investigación que nos permita la detección de los niveles de ansiedad estado y rasgo y cuál de estos predomina en los estudiantes, tomando en consideración que en los últimos años ha aumentado los problemas de ansiedad en los adolescentes tanto en cómo son percibidos en el entorno social, los cambios físicos que presentan en la adolescencia y en el rendimiento escolar. Ya que la ansiedad en la adolescencia se puede presentar mediante síntomas físicos (dolores de cabeza, dificultad para dormir y cansancio); emocionales (preocupación, irritabilidad y la búsqueda de aprobación) y conductuales (cambios bruscos de conducta y problemas de atención y concentración) en cualquier ámbito de su vida diaria. Por ende, es importante conocer en qué nivel de

ansiedad se encuentran ya que estos síntomas pueden afectar muchas áreas de su vida desde el rendimiento académico hasta llegar a afectar su salud física, mental y emocional.

La presente investigación se realiza a raíz de las observaciones conductuales y tamizajes hacia las adolescentes en el ámbito escolar, donde se logra observar que predomina la ansiedad en el nivel secundario a comparación del nivel primario, el cual es el factor motivante a realizar un estudio con la finalidad de conocer el nivel de ansiedad de la población y la necesidad de que con los resultados del mismo poder contribuir con las estrategias de prevención, promoción e intervención oportuna.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. GENERAL

¿Cuáles son los niveles de ansiedad estado y rasgo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública del distrito de Barranco del año 2022?

1.2.2. ESPECÍFICOS

¿Cuáles son los niveles de ansiedad estado según la edad en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública del distrito de Barranco del año 2022?

¿Cuáles son los niveles de ansiedad estado según el grado que cursan los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública del distrito de Barranco del año 2022?

¿Cuáles son los niveles de ansiedad rasgo según la edad en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública del distrito de Barranco del año 2022?

¿Cuáles son los niveles de ansiedad rasgo según el grado que cursan los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública del distrito de Barranco del año 2022?

1.3. JUSTIFICACIÓN

En relación a la justificación, la presente investigación es realizada a nivel teórico, porque busca que los profesionales de la salud mental obtengan un mayor conocimiento de la variable a estudiar a través de diversas teorías que las explican, tomando en cuenta la importancia de identificar en qué nivel de ansiedad se encuentran los adolescentes en etapa escolar. Asimismo, se busca fomentar futuras investigaciones que plasmen la realidad en la que nos encontramos.

A nivel metodológico, el instrumento a utilizar evidencia la eficacia para ser aplicada en esta investigación ya que cuenta con las propiedades psicométricas adecuadas. De esa manera proporciona validez y confiabilidad que se requiere en la presente investigación y en la población a estudiar.

A nivel práctico, mediante los resultados obtenidos se conocerá el porcentaje de estudiantes que presentan ansiedad y en que niveles lo presentan, de esta manera se podrá brindar soporte emocional de manera oportuna, seguimiento a los estudiantes en la etapa escolar y la prevención de esta.

1.4. DELIMITACIÓN DEL ÁREA DE ESTUDIO

La presente investigación se realiza a adolescentes mujeres entre 12 y 17 años de edad que cursan de 1ro a 5to grado de secundaria.

1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

Se considera como limitación que se ha aplicado el instrumento a una Institución Educativa Pública en específico del distrito de Barranco y de sexo femenino, lo cual no da la oportunidad de evaluar a otras Instituciones Educativas Publicas mixtas del mismo distrito ya que el acceso a esas instituciones es limitado y a veces restringido. Como consecuencia solo se ha obtenido resultados y conclusiones del nivel de ansiedad que presenten los adolescentes de un solo género y de centro de estudio.

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

La línea de investigación del presente estudio está orientada en la psicología educativa - educación, desarrollo humano y social, ya que es importante conocer los niveles de ansiedad que pueden presentar los adolescentes durante su formación escolar, tiene como objetivo de responsabilidad social impartir una educación de calidad en el cual el aprendizaje sea optimo y eso se logra mediante una adecuada atención, concentración y retención de la información del estudiante.

OBJETIVO DE RESPONSABILIDAD SOCIAL

La Organización de las Naciones Unidas (ONU) cuenta con 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), siendo el cuarto de relevancia para el presente

trabajo de investigación, nos explica que la educación es una de las herramientas más importantes para el desarrollo de un país y que debe de ser una primacía que todas las personas puedan tener acceso a esta con igualdad.

1.6. OBJETIVOS

1.6.1. GENERAL

Determinar el nivel de ansiedad estado y rasgo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública del distrito de Barranco del año 2022.

1.6.2. ESPECÍFICOS

Determinar los niveles de ansiedad estado según la edad en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública del distrito de Barranco del año 2022.

Determinar los niveles de ansiedad estado según el grado que cursan los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública del distrito de Barranco del año 2022.

Determinar los niveles de ansiedad rasgo según la edad en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública del distrito de Barranco del año 2022.

Determinar los niveles de ansiedad rasgo según el grado que cursan los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública del distrito de Barranco del año 2022.

1.7. HIPÓTESIS

1.7.1. GENERAL

Existe un alto nivel de ansiedad estado y rasgo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública del distrito de Barranco del año 2022.

1.8. PROPÓSITO

El propósito de esta investigación es colaborar con los futuros profesionales a promover de manera oportuna la promoción, prevención e intervención de la salud mental. Por lo tanto, es necesario conocer si la ansiedad que presentan los adolescentes en la etapa escolar es una ansiedad transitoria debido a situaciones que lo desencadenan por un periodo de tiempo o se trata de una ansiedad que se genera de manera permanente ante cualquier situación o problema teniendo como consecuencia un mayor impacto en su salud mental.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES BIBLIOGRÁFICOS

ANTECEDENTES NACIONALES

A nivel nacional, Chávarry, Jiménez, Molina, Estrada y Salazar (2018) realizaron un estudio “Ansiedad Estado y Rasgo en estudiantes de Biomédicas en Universidades de Perú y Colombia 2018. Se tuvo como objetivo plantear estrategias para disminuir la ansiedad estado – rasgo. Se realizó una investigación descriptiva. Se utilizó el cuestionario de ansiedad estado y rasgo adaptado a una población peruana. La muestra estuvo constituida por 147 estudiantes universitarios de Perú y Colombia. Los resultados evidenciaron que los estudiantes presentan ansiedad estado mientras que en Colombia hay un porcentaje mayor de ansiedad rasgo. Se concluye que una universidad de Colombia presenta mayor ansiedad en sus estudiantes.

Valdez, Becerra, Melgarejo y Huarancca (2019) realizaron una investigación “Nivel de ansiedad en adolescentes de una institución preuniversitaria de Lima Norte” que tuvo como objetivo determinar el nivel de ansiedad en los adolescentes. Se realizó una investigación descriptiva. La muestra estuvo constituida por 324 adolescentes de 9 a 17 años de edad. Se utilizó el inventario de ansiedad estado y rasgo. Se obtuvo como resultado que el 51.5% de adolescentes presentaron ansiedad – estado mientras que el 58.6% presentaron un nivel medio en ansiedad – rasgo. Se concluyó que existe niveles de ansiedad estado – rasgo en los adolescentes pre universitarios.

García y García (2020) realizaron una investigación “Funcionamiento familiar y ansiedad estado – rasgo en adolescentes”. Se tuvo como objetivo

determinar la relación entre las variables. Se realizó una investigación correlacional. En la muestra se evaluaron a 212 adolescentes. Se utilizaron dos instrumentos; La Escala de cohesión y adaptabilidad Familiar (FACES IV) y el Inventario de ansiedad estado. Rasgo (IDARE). Los resultados evidencian una correlación de -0.42 y -0.44, mostrando una relación negativa entre las variables. Se concluye que el funcionamiento familiar y la ansiedad estado – rasgo tienen una relación negativa significativa.

Canchanya y Vásquez (2020) realizaron una investigación titulada “Ansiedad y estilos de afrontamiento en estudiantes del 1º de secundaria de la I.E. N° 6008 de Lurín – Lima, 2020”. Han considerado como objetivo determinar la relación de las variables en mención. Optaron por realizar una investigación correlacional. La muestra estuvo constituida por 120 estudiantes. Se utilizó el Inventario de Ansiedad Estado Rasgo – STAI y la Escala de afrontamiento para adolescentes. En los resultados se evidencia que existe una relación entre las variables por medio de un vínculo directo y fuerte. Concluyeron que mientras haya un adecuado manejo de ansiedad estado y ansiedad rasgo se obtendrán un óptimo estilo de afrontamiento en los estudiantes.

Trinidad y Varillas (2021) realizaron un estudio sobre “Adicción a redes sociales y ansiedad estado – rasgo en estudiantes de secundaria del colegio privado Nikola Tesla, Huacho 2021”. Se tuvo como objetivo determinar la relación entre las variables. Se realizó una investigación correlativa. La muestra estuvo constituida por 215 adolescentes que cursan el nivel secundario. Se utilizaron dos instrumentos, el Cuestionario de adicción a redes sociales y el Inventario de

Ansiedad Estado Rasgo adaptadas a la población peruana. Los resultados demuestran que las variables guardan una correlación directa y significativa entre ellas. Concluyeron que las redes sociales propician la ansiedad como estado y rasgo en los estudiantes.

Bazán (2021) realizó una investigación “Adaptación, validez y fiabilidad del inventario ansiedad rasgo – estado para adultos de la ciudad de Trujillo”. Se tuvo como objetivo adaptar y validar el instrumento para utilizarlo en la población peruana. La muestra estuvo conformada por 120 adultos. Se utilizaron dos instrumentos; un cuestionario sociodemográfico y el inventario de ansiedad estado – rasgo adaptado en México. Se obtuvo como resultado que el instrumento presenta una adecuada validez, confiabilidad y fiabilidad. Se concluye que puede ser utilizado como un instrumento de medición, aunque con algunas modificaciones.

ANTECEDENTES INTERNACIONALES

Schmidt y Shoji (2018) realizaron un estudio “La ansiedad estado – rasgo y el rendimiento académico en adolescentes de 14 y 16 años”. Han considerado como objetivo descubrir la relación que existe entre la ansiedad estado y rasgo y el rendimiento académico. En la muestra se evaluaron 100 adolescentes de una escuela pública. El instrumento que se utilizó para la investigación es el Cuestionario de ansiedad estado y rasgo – STAI. Los resultados evidenciaron que la ansiedad estado y rasgo afecta el rendimiento académico. Se concluye que la ansiedad estado repercute el rendimiento escolar de manera significativas, mientras que la ansiedad rasgo no tiene el mismo impacto.

Del Valle, Betegón y Irurtia (2019) realizaron un estudio “Efecto del uso de estrategias cognitivas de regulación emocional sobre la ansiedad en adolescentes españoles”. Se tuvo como objetivo evaluar el impacto de las estrategias a utilizar en la investigación. La muestra estuvo constituida por 266 estudiantes de secundaria. Se utilizó el Cuestionario de ansiedad estado y rasgo – STAI, en la adaptación española. Los resultados mostraron discrepancia de los niveles de ansiedad frente a las estrategias utilizadas. Se concluye que el empleo de estrategias adaptativas fomenta la disminución de ansiedad mientras que las estrategias desadaptativas elevan la ansiedad.

Pulido y Herrera (2019) realizaron una investigación titulada “Influencia de las variables sociodemográficas sobre la ansiedad y el rendimiento académico adolescente”. Consideran como objetivo analizar los tipos y niveles de las variables según la edad, género y cultura de su población. La muestra estuvo constituida por 811 participantes. Se utilizó el Cuestionario de ansiedad estado y rasgo para niños – STAIC y las calificaciones individuales. Los resultados evidenciaron niveles medios y bajos de ansiedad frente a un rendimiento escolar medio. Se concluyó que no hay una relación significativa entre las variables.

Arias, Cabrera y Herrero (2019) realizaron un estudio “Autoestima, ansiedad y depresión en adolescentes con consumo de riesgo de alcoholismo”. El objetivo de esta investigación es caracterizar las variables en mención con la ingesta de alcohol. La muestra estuvo constituida por 110 adolescentes con riesgo a de consumir alcohol. Se utilizó un estudio observacional descriptivo. Se

aplicaron 3 instrumentos; el cuestionario CAGE, el Inventario de Autoestima – Coopersmith y el Inventario de ansiedad estado y rasgo – STAI. Los resultados mostraron una elevada ansiedad estado ante la ansiedad rasgo y la autoestima en nivel medio. Se concluyó que los estudiantes obtuvieron un nivel bajo, medio y alto en las variables mencionadas.

2.2. BASES TEÓRICAS

Existen varios enfoques teóricos sobre la ansiedad, uno de ellos es la Teoría Psicodinámica creado por Sigmund Freud quien menciona que la angustia es un proceso fisiológico del organismo del sujeto frente a la sobreexcitación como resultado del impulso sexual que lo percibe como una señal de alarma. Esta teoría alude que la angustia se origina por la lucha del super yo y que esos estímulos el individuo produce el estado de ansiedad (Freud, 1969).

La teoría conductista menciona que la ansiedad es consecuencia de un proceso condicionado donde los sujetos que lo presentan no aprendieron a asociar de manera correcta estímulos neutros con acontecimientos traumáticos o amenazantes. Entonces cada vez que estén frente a esos estímulos tendrán el sentimiento de angustia y miedo (Hull, 1943).

La teoría cognitiva refiere que la ansiedad es el resultado de cogniciones patológicas donde el individuo mentaliza el acontecimiento que está por pasar y lo enfrenta con un comportamiento que ya lo tiene determinado en su mente. Lazarus (1976). Los enfoques cognitivistas explican la ansiedad a partir de los procesos mentales involucrados en la interpretación y procesamiento de la

información, donde los patrones de pensamiento disfuncionales, como las distorsiones cognitivas y los pensamientos automáticos negativos, juegan un papel crucial. Este enfoque destaca que la ansiedad se mantiene debido a la interpretación distorsionada de los eventos (Beck & Emery, 2005).

Las intervenciones terapéuticas basadas en este enfoque, como la terapia cognitivo-conductual, se centran en identificar y modificar estos patrones disfuncionales de pensamiento, promoviendo una reestructuración cognitiva que permite una interpretación más realista y adaptativa del entorno. Diversos estudios empíricos han demostrado la efectividad de estos enfoques en la reducción de los síntomas ansiosos y en la mejora del bienestar psicológico de los individuos (Hofmann et al., 2012).

Por otro lado, los enfoques socioculturales de la ansiedad examinan cómo los factores sociales y culturales influyen en la experiencia y expresión de la ansiedad, considerando aspectos como las influencias culturales, roles, expectativas sociales, apoyo social, desigualdades sociales, económicas y contexto histórico - político. En esta misma línea Kimayer y Ryder (2016), apoyan esta noción, mencionando que la ansiedad no solo es un problema individual, sino que también está influenciado por factores socioculturales y se enfocan en terapias sensibles y comunitarias que abordan la ansiedad de manera integral y contextualizada.

Ahora bien, la inteligencia emocional (IE) representa un componente esencial en el manejo de la ansiedad. Según Goleman, esta habilidad consiste en

reconocer, comprender y gestionar tanto las emociones propias como las ajenas. El autor resalta que el autoconocimiento, la autorregulación y la empatía son aspectos clave en este proceso, ya que permiten a las personas identificar lo que sienten, controlar sus reacciones emocionales y comprender con mayor claridad el punto de vista de los demás (Goleman, 1995).

La inteligencia emocional desempeña un papel importante en la prevención y manejo de la ansiedad, como lo evidencian diversos estudios científicos. Investigaciones como las de Julca (2021) han demostrado que una mayor IE se asocia con menores niveles de ansiedad en diferentes poblaciones. Estos hallazgos respaldan la idea de que la IE contribuye a una regulación emocional más efectiva, reduciendo la vulnerabilidad a la ansiedad. Además, programas de formación en IE han mostrado eficacia en la disminución de la ansiedad en adolescentes, reforzando la importancia de integrar el desarrollo de habilidades emocionales en intervenciones psicológicas y educativas. Por lo tanto, fortalecer la IE puede ser una estrategia clave en la prevención y tratamiento de la ansiedad.

No obstante, la psicología positiva ofrece enfoques para manejar la ansiedad, centrados en el fortalecimiento de los recursos internos y el bienestar emocional. Uno de los principales es el desarrollo de fortalezas personales, lo cual permite a las personas gestionar el estrés y la ansiedad de manera más eficaz. La gratitud también se destaca como una herramienta para reducir la ansiedad, ya que promueve un enfoque positivo de la vida. Además, el mindfulness ayuda a las personas a estar presentes y reducir la rumiación, lo que disminuye los niveles de ansiedad (Kabat-Zinn, 2003).

Así mismo la resiliencia juega un papel fundamental al permitir que los individuos se recuperen mejor de las adversidades. En este sentido, la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) ha mostrado ser útil para tratar la ansiedad al fomentar la aceptación de pensamientos difíciles y el compromiso con valores personales. En conjunto, estos enfoques contribuyen a la gestión de la ansiedad y al fomento de un bienestar general más sólido (Hayes et al., 2006).

Por otro lado, los tratamientos para la ansiedad se enfocan en restaurar el equilibrio neuroquímico y mejorar la función cerebral. Los medicamentos y terapias como el neurofeedback buscan reducir la ansiedad al influir en la actividad neuronal y promover una mayor estabilidad emocional. Al entender la ansiedad desde una perspectiva neurológica, se pueden desarrollar estrategias más efectivas para manejarla y mejorar la calidad de vida de quienes la padecen (Banerjee & Argáez, 2017).

Sin embargo, la ansiedad puede ser comprendida y tratada desde un enfoque neurológico, Davidson y Begley (2012) plantean que los patrones emocionales se originan a partir de una actividad cerebral específica, que está determinada por la interacción entre el sistema límbico, incluida la amígdala, y áreas corticales como la corteza prefrontal. En relación con la ansiedad, este enfoque neurocientífico destaca cómo un desequilibrio en la capacidad de la corteza prefrontal para regular las emociones puede llevar a respuestas exageradas ante situaciones que no son realmente amenazantes. Asimismo, se señala la importancia de neurotransmisores como la serotonina y el GABA, que

influyen en la regulación emocional y pueden ser factores que contribuyen a la aparición de la ansiedad (Davidson & Begley ,2012).

En el campo de las neurociencias cognitivas, uno de los desarrollos más recientes en el estudio de la ansiedad se centra en los neurocircuitos cerebrales. Las investigaciones han señalado que existen patrones de activación cerebral similares en distintos tipos de ansiedad, como una mayor reactividad de la amígdala, alteraciones en el circuito cortico-estriatal-talámico-cortical (CSTC) y disfunciones en la corteza insular que afectan la percepción interna del cuerpo y la autorregulación emocional. Estos descubrimientos indican que la ansiedad podría estar vinculada con fallos específicos en redes neuronales responsables de coordinar emociones, memoria y procesos de decisión (Paulus & Stein, 2010).

Además, se han investigado intervenciones terapéuticas innovadoras, como la estimulación cerebral no invasiva (NIBS), que incluye la estimulación transcraneal de corriente directa (TDCS) y la estimulación magnética transcraneal repetitiva (RTMS). Estas modalidades han mostrado resultados alentadores al influir en la actividad de las redes cerebrales asociadas con la ansiedad, presentándose como alternativas no farmacológicas para su manejo (Stein et al., 2020).

2.3. MARCO CONCEPTUAL

La presente investigación consta de la variable ansiedad. El termino ansiedad proviene del latín anxietas que consiste en un estado en donde la persona siente preocupación, miedo y no se siente segura ante alguna situación

difícil que lo interpreta como amenazante sin una causa definida. Es importante mencionar que la ansiedad es una reacción natural donde la persona siente inquietud e inseguridad pero que si se extiende por un tiempo prolongado se puede presentar un trastorno de ansiedad.

Spielberger, Gorsuch y Lushene (1982) el concepto de ansiedad estado – rasgo tiene dos componentes: ansiedad estado y ansiedad rasgo. La ansiedad estado es un estado emocional temporal donde la persona solo presenta este fenómeno por un tiempo y con una determinada intensidad el cual puede variar. Mientras que la ansiedad rasgo es un estado permanente de inseguridad por circunstancias que asume como peligrosas o que puede causarle daño, no siendo totalmente cierto.

Lazarus (1976) la ansiedad es un fenómeno que se presenta en las personas en condiciones normales, cumple una función fundamental ya que nos moviliza frente a situaciones que sentimos como amenazantes o preocupantes, de esa manera nos pone alerta para evitar el riesgo de neutralizarnos y poder afrontarlo adecuadamente.

Zigmond y Snaith (1983) refiere que la ansiedad está centrada en manifestaciones psíquicas como tensión, nerviosismo, preocupación, inquietud, nerviosismo y angustia. Beck (1985) menciona que la ansiedad es la percepción que tiene el sujeto de manera errónea y que esa percepción se basada en premisas falsas.

Kiriadou y Sutcliffe (1987) refiere que es una respuesta con efectos negativos que van acompañados de cambios fisiológicos potencialmente patógenos. Lang (2002) menciona que es una respuesta emocional que el individuo muestra o presenta ante situaciones que percibe como amenazas o peligros.

La ansiedad no tiene una etiología específica, pero según una investigación sobre las bases biológicas de este fenómeno muestra que ciertos trastornos de la ansiedad se deben a reacciones químicas que se generan tras los efectos de la ingesta de algunos medicamentos. También se le atribuyen algunos factores externos, por ejemplo, en relación a vivencias complejas recurrentes que experimenta un individuo que puede influir en la aparición del fenómeno. Navas y Vargas (2012).

CAPITULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. DISEÑO METODOLÓGICO

3.1.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación se describe con un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y de diseño no experimental. Para Hernández y Mendoza (2018) nos menciona que una investigación es cuantitativa cuando se relaciona con mediciones numéricas y refiere que una investigación es descriptiva cuando se detalla las características, propiedades o situaciones de la variable a estudiar. Una investigación es no experimental cuando solo se enfoca en observar los fenómenos que se presentan las cuales no son manipuladas de ninguna manera. Hernández y Mendoza (2018).

3.1.2. NIVEL DE INVESTIGACIÓN

La presenta investigación es descriptiva porque pretende explicar la variable en una población específica, con un enfoque cuantitativo donde se aplicó pruebas psicométricas, las cuales fueron analizadas por medio de frecuencias y porcentajes para así ser presentados a través de tablas de resultados, de diseño no experimental ya que la variable a investigar no será manipulada de ninguna manera y de corte transversal donde se recogió la información en un periodo corto de tiempo. Hernández y Mendoza (2018).

3.2. VARIABLES

Se desarrolló la variable ansiedad bajo la base teórica de Spielberger, Gorsuch y Lushene (1970) que definen la ansiedad con dos subescalas, la ansiedad estado como un estado emocional no permanente en el tiempo y la

ansiedad rasgo como una predisposición permanente de miedo ante cualquier evento. Para Spielberger, Gorsuch y Lushene (1970) la ansiedad – estado se define como un estado anímico temporal el cual puede variar y la ansiedad – rasgo es un estado permanente de inseguridad por circunstancias que asume como peligrosas.

3.3. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE TERMINOS

El instrumento que se utilizó para medir la variable ansiedad es el Inventario de Ansiedad Estado y Rasgo, la cual está constituida por dos subescalas o dimensiones; la ansiedad – estado y la ansiedad – rasgo mediante un enfoque cuantitativo ordinal.

El Inventario consta de 40 ítems que evalúa los niveles de ansiedad, cada subescala está compuesta por 20 ítems del tipo escala Likert que comprenden dos dimensiones Ansiedad – Estado y Ansiedad – Rasgo, e indicadores los cuales se dividen mediante factores. Factor I – Ansiedad estado afirmativo (nerviosismo, tensión, preocupación e intranquilidad), Factor II – Ansiedad estado negativo (activación positiva, animación, bienestar y satisfacción y confianza en sí mismo), Factor III – Ansiedad rasgo afirmativo (melancolía, desesperanza y sentimientos de incapacidad) y Factor IV – Ansiedad rasgo negativo (Estabilidad y ausencia de cambios de humor).

El Inventario presenta 4 opciones de respuesta por subescala, siendo la de ansiedad estado (No en lo absoluto, un poco, bastante y mucho). Mientras que la subescala ansiedad rasgo (casi nunca, algunas veces, frecuentemente y casi siempre). El instrumento consigna reactivos directos que puntúan de 1 a 4 y los reactivos inversos que puntúan de 4 a 1 por cada subescala. En la subescala

ansiedad estado los reactivos directos son: 3,4,6,7,9,12,13,14,17 y 18; los reactivos inversos son: 1,2,5,8,10,11,15,16,19 y 20. Asimismo en la subescala ansiedad rasgo los reactivos directos son: 22,23,24,25,28,29,31,32,34,35,37,38 y 40; los reactivos inversos son: 21,26,27,30,33,36 y 39.

Para medir la dimensión ansiedad estado se emplea 3 niveles, donde se considera nivel alto cuando el puntaje obtenido es mayor de 51 puntos, el nivel medio cuando el puntaje obtenido está entre los 35 y 50 puntos y el nivel bajo cuando el puntaje que se obtiene es menor de 34 puntos. En cambio, para medir la dimensión ansiedad rasgo se considera nivel alto cuando el puntaje obtenido es mayor de 53 puntos, el nivel medio cuando el puntaje obtenido está entre los 37 y 52 puntos y el nivel bajo cuando el puntaje que se obtiene es menor de 36 puntos.

3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA

POBLACIÓN

Para López (2004) la población se define como un grupo de sujetos que se necesita para poder lograr una investigación. El presente trabajo de investigación está conformado por una población de 4,611 estudiantes femeninas de nivel secundario del distrito de Barranco de Lima Metropolitana. Estadística de la Calidad Educativa – ESCALE (2021).

MUESTRA

La muestra se refiere a un subconjunto de la población que mediante una formula se obtendrá la cantidad requerida para realizar la investigación. López

(2004). Se utiliza la fórmula de población finita cuando se sabe el total de la población a estudiar. Aguilar-Barojas (2005).

Por ende, mediante la fórmula de población finita:

Donde:

N = Total de población

Z = 1.96 (95%)

p = 0.50 (50%)

q = 0.50 (50%)

e = 0.03 (5%)

$$n = \frac{Nz^2pq}{(N-1)e^2 + z^2pq}$$

Se obtiene un total de 354.69, aplicando el redondeo el tamaño de la muestra corresponde a 355 estudiantes de secundaria.

MUESTREO

En la presente investigación se utilizó la técnica del muestreo probabilístico, en el cual se podrá elegir a cualquier participante para el estudio. López (2005).

TABLA 1.

Distribución de la muestra en función a edad

Edad	Frecuencia	Porcentaje
12-13	110	31.4
14-15	143	40.3
16-17	102	28.7
Total	355	100.0

En la TABLA 1, se presenta la información sociodemográfica en función a la edad en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Barranco. Se muestra que el 31.4% (110) de estudiantes tienen entre los 12 y 13 años, el 40.3% (143) de estudiantes tienen entre 14 y 15 años y el 28.7% (102) de estudiantes tienen entre 16 y 17 años.

TABLA 2.

Distribución de la muestra en función al sexo

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Mujer	355	100.0

En la TABLA 2, se presenta la información sociodemográfica en función al sexo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Barranco. Se muestra que el 100% (355) de las personas evaluadas son mujeres, siendo el único sexo evaluado.

TABLA 3.

Distribución de la muestra en función a grado que cursa

Grado que cursa	Frecuencia	Porcentaje
1ro Secundaria	74	20.8
2do Secundaria	80	22.5
3ro Secundaria	54	15.2
4to Secundaria	92	25.9
5to Secundaria	55	15.5
Total	355	100.0

En la TABLA 3, se presenta la información sociodemográfica en función al grado que cursan los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Barranco. Se muestra que el 20.8% (74) de las personas evaluadas cursan el 1ro grado de secundaria, el 22.5% (80) cursan el 2do grado de secundaria, el 15.2% (54) cursan el 3ro grado de secundaria, el 25.9% (92) cursan el 4to grado de secundaria y el 15.5% (55) cursan el 5to grado de secundaria. Se observa que el 3ro y 5to de secundaria son los grados con menor muestra en la investigación.

3.5. CRITERIOS DE SELECCIÓN

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

El estudio considera como criterios de inclusión a estudiantes de 1ro a 5to grado de nivel secundario de una Institución Educativa Pública del distrito de Barranco.

CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

El estudio considera como criterios de exclusión a estudiantes de nivel primario o personas adultas mayores de 18 años de edad.

3.6. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

En la presente investigación, se aplicó el Cuestionario de Ansiedad Estado – Rasgo (STAI). La prueba tiene como duración unos 15 minutos y puede ser aplicada en adolescentes y adultos. Esta prueba mide 2 variables de la ansiedad: la ansiedad estado y la ansiedad rasgo.

El cuestionario consta de 40 ítems que evalúa dos variables: Ansiedad Estado (AE) y Ansiedad Rasgo (AR). Cada subescala está compuesta por 20

ítems del tipo escala Likert de 4 puntos. Tiene dos subescalas: AE (nada, algo, bastante y mucho) y AR (casi nunca, a veces, a menudo, casi siempre).

Ficha técnica del instrumento

- ***Título original:*** State-trait Anxiety Inventory – STAI
- ***Autor:*** Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., y Lushene, R. E.
- ***Año de creación:*** 1982
- ***Adaptación al español:*** Spielberger, C.D. y Díaz-Guerrero R. (2002)
- ***Adaptación en el Perú:*** Domínguez Vergara, J. (2015)
- ***Consigna de aplicación:*** Para medir la ansiedad estado, el evaluado marcará con una equis la opción que mejor describa como se siente en el momento de la evaluación y para medir la ansiedad rasgo, marcará la opción que describa como se siente generalmente.
- ***Propiedades psicométricas originales del instrumento:***
El instrumento original presentó una validez convergente adecuada ($p < 0,05$), los rangos de sensibilidad fueron entre 0,78 y 0,80. Asimismo presentó un Alfa de Cronbach está entre 0.83 y 0.92 donde se evidencia una alta confiabilidad test retest ($r=.73$). Spielberger, Gorsuch y Lushene (1982).
- ***Propiedades psicométricas de la traducción al español:***
El instrumento presentó una confiabilidad test-retest de 0.73 a 0.86, con una consistencia interna adecuadas mediante el coeficiente alfa. Spielberger y Díaz-Guerrero (2002).
- ***Propiedades psicométricas de la adaptación del instrumento al Perú:***

El instrumento presenta una consistencia interna obtenida mediante el coeficiente alfa de Cronbach de 0.904 en la escala ansiedad – estado. De igual forma la escala ansiedad – rasgo obtuvo un 0.882 evidenciando una adecuada confiabilidad.

Con respecto a la validez del instrumento se evidencia una óptima correlación de ítem-test obteniendo correlaciones mayores de 0.2 en la escala ansiedad – estado y ansiedad – rasgo. Domínguez (2012)

- ***Propiedades psicométricas en muestras peruanas similares a las del estudio propuesto:***

Se encontró la adaptación del inventario ansiedad estado y rasgo en adultos de la ciudad de Trujillo, evidenciando una confiabilidad y validez adecuada para la aplicación del instrumento siendo sus índices de ajuste ($\chi^2/gl = 1.74$; RSMEA = .080 (IC 95% = .072 - .088); SRMR = .096; CFI = .988 y TLI = .987).

3.7. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

Los datos de la presente investigación se obtuvieron por medio de un formulario de Google Form que se realizó y fue enviado a la tutora de la presente Institución Educativa Pública del distrito de Barranco para ser reenviado a los padres de familia. De esta manera obtener las respuestas de las estudiantes de 1ro a 5to de secundaria de manera colectiva y de forma aleatoria.

3.8. ASPECTOS ÉTICOS

Para el presente trabajo de investigación es de suma importancia ejecutarlo bajo los principios básicos de la Bioética, donde encontramos en primer lugar al

principio de la autonomía que se refiere a la libertad de realizar una acción en voluntad propia. Martín (2013). Por ende, para la aplicación del instrumento es necesario contar con el consentimiento y asentimiento informado ya que se trabajará con una población menor de edad.

En segundo lugar, tenemos al principio de beneficencia el cual tiene como objetivo el bienestar de las personas donde el propósito de ejecutar la investigación sirva para mejorar la calidad de vida de esta. Martín (2013). Por lo tanto, esta investigación ayudará tanto a los estudiantes y a los docentes a conocer el nivel de ansiedad que presentan y elaborar estrategias de afronte.

En tercer lugar, se encuentra el principio de no maleficencia, el cual se enfoca a no dañar de ninguna manera al realizar una investigación. Martín (2013). Por consiguiente, se explicará que los datos personales de las personas que participen en el estudio serán confidenciales, solo el investigador del estudio tendrá acceso a estos para posibles contactos en el futuro si fuera necesario.

En cuarto y último lugar tenemos al principio de justicia que consiste en no discriminar a una persona en absoluto, donde la persona sienta que es tratada con igualdad. Martín (2013). Por esta razón no se considerará algún criterio de exclusión para los estudiantes al momento de aplicar la prueba en la investigación. Es importante mencionar que la investigación será previamente derivada al Comité de Ética de la Universidad Privada San Juan Bautista (UPSJB) ya que es indispensable contar con su debida aprobación antes de ejecutar cualquier proyecto.

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

4.1. RESULTADOS

TABLA 4.

Niveles de ansiedad según la dimensión ansiedad estado en estudiantes de secundaria de una Institución Pública de Barranco.

Ansiedad Estado	Frecuencia	Porcentaje
ALTO	142	40.0
MEDIO	157	44.2
BAJO	56	15.8
Total	355	100.0

En la TABLA 4, se muestra los niveles de ansiedad estado en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Barranco, donde se obtuvo un 40% (142) con un nivel alto, un 44.2% (157) con un nivel medio, y un 15.8% (56) con un nivel bajo. Se encontró que el 84.2% (299) de las personas evaluadas tienen un nivel de ansiedad estado entre medio y alto.

TABLA 5***Niveles de ansiedad estado según la edad de la muestra***

EDAD	ANSIEDAD ESTADO	Frecuencia	Porcentaje
12-13	ALTO	40	36.4
	MEDIO	47	42.7
	BAJO	23	20.9
	Total	110	100.0
14-15	ALTO	56	39.2
	MEDIO	61	42.7
	BAJO	26	18.2
	Total	143	100.0
16-17	ALTO	46	45.1
	MEDIO	49	48.0
	BAJO	7	6.9
	Total	102	100.0

En la TABLA 5, se muestra los niveles de ansiedad estado en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Barranco según la edad, donde los estudiantes entre los 12 y 13 años obtuvieron un 36.4% (40) con un nivel alto de ansiedad estado, un 42.7% (47) con un nivel medio y un 20.9% (23) con un nivel bajo; entre los 14 y 15 años de edad obtuvieron un 39.2% (56) con un nivel alto, un 42.7% (61) con un nivel medio y un 18.2% (26) con un nivel bajo y entre los 16 y 17 años de edad obtuvieron un 45.1% (46) con un nivel alto, un 48% (49) con un nivel medio y un 6.9% (7) con un nivel bajo. Se observó que en todas las edades tienen un nivel medio de ansiedad estado.

Tabla 6***Niveles de ansiedad estado según el grado que cursa la muestra***

Grado que cursan	Ansiedad Estado	Frecuencia	Porcentaje
1ro Secundaria	ALTO	28	37.8
	MEDIO	31	41.9
	BAJO	15	20.3
	Total	74	100.0
2do Secundaria	ALTO	22	27.5
	MEDIO	32	40.0
	BAJO	26	32.5
	Total	80	100.0
3ro Secundaria	ALTO	25	46.3
	MEDIO	25	46.3
	BAJO	4	7.4
	Total	54	100.0
4to Secundaria	ALTO	42	45.7
	MEDIO	44	47.8
	BAJO	6	6.5
	Total	92	100.0
5to Secundaria	ALTO	25	45.5
	MEDIO	25	45.5
	BAJO	5	9.1
	Total	55	100.0

En la TABLA 6, se muestra los niveles de ansiedad estado en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Barranco según el grado que cursan, donde los estudiantes de 1ro de secundaria obtuvieron un 37.8% (28) un nivel alto de ansiedad estado, un 41.9% (31) con un nivel medio y un 20.3% (15) con un nivel bajo; de 2do de secundaria obtuvieron un 27.5% (22) un nivel alto de ansiedad estado, un 40% (32) con un nivel medio y un 32.5% (26) con un nivel bajo; de 3ro de secundaria obtuvieron un 46.3% (25) un nivel alto de ansiedad estado, un 46.3% (25) con un nivel medio y un 7.4% (4) con un nivel bajo; de 4to de secundaria obtuvieron un 45.7% (42) un nivel alto de ansiedad estado, un 47.8% (44) con un nivel medio y un 6.5% (6) con un nivel bajo y de 5to de secundaria obtuvieron un 45.5% (25) un nivel alto de ansiedad estado, un 45.5% (25) con un nivel medio y un 9.1% (5) con un nivel bajo. Se observó que todos los grados tienen un nivel medio de ansiedad estado.

TABLA 7

Niveles de ansiedad según la dimensión ansiedad rasgo en estudiantes de secundaria de una Institución Pública de Barranco.

Ansiedad Rasgo	Frecuencia	Porcentaje
ALTO	159	44.8
MEDIO	152	42.8
BAJO	44	12.4
Total	355	100.0

En la tabla 7, se muestra los niveles de ansiedad rasgo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Barranco, donde se obtuvo un

44.8% (159) con un nivel alto, un 42.8% (152) con un nivel medio, y un 12.4% (44) con un nivel bajo. Se encontró que el 87.6% (311) de las personas evaluadas tienen un nivel de ansiedad rasgo entre medio y alto.

TABLA 8

Niveles de ansiedad rasgo según la edad de la muestra

Edad	Ansiedad Rasgo	Frecuencia	Porcentaje
12-13	ALTO	56	50.9
	MEDIO	35	31.8
	BAJO	19	17.3
	Total	110	100.0
14-15	ALTO	57	39.9
	MEDIO	68	47.6
	BAJO	18	12.6
	Total	143	100.0
16-17	ALTO	46	45.1
	MEDIO	49	48.0
	BAJO	7	6.9
	Total	102	100.0

En la TABLA 8, se muestra los niveles de ansiedad rasgo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Barranco según la edad, donde los estudiantes entre los 12 y 13 años obtuvieron un 50.9% (56) con un nivel alto de ansiedad estado, un 31.8% (35) con un nivel medio y un 17.3% (19) con un nivel bajo; entre los 14 y 15 años de edad obtuvieron un 39.9% (57) con

un nivel alto, un 47.6% (68) con un nivel medio y un 12.6% (18) con un nivel bajo y entre los 16 y 17 años de edad obtuvieron un 45.1% (46) con un nivel alto, un 48% (49) con un nivel medio y un 6.9% (7) con un nivel bajo. Se observó que los estudiantes entre los 14 y 17 años tienen un nivel medio de ansiedad rasgo. Sin embargo, los estudiantes entre los 12 y 13 años tienen un nivel alto de ansiedad rasgo. Por ende, se evidencia que en todas las edades tienen un nivel de ansiedad rasgo entre medio y alto.

TABLA 9***Niveles de ansiedad rasgo según el grado que cursa la muestra***

Grado que cursan	Ansiedad Rasgo	Frecuencia	Porcentaje
1ro Secundaria	ALTO	37	50.0
	MEDIO	26	35.1
	BAJO	11	14.9
	Total	74	100.0
2do Secundaria	ALTO	33	41.3
	MEDIO	31	38.8
	BAJO	16	20.0
	Total	80	100.0
3ro Secundaria	ALTO	24	44.4
	MEDIO	26	48.1
	BAJO	4	7.4
	Total	54	100.0
4to Secundaria	ALTO	40	43.5
	MEDIO	46	50.0
	BAJO	6	6.5
	Total	92	100.0
5to Secundaria	ALTO	25	45.5
	MEDIO	23	41.8
	BAJO	7	12.7
	Total	55	100.0

En la TABLA 9, se muestra los niveles de ansiedad rasgo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Barranco según el grado que cursan, donde los estudiantes de 1ro de secundaria obtuvieron un 50% (37) un nivel alto de ansiedad estado, un 35.1% (26) con un nivel medio y un 14.9% (11) con un nivel bajo; de 2do de secundaria obtuvieron un 41.3% (33) un nivel alto de ansiedad estado, un 38.8% (31) con un nivel medio y un 20% (16) con un nivel bajo; de 3ro de secundaria obtuvieron un 44.4% (24) un nivel alto de ansiedad estado, un 48.1% (26) con un nivel medio y un 7.4% (4) con un nivel bajo; de 4to de secundaria obtuvieron un 43.5% (40) un nivel alto de ansiedad estado, un 50% (46) con un nivel medio y un 6.5% (6) con un nivel bajo y de 5to de secundaria obtuvieron un 45.5% (25) un nivel alto de ansiedad estado, un 41.8% (23) con un nivel medio y un 12.7% (7) con un nivel bajo. Se observó que en el 1er, 2do, 4to y 5to grado de nivel secundario tienen un nivel de ansiedad rasgo alto. Sin embargo, el 3ro de secundaria tiene un nivel medio de ansiedad rasgo. Por ende, se evidencia que existe un nivel medio y alto de ansiedad rasgo en todos los grados.

CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. DISCUSIÓN

La presente investigación se describe con un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y de diseño no experimental que tuvo como objetivo general determinar el nivel de ansiedad estado y rasgo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública del distrito de Barranco del año 2022. Según Spielberger, Gorsuch y Lushene (1982) define la ansiedad estado como un estado emocional temporal, es decir que la persona solo presenta este fenómeno por un tiempo y con una determinada intensidad el cual puede variar y la ansiedad rasgo como un estado permanente de inseguridad por circunstancias que asume como peligrosas o que puede causarle daño, no siendo totalmente cierto.

En relación con los resultados obtenidos en 355 estudiantes de secundaria, se ha podido detectar que 299 estudiantes (84.2%), presentan un nivel de ansiedad estado entre medio y alto. Esto quiere decir que los estudiantes pueden estar manifestando síntomas transitorios como preocupación, angustia e inseguridad ante algún acontecimiento que se les presente. Entre ellos, puede ser la calificación que obtendrá en un examen o el exponer frente a sus compañeras de clase. Por otro lado, se obtuvo que 311 estudiantes (87.6%), es decir la gran mayoría de los estudiantes de secundaria presentan un nivel de ansiedad rasgo entre medio y alto. Demostrando que, los estudiantes experimentan con mayor frecuencia un conjunto de síntomas siendo el más relevante el miedo ante diversas situaciones que lo perciben como peligrosas y amenazantes, ya sea frente a un contexto personal, familiar, social o político. Es importante identificar la diferencia entre ambas dimensiones, mientras que la ansiedad estado se va a

presentar en ciertos episodios de manera temporal, la ansiedad rasgo se va a presentar de forma permanente frente a cualquier estímulo que se considere alarmante.

En consecuencia, las alumnas de 1ro a 5to de secundaria presentan niveles significativos de la dimensión ansiedad rasgo frente a la dimensión ansiedad estado de manera prolongada en el tiempo. De esta manera la investigación corrobora la teoría de ansiedad estado – rasgo de Spielberger, Gorsuch y Lushene (1982) que nos explica que la ansiedad es una secuencia de sucesos cognitivos, afectivos y conductuales ante un estímulo. La ansiedad se puede diferenciar en una ansiedad estado y en ansiedad rasgo. La ansiedad estado se describe por sentimientos de tensión, nerviosismo, preocupación e intranquilidad que produce la activación del sistema nervioso autónomo de forma inmediata ante el estímulo y que dependiendo de las estrategias cognitivas aprendidas pueden disminuir. Por ende, si una persona está involucrada en una situación que le produce estrés buscará la manera de afrontarlo. En cambio, las personas que presentan ansiedad rasgo presentan sentimientos de melancolía, desesperanza y sentimientos de incapacidad para afrontar el estímulo considerándolo como amenazante y peligroso de forma permanente. Es importante mencionar que la ansiedad se va a generar dependiendo de la valoración que le de la persona a un suceso determinado, si el estímulo no es amenazante no habrá una respuesta ansiosa, por el contrario, si resulta peligroso se dará inicio a una reacción de ansiedad.

En relación con los resultados obtenidos en función al grado académico se ha podido detectar que todos los grados tienen un nivel entre medio y alto de ansiedad estado. Sin embargo el 1er, 2do y 5to grado de nivel secundario tienen un nivel alto de ansiedad rasgo. Respecto a los resultados obtenidos en función a

la edad se ha podido detectar que los estudiantes entre los 14 y 17 años tienen un nivel medio tanto de ansiedad rasgo como ansiedad estado. Sin embargo, los estudiantes entre los 12 y 13 años tienen un nivel alto de ansiedad rasgo. Esto manifiesta que la transición y adaptación de un nivel primario a un nivel secundario y de una educación básica a una educación universitaria genera en los estudiantes jóvenes un nivel alto de ansiedad rasgo, debido a que se presenta con mayor intensidad el miedo y la incapacidad de afrontar ante diversas situaciones que son desconocidas. Spielberger, Gorsuch y Lushene (1982).

La presente investigación permite analizar que la ansiedad estado en los adolescentes se presenta por pensamientos negativos y distorsionados ante la excesiva sobreestimulación del pensamiento sobre lo que puede suceder en el futuro y su capacidad de poder resolver las situaciones que se presenten. Además, la adolescencia es la etapa donde se presentan cambios físicos, emocionales y psicológicos donde se enfrentan con sus propios conflictos internos. Sin embargo, los resultados obtenidos de la presente investigación evidencia niveles altos de ansiedad rasgo en los adolescente, donde muestra la incapacidad persistente que tienen para poder encontrar posibles soluciones a los acontecimientos que se presentan generando un temor constante en cada etapa de su vida. Es importante la promoción, prevención e intervención oportuna y óptima de la misma para evitar que desencadene en posibles trastornos mentales y de personalidad.

Asimismo, los resultados de la presente investigación coinciden con los resultados de Chávarry, Jiménez, Molina, Estrada y Salazar (2018) donde se encontró que, el 77.2% de estudiantes peruanos tienen un nivel de ansiedad estado y el 80.4% tienen un nivel de ansiedad rasgo, mientras el 84.2% de

estudiantes colombianos tienen un nivel de ansiedad estado y el 80.5% tienen un nivel de ansiedad rasgo. Del mismo modo, coincide con lo obtenido por Valdez, Becerra, Melgarejo y Huarancca (2019) donde evidenciaron que, de 324 estudiantes adolescentes, el 96.9% presentaron un nivel entre medio y alto de ansiedad estado y el 74% presentaron un nivel entre medio y alto de ansiedad rasgo. Igualmente, García y García (2020) encontró que, el 70.75% de adolescentes tienen un nivel entre medio y alto de ansiedad estado y el 70.28% tienen un nivel de ansiedad entre medio y alto de ansiedad rasgo. Sin embargo, entre el funcionamiento familiar y la ansiedad estado – rasgo existe una relación negativa entre las variables. Al mismo tiempo, Arias, Cabrera y Herrero (2019) encontraron que, el 70.89% de los adolescentes con consumo de riesgo de alcoholismo tienen un nivel entre medio y alto de ansiedad estado y el 59.08% tienen un nivel entre medio y alto de ansiedad rasgo.

De acuerdo al primer y cuarto objetivo específico que proponen determinar los niveles de ansiedad estado y ansiedad rasgo según la edad en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del distrito de Barranco del año 2022. Se obtuvo como resultado que los estudiantes entre los 12 a 17 años de edad tienen un nivel medio de ansiedad estado y los estudiantes entre los 14 y 17 años tienen un nivel medio de ansiedad rasgo. Sin embargo, los estudiantes entre los 12 y 13 años tienen un nivel alto de ansiedad rasgo. Igualmente, los estudios de Pulido y Herrera (2019) obtuvieron como resultado que el 51.13% de estudiantes de nivel secundario que fluctúan entre 17 a 18 años tienen un nivel de ansiedad estado y rasgo alto frente a las otras edades. Del mismo modo la investigación de Trinidad y Varillas (2021) sobre la adición de redes sociales y la adicción a redes sociales demostró que, el 58.4% de estudiantes de nivel secundario de 12 a 18 años de

edad tienen un nivel entre medio y alto de ansiedad estado y el 87.4% tienen un nivel entre medio y alto de ansiedad rasgo. Por ende, se concluyó que las redes sociales inducen a presentar ansiedad estado – rasgo en los estudiantes. Estos resultados confirman lo planteado por Spielberger, Gorsuch y Lushene (1982) refiere que, la ansiedad rasgo se va a presentar si el sujeto es sometido con frecuencia a estímulos que le causa estrés, aumentando la percepción de un contexto que solo le trasmite tensión y preocupación.

Por otro lado, la investigación de Schmidt y Shoji (2018) sobre la relación entre ansiedad estado - rasgo y el rendimiento académico en adolescentes de 14 y 16 años demostró que, solo la ansiedad estado influye de manera significativa el rendimiento escolar. Por consiguiente, este resultado corrobora lo expuesto por Spielberger, Gorsuch y Lushene (1982) plantea que la ansiedad estado se presenta de forma instantánea ante una situación que le cause sentimientos como nerviosismo, tensión y preocupación que es modificable en el tiempo, manifestándose mediante la conducta.

Con respecto al segundo y tercer objetivo específico que proponen determinar los niveles de ansiedad estado y ansiedad rasgo según el grado que cursan los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del distrito de Barranco del año 2022. Se obtuvo como resultado que los estudiantes de 1ro a 5to de secundaria tienen un nivel medio de ansiedad estado. Mientras que, el 1er, 2do, 4to y 5to grado de nivel secundario tienen un nivel de ansiedad rasgo alto. Sin embargo, el 3ro de secundaria tiene un nivel medio de ansiedad rasgo. Por ende, se evidencia que existe un nivel medio y alto de ansiedad estado y rasgo en todos los grados. De manera similar, la investigación de Canchanya y Vásquez (2020) sobre la relación de ansiedad y los estilos de afrontamiento en estudiantes

de 1ro de secundaria se obtuvo que, el 75.8% de estudiantes tienen un nivel entre promedio y alto de ansiedad estado y el 69.2% tienen un nivel entre promedio y alto de ansiedad rasgo. Por medio de Rho de Spearman de 0.782 se evidenció una relación directa entre las variables. Igualmente, los estudios de Del Valle, Betegón y Irurtia (2019) sobre el efecto de usar estrategias cognitivas de regulación emocional sobre la ansiedad en adolescentes concluyó que las estrategias adaptativas reducen la ansiedad, Sin embargo, las estrategias desadaptativas aumentan la ansiedad. Estos resultados constatan lo explicado por Spielberger, Gorsuch y Lushene (1982) donde nos menciona que si el sujeto presenta niveles altos de una ansiedad estado puede dar inicio a un proceso defensivo para disminuir ese estado, los mecanismos de defensa se activan pero que depende de la valoración que el sujeto le proporcione a esa situación se logre modificar la conducta y genere la reducción de la ansiedad estado o por el contrario se convierta en un estado permanente donde el sujeto sienta inseguridad y perciba un contexto amenazante.

5.2. CONCLUSIONES

PRIMERO: En relación con los niveles de ansiedad según la dimensión ansiedad estado en estudiantes de secundaria de una Institución Pública de Barranco del año 2022, se encontró que el 84.2% de las estudiantes tienen un nivel de ansiedad estado entre medio y alto.

SEGUNDO: Con respecto a los niveles de ansiedad estado según la edad en estudiantes de secundaria de una Institución Pública de Barranco del año 2022. Se observó que en todas las edades tienen un nivel medio de ansiedad estado.

TERCERO: En cuanto a los niveles de ansiedad estado según el grado que cursan las estudiantes de secundaria de una Institución Pública de Barranco del año 2022. Se observó que todos los grados tienen un nivel medio de ansiedad estado.

CUARTO: En relación con los niveles de ansiedad según la dimensión ansiedad rasgo en estudiantes de una Institución Educativa Pública del distrito de Barranco del año 2022. Se encontró que el 87.6% de las personas evaluadas tienen un nivel de ansiedad rasgo entre medio y alto.

QUINTO: Con respecto a los niveles de ansiedad rasgo según la edad en estudiantes de secundaria de una Institución Pública de Barranco del año 2022. Se observó que los estudiantes entre los 14 y 17 años tienen un nivel medio de ansiedad rasgo. Sin embargo, los estudiantes entre los 12 y 13 años tienen un nivel alto de ansiedad rasgo.

SEXTO: En cuanto a los niveles de ansiedad rasgo según el grado que cursan las estudiantes de secundaria de una Institución Pública de Barranco del año 2022. Se observó que en el 1er, 2do, 4to y 5to grado de nivel secundario tienen un nivel de ansiedad rasgo alto. Sin embargo, el 3ro de secundaria tiene un nivel medio de ansiedad rasgo.

SEPTIMO: En relación con los niveles de ansiedad rasgo y estado en las estudiantes de secundaria de una Institución Pública de Barranco del año 2022. Se encontró que el 40% de la muestra tiene ansiedad estado alto y el 44.8% tiene

ansiedad rasgo alto. Esto demuestra que las alumnas de 1ro a 5to de secundaria poseen un nivel estadísticamente significativo en ansiedad rasgo.

5.3. RECOMENDACIONES

PRIMERO: Ejecutar campañas de promoción, prevención e intervención en las Instituciones Educativas sobre la ansiedad, dando a conocer la definición de la ansiedad estado – rasgo, como afectan cada una de ellas y las consecuencias de las mismas en el ámbito escolar.

SEGUNDO: Capacitar a las psicólogas educativas sobre el manejo de crisis de ansiedad en adolescentes y así poder generar nuevos planes de intervención adecuados ante los posibles casos de cuadros de ansiedad en los estudiantes.

TERCERO: Capacitar a los tutores y docentes sobre la ansiedad, su definición, características, factores de riesgo y estrategias de intervención para que puedan identificar a tiempo si algún estudiante lo presenta.

CUARTO: Dar seguimiento a los estudiantes y derivación oportuna a los casos que presenten síntomas de un posible trastorno según la clasificación del CIE – 10 para evitar que eso implique un carácter de riesgo en la población escolar.

QUINTO: Realizar estudios a futuros investigadores sobre la ansiedad estado y rasgo en diversas Instituciones Educativas tanto públicas como privadas, con una población mixta para poder obtener amplios resultados sobre la variable.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar, S. (2005). *Fórmulas para el cálculo de la muestra en investigaciones de salud*. <https://www.redalyc.org/pdf/487/48711206.pdf>
- Banerjee, S., & Argáez, C. (2017). Neurofeedback and Biofeedback for Mood and Anxiety Disorders: A Review of the Clinical Evidence and Guidelines – An Update. Canadian Agency for Drugs and Technologies in Health. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK253820/>
- Barlow, D. (2002). *Anxiety, and its disorders: the nature and treatment of anxiety and panic*. 2nd ed. New York: Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/record/2001-05896-000>
- Batlle, S. (2008). Examen psicométrico: Valoración psicométrica de personalidad, estado de ánimo y ansiedad. Universidad Autónoma de Barcelona. España
- Bazán, L. (2021). *Adaptación, validez y fiabilidad del inventario ansiedad raso – estado para adultos de la ciudad de Trujillo*. Revista de Investigaciones en Psicología, 24(1), 101 – 116. <https://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v24i1.20614>
- Beck, A. T., & Emery, G. (2005). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. Basic Books.
- Céspedes, E. (2015). Propiedades psicométricas del inventario de ansiedad estado y ansiedad rasgo en niños y adolescentes de Lima Sur (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú, Lima.
- Chávarry, P., Jiménez, I., Molina, G., Estrada, C. y Salazar, E. (2020). *Ansiedad Estado y Rasgo en estudiantes de Biomédicas en Universidades de Perú y Colombia 2018. Estrategias preventivas desde el Modelo de la Marea*.

- Revista del cuerpo médico Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo, 13(1). <https://doi.org/10.35434/rcmhnaaa.2020.131.625>
- Child Mind Institute (10 de febrero de 2022). De qué manera la ansiedad afecta a los adolescentes. <https://childmind.org/es/articulo/de-que-manera-la-ansiedad-afecta-a-los-adolescentes/>
- Consejo General de la Psicología de España (30 de enero de 2019). *El 80% de niños y adolescentes con trastorno de ansiedad no recibe tratamiento.* https://www.infocop.es/view_article.asp?id=7689
- Del Valle, M., Betegón, E. y Irurtia, M. (2018). Efecto del uso de estrategias cognitivas de regulación emocional sobre la ansiedad en adolescentes españoles. *Revista Suma Psicológica*, 25(2), 153 – 161. <http://dx.doi.org/10.14349/sumapsi.2018.v25.n2.7>
- Davidson, R. J., & Begley, S. (2012). *The emotional life of your brain.*
- Domínguez, J. (2012). *Propiedades Psicométricas del inventario de ansiedad rasgo estado en estudiantes de secundaria del distrito de Florencia de Mora.* <https://revistas.ucv.edu.pe/index.php/jang/article/view/1900/1676>
- Estadística de la Calidad Educativa (2021). *Barranco: Matricula en el sistema educativo por tipo de gestión, área geográfica, según etapa, modalidad y nivel educativo, 2021.* http://escale.minedu.gob.pe/magnitudes-portlet/reporte/cuadro?anio=31&cuadro=557&forma=U&dpto=15&prov=1501&dist=150104&dre=&tipo_ambito=ambito-ubigeo
- Flores, E., Miranda, M. y Villasís, M. (2017). *El protocolo de investigación VI: Como elegir la prueba estadística adecuada.* Estadística Inferencial. *Revista Alergia México*, 64(3). <https://doi.org/10.29262/ram.v64i3.304>

- García, D. y García, C. (2020). *Funcionamiento Familiar y ansiedad estado – rasgo en adolescentes*. Red Iberoamericana de Innovación y conocimiento científico, 1(1), 19 – 26. <https://doi.org/10.46363/jnph.v1i1.3>
- Goleman, D. (1995). *La inteligencia emocional*. Editorial Kairós.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2006). *Acceptance and commitment therapy: An experiential approach to behavior change*. Guilford Press.
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las Rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Editorial Mc Graw Hill Education. <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>
- Hofmann, S. G., Asnaani, A., Vonk, I. J., Sawyer, A. T., & Fang, A. (2012). The Efficacy of Cognitive Behavioral Therapy: A Review of Meta-analyses. *Cognitive Therapy and Research*, 36(5), 427–440. <https://doi.org/10.1007/s10608-012-9476-1>
- Julca Sánchez, L. E. (2021). Eficacia del programa de inteligencia emocional para disminuir la ansiedad en adolescentes del nivel secundaria: Revisión sistemática. Universidad César Vallejo. Recuperado de <https://hdl.handle.net/20.500.12692/74341>
- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based stress reduction (MBSR) and the treatment of chronic pain: A perspective on the process of mindfulness and its impact on pain management. *Journal of Behavioral Medicine*, 26(6), 399-406.
- Kirmayer, L. J., & Ryder, A. G. (2016). Culture and psychopathology. In J. M. Halgin (Ed.), *Abnormal Psychology* (pp. 482–507). Oxford University Press.

López, P.L. (2004). *Población muestra y muestreo.*

http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-02762004000100012

Ministerio de Salud (14 de febrero de 2020). *Ministerio de Salud atendió mas de un millón 200 mil casos relacionados a salud mental durante 2019.*

<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/82187-ministerio-de-salud-atendio-mas-de-un-millon-200-mil-casos-relacionados-a-salud-mental-durante-2019>

Ministerio de Salud (30 de setiembre de 2021). Minsa: El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional. <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>

Martín, S. (2013). Aplicación de los principios éticos a la metodología de la investigación.

https://enfermeriaencardiologia.com/wp-content/uploads/58_59_02.pdf

Navas, W., Vargas, M. (2012). Trastornos de ansiedad: Revisión dirigida para atención primaria. Estados Unidos: Revista médica de Costa Rica y Centroamérica.

Organización Mundial de la Salud (13 de abril de 2016). *La inversión en el tratamiento de la depresión y la ansiedad tiene un rendimiento del 400%.*

<https://www.who.int/es/news/item/13-04-2016-investing-in-treatment-for-depression-and-anxiety-leads-to-fourfold-return>

Organización Mundial de la Salud (2017). *Salud mental. Día Mundial de la Salud*

Mental. https://www.who.int/mental_health/es/

Organización Mundial de la Salud (17 de noviembre 2021). *Salud mental del adolescente*.

<https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/adolescent-mental-health#:~:text=Se%20calcula%20que%20el%203,a%2019%20a%C3%B1os%20padecen%20depresi%C3%B3n.>

Organización Mundial de la Salud (28 de enero de 2019). *Perú: Realizando esfuerzos continuos para mejorar el acceso e incrementar los recursos en salud mental*.

<https://www.mhinnovation.net/blog/2019/jan/28/per%C3%BA-realizando-esfuerzos-continuos-para-mejorar-el-acceso-e-incrementar-los>

Paulus, M. P., & Stein, M. B. (2010). Interoception in anxiety and depression. *Brain Structure and Function*, 214(5–6), 451–463.

<https://doi.org/10.1007/s00429-010-0258-9>

Phelps, E. A. (2009). The neuroscience of emotion: A new synthesis.

Pulido, F. y Herrera, F. (2019). *Influencia de las variables sociodemográficas sobre la ansiedad y el rendimiento académico adolescente: el contexto pluricultural de Ceuta*. *Actualidades en Psicología*, 333(126), 1 – 16.

<https://doi.org/10.15517/ap.v33i126.32351>

Rosas, J., Villanueva, A., Pantani, F., Lozano, A. y Ticse, R. (2019). *Frecuencia de depresión y ansiedad no diagnosticadas en pacientes con diabetes mellitus tipo 2 que acuden a la consulta externa de un hospital general de Lima, Perú*. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 82(3).

<http://dx.doi.org/10.20453/rnp.v82i3.3569>

Schmidt, V. y Shoji, A. (2018). La ansiedad estado – rasgo y el rendimiento académico en adolescentes de 14 a 16 años. [Tesis de Licenciatura en

- Psicopedagogía, Universidad Católica Argentina]. Repositorio Institucional de la Universidad Católica Argentina.
<https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/558>
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1982). Manual STAI, Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo. Madrid: TEA Ediciones.
- Stein, D. J., Medeiros, L. F., Caumo, W., & Torres, I. L. S. (2020). Transcranial direct current stimulation in patients with anxiety: Current perspectives. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 16, 161–169.
<https://doi.org/10.2147/NDT.S195840>
- Trinidad, L. y Varillas, G. (2021). Adicción a redes sociales y ansiedad estado – rasgo en estudiantes de secundaria del colegio privado Nikola Tesla, Huacho 2021
- Valdez, A., Becerra, N., Melgarejo, B. y Huarancca, J. (2019). *Nivel de ansiedad en adolescentes de una institución preuniversitaria de Lima Norte*. *Health Care & Global Health*, 3(1), 12 – 6.
<http://revista.uch.edu.pe/index.php/hgh/article/view/31>
- Zigmond, C., y Snaith, R. (1983). *The Hospital Anxiety and Depression Scale*. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 67(6), 361-370.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/6880820/>

ANEXOS

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

ALUMNO: Malapi del Rio, Evelyn Ross

ASESOR: Dr. Barboza Zelada, Luis Alberto

LOCAL: Chorrillos

TEMA: Ansiedad estado y rasgo en estudiantes de secundaria de Institución Educativa Pública del distrito de Barranco del año 2022.

PROBLEMA	OBETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLE E INDICADORES
<p>General:PG: ¿Cuál es el nivel de ansiedad estado y rasgo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública del distrito de Barranco del año 2022?</p>	<p>General:OG: Determinar el nivel de ansiedad estado y rasgo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del distrito de Barranco del año 2022.</p> <p>Específicos:</p> <p>OE1: Determinar los niveles de ansiedad estado según la edad en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del distrito de Barranco del año 2022.</p> <p>OE2: Determinar los niveles de ansiedad estado según el grado que cursan los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del distrito de Barranco del año 2022.</p> <p>OE3: Determinar los niveles de ansiedad rasgo según la</p>	<p>General:HG: Existe un nivel alto de ansiedad estado y rasgo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública del distrito de Barranco del año 2022.</p>	<p>Variable 1: SUBESCALA ANSIEDAD ESTADO</p> <p>Indicadores:</p> <p>AFIRMATIVO: Nerviosismo Tensión. Preocupación Intranquilidad</p> <p>NEGATIVO: Activación positiva Animación Bienestar Satisfacción y confianza en sí mismo</p> <p>Variable 2:</p> <p>SUBESCALA ANSIEDAD RASGO</p> <p>Indicadores:</p> <p>AFIRMATIVO:</p>

	<p>edad en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del distrito de Barranco del año 2022.</p> <p>OE4: Determinar los niveles de ansiedad rasgo según el grado que cursan los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del distrito de Barranco del año 2022.</p>		<p>Melancolía Desesperanza Sentimientos de incapacidad</p> <p>NEGATIVO: Estabilidad Ausencia de cambios de humor</p>
--	--	--	---

DISEÑO METODOLÓGICO	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p>Nivel: Cuantitativo</p> <p>Tipo de Investigación</p> <p>Investigación descriptivo y de diseño no experimental</p>	<p>Población:</p> <p>Estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Pública del distrito de Barranco.</p> <p>N = 4,611</p> <p>Tamaño de muestra = 335</p> <p>Muestreo: No probabilístico</p>	<p>Técnica: Instrumentos:</p> <p>Se utilizará la adaptación del Inventario de Ansiedad Estado Rasgo por Julio Domínguez Vergara</p>



DR BARBOZA ZELADA LUIS ALBERTO
ASESOR



MALAPI DEL RIO EVELYN ROSS

ANEXO 2: OPERACIONALIZACION DE VARIABLE

ALUMNO: Malapi del Rio, Evelyn Ross

ASESOR: Dr. Barboza Zelada, Luis Alberto

LOCAL: Chorrillos

TEMA: Ansiedad estado y rasgo en estudiantes de secundaria de Institución Educativa Pública del distrito de Barranco del año 2022.

VARIABLE 1				
DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	NIVEL DE MEDICIÓN	INSTRUMENTO
Ansiedad – Estado	AFIRMATIVO: Nerviosismo Tensión. Preocupación Intranquilidad NEGATIVO: Activación positiva Animación Bienestar Satisfacción y confianza en sí mismo	Reactivos directos: 3,4,6,7,9,12,13,14,17 y 18	Ordinal Nivel Alto = (> 51) Nivel Medio = (35 - 50)	Inventario de Ansiedad Estado Rasgo
		Reactivos inversos: 1,2,5,8,10,11,15,16,19 y 20	Nivel Bajo = (< 34)	
Ansiedad - Rasgo	AFIRMATIVO: Melancolía Desesperanza Sentimientos de incapacidad NEGATIVO: Estabilidad Ausencia de cambios de humor	Reactivos directos: 22,23,24,25,28,29,31,32,34,35,37,38 y 40	Ordinal Nivel Alto = (> 53) Nivel Medio = (37 - 52)	
		Reactivos inversos: 21,26,27,30,33,36 y 39	Nivel Bajo = (< 36)	



DR BARBOZA ZELADA LUIS ALBERTO
ASESOR



MALAPI DEL RIO EVELYN ROSS

ANEXO 3: AUTORIZACIÓN DE INSTRUMENTOS

MENSAJE DIRIGIDO AL AUTOR DE LA ADAPTACIÓN PERUANA



Julio Domínguez Vergara
Disponible en versión móvil


Julio Domínguez Vergara · 1er
Psicólogo clínico | Investigador | Docente

11 AGO

Evelyn Ross M. del Río · 18:13

Buenas tardes Psic. Julio Domínguez
Le escribo para agradecerle el haber aceptado mi solicitud para formar una red en LinkedIn.
Mi nombre es Evelyn Ross Malapi del Río, soy bachiller de la carrera de psicología y estoy realizando un proyecto de tesis, por el cual me dirijo a usted para solicitar su autorización para hacer uso del instrumento "Inventario de ansiedad estado - rasgo" que fue adaptado en Perú por su persona.

MENSAJE DE RESPUESTA AUTORIZANDO EL USO DEL INSTRUMENTO



Julio Domínguez Vergara
Disponible en versión móvil

Quedaré a la espera de su respuesta
Muchas gracias.

Julio Domínguez Vergara · 18:40
Hola, Evelyn Ross
El artículo es de acceso abierto, se autoriza.

Evelyn Ross M. del Río · 18:42
Muchas gracias Psic. Julio Domínguez
Saludos

ANEXO 4: PROTOCOLOS DE LOS INSTRUMENTOS

INVENTARIO DE ANSIEDAD ESTADO Y RASGO

(Dominguez Vergara, Julio – 2012) - SXE

Instrucción: Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lee cada frase y marca con una equis (X) e indica *cómo te sientes ahora mismo, o sea, en este momento*. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

Nº	ÍTEM	No en lo Absoluto	Un poco	Bastante	Mucho
1	Me siento calmado (a)	1	2	3	4
2	Me siento seguro (a)	1	2	3	4
3	Me siento tenso (a)	1	2	3	4
4	Me siento desilusionado (a)	1	2	3	4
5	Estoy a gusto	1	2	3	4
6	Me siento alterado (a)	1	2	3	4
7	Estoy preocupado (a) actualmente por un posible contratiempo.	1	2	3	4
8	Me siento descansado (a)	1	2	3	4
9	Me siento angustiado (a)	1	2	3	4
10	Me siento cómodo (a)	1	2	3	4
11	Me siento con confianza en mí mismo (a)	1	2	3	4
12	Me siento nervioso (a)	1	2	3	4
13	Me siento agitado (a)	1	2	3	4
14	Me siento “a punto de estallar”	1	2	3	4
15	Me siento reposado (a)	1	2	3	4
16	Me siento satisfecho (a)	1	2	3	4
17	Estoy preocupado (a)	1	2	3	4
18	Me siento muy agitado (a) y confundido (a)	1	2	3	4
19	Me siento alegre	1	2	3	4
20	Me siento bien	1	2	3	4

INVENTARIO DE ANSIEDAD ESTADO Y RASGO

(Domínguez Vergara, Julio – 2012) - SXR

Instrucción: Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lee cada frase y marca con una equis (X) e indica *cómo te sientes generalmente, o sea, en este momento*. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

Nº	ÍTEM	Casi nunca	Algunas veces	Frecuentemente	Casi siempre
21	Me siento bien	1	2	3	4
22	Me canso rápidamente	1	2	3	4
23	Siento ganas de llorar	1	2	3	4
24	Quiero ser tan feliz como otros parecen serlo	1	2	3	4
25	Pierdo oportunidades por no decidirme rápidamente	1	2	3	4
26	Me siento descansado (a)	1	2	3	4
27	Soy una persona “tranquila, serena y sosegada”	1	2	3	4
28	Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas.	1	2	3	4
29	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.	1	2	3	4
30	Soy feliz.	1	2	3	4
31	Tomo las cosas muy a pecho.	1	2	3	4
32	Me falta confianza en mismo (a)	1	2	3	4
33	Me siento seguro (a)	1	2	3	4
34	Procuro evitar enfrentarme a la crisis y a las dificultades	1	2	3	4
35	Me siento melancólico (a)	1	2	3	4
36	Me siento satisfecho (a)	1	2	3	4
37	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan	1	2	3	4
38	Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza.	1	2	3	4
39	Soy una persona estable	1	2	3	4
40	Cuando pienso en mis preocupaciones actuales me pongo tenso (a) y alterado (a)	1	2	3	4

ANEXO 5: CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA SER PARTICIPANTE EN EL ESTUDIO

El propósito de este estudio es determinar el nivel de ansiedad estado y rasgo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del distrito de Barranco del año 2022. Todos los participantes completaran un cuestionario demográfico y se les realizaran 40 preguntas de instrumentos relacionados a la salud mental. Para este caso los participantes son menores de edad y por ello se requiere el Consentimiento del adulto responsable de la tutela del menor de edad. La participación en el estudio se dará en un solo momento y es VOLUNTARIA, nadie podrá obligarlo a participar si el menor no lo desea. Él también debe de saber que toda la información que nos brinde será guardada CONFIDENCIALMENTE, es decir, solo será conocida por las personas autorizadas que trabajan en este estudio y por nadie más.

Si usted acepta permitir la participación del menor en el estudio y registra su código en este consentimiento sucederá lo siguiente:

Para el propósito de esta investigación, todas las preguntas se le están realizando de manera presencial para que sea autoadministrada, es decir, el menor respondería las preguntas con solo leerlas. La encuesta tiene una duración aproximada de 15 minutos. Se tienen preguntas con datos demográficos sobre el menor, además de las preguntas del instrumento “Inventario de ansiedad estado y rasgo”. Sus respuestas serán registradas en una base electrónica provista por la plataforma Formulario Google, la que nos asegura la confidencialidad de sus datos. Participar en una investigación puede involucrar pérdida de la privacidad.

Si bien sus respuestas van a estar en la internet, estamos usando una plataforma segura para almacenar sus datos, los cuales son encriptados y solo los investigadores serán quienes conozcan la información y serán usado con fines de investigación científica. Le aseguramos que la información que proporcione se guardara con la mayor confidencialidad posibles. Su nombre no va a ser utilizado en ningún reporte o publicación que resulte de este estudio. Le solicitaremos pueda Ud. crear un código de participante. Su nombre y dirección, así como su número de teléfono o dirección de correo electrónico, en caso los proporcione, serian asegurados mediante uso de contraseñas para su acceso.

Algunas preguntas podrían causar incomodidad, pero puede no contestarlas y puede también interrumpir la encuesta en cualquier momento. Si permite al menor participar del estudio, ayudaría a la comunidad científica a conocer el estado de algunos aspectos de la salud mental en los estudiantes de nivel secundario especialmente relacionados a la ansiedad. La información que usted proporcione podría ayudarle a usted o a otras personas en la comunidad para conocer su nivel de ansiedad y otros aspectos de la salud mental conociendo tempranamente su estado. Además Ud. puede solicitar los resultados de algunos “test” que haya completado en la encuesta.

Este estudio podría ayudar en el futuro a diseñar mejores programas de diagnóstico, o mejorar el manejo temprano de la ansiedad y otros aspectos de la salud mental en estudiantes de nivel secundario.

Usted puede decidir no permitir la participación del menor en este estudio. No habrá una compensación económica por la participación en el estudio. La participación en este estudio en cualquiera de los test realizados no implica algún

costo para Ud. ni para el menor. Para este estudio, no realizaremos alguna colección de muestras biológicas. Sin embargo, le consultaremos si Ud. desea ser contactado para futuros estudios que si incluyan muestras biológicas para evaluar marcadores predisponentes relacionados a la salud mental. Obtener información de un estudio como este puede demorar años, ya que investigar es un proceso largo y complejo. Al final de este consentimiento se le preguntara si desea recibir información de los resultados del estudio (publicaciones y/o exposición global de resultados en eventos científicos).

Las únicas personas que sabrán de la participación son los integrantes del equipo de investigación. Su código de participante será guardado en un archivo electrónico con contraseña u encriptado. No se compartirá la información provista durante el estudio a nadie, sin su permiso por escrito, a menos que fuera necesario por motivos legales y bajo su conocimiento. En el caso de cualquier consulta relacionada al estudio y su participación, puede contactar al investigador principal del estudio que pertenece a la UPSJB, el estudiante Malapi del Río, Evelyn Ross al teléfono 941029444 en Lima, o por correo electrónico a eve_ross_31@hotmail.com.

Al permitir la participación del menor en este estudio, no estarán renunciando a ninguno de sus derechos. Si tienen preguntas sobre sus derechos como participantes en la investigación; puede contactarse con el Comité Institucional de Ética en Investigación (CIEI) de la UPSJB que se encarga de la protección de las personas en los estudios de investigación. Allí puede contactarse con el Mg. Antonio Flores, presidente del Comité Institucional de Ética de la Universidad Privada San Juan Bautista al teléfono (01) 2142500 anexo 147 o al correo ciei@upsjb.edu.pe, o acudir a la siguiente dirección: Vicerrectorado de

Investigación de la UPSJB, Campus UPSJB, Av. Juan Antonio Lavalle S/N (Ex hacienda Villa), Chorrillos, Lima.

Por favor, indique marcando y escribiendo sus iniciales abajo si desea recibir información general sobre el estudio. Es su responsabilidad hacer saber a los investigadores si su dirección y/o teléfono han sido cambiados. La forma de contactar a los investigadores está bajo el rubro “Contacto con los investigadores”

_____ Si quiero recibir información general sobre lo que se averiguo con el estudio.

_____ No quiero recibir ninguna información.

Nos gustaría invitarlo a participar de futuros estudios sobre la Salud Mental. Si está de acuerdo en que pueda ser contactado en el futuro, los investigadores de la Universidad Privada San Juan Bautista de Lima mantendrán un registro con su nombre, número de teléfono o dirección con la finalidad de contactarlo estudios futuros que podrían ser de su interés y para el cual sea elegible.

Al aceptar ser contactado por un estudio futuro, no estará obligado a participar en el mismo y puede solicitar que su nombre sea retirado de la lista en cualquier momento, sin que sus derechos a recibir cualquier servicio se vean afectados.

Por favor, escriba sus iniciales al lado de “Si” o “No”

_____ SI. Deseo ser contactado para futuros estudios de investigación en salud mental, aunque entiendo que este consentimiento no significa que participe en los mismos.

_____ NO. Por favor, no me contacten para futuros estudios de investigación.

Como evidencia de aceptar participar de la investigación se requiere que elabore un código personal que nos permitirá además mantener la confidencialidad. El código se elaborará considerando su fecha de nacimiento y sus iniciales.

Código del Participante

Fecha

ANEXO 6: ASENTIMIENTO INFORMADO

ASENTIMIENTO INFORMADO

Con el debido respeto me presento, mi nombre es Evelyn Ross Malapi del Río, egresada de la carrera de Psicología de la Universidad Privada San Juan Bautista. Actualmente, me encuentro realizando una investigación sobre la ansiedad en 194 estudiantes de nivel secundario. El propósito de este estudio es determinar el nivel de ansiedad estado y rasgo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del distrito de Barranco del año 2022 para ello se requiere su colaboración. El proceso consiste en la aplicación del Inventario de ansiedad estado y rasgo, el cual, cuenta con 40 preguntas con una duración aproximada de 15 minutos. Su participación en el estudio es totalmente VOLUNTARIA, es así que, no implica recompensas de ningún tipo y tampoco algún costo. Debe también saber que toda la información que brinde será guardada CONFIDENCIALMENTE, es decir, sólo será conocida por las personas autorizadas que trabajan en este estudio y por nadie más. En el caso de cualquier consulta relacionada al estudio y su participación, puede contactar al investigador principal del estudio que pertenece a la UPSJB, el estudiante Malapi del Río, Evelyn Ross al teléfono 941029444 en Lima, o por correo electrónico eve_ross_31@hotmail.com. Si tiene preguntas sobre sus derechos como participante en la investigación, puede contactarse con el Comité Institucional de Ética en Investigación (CIEI) de la UPSJB que se encarga de la protección de las personas en los estudios de investigación. Allí puede contactarse con el Mg. Antonio Flores, presidente del Comité Institucional de Ética de la Universidad Privada San Juan Bautista al teléfono (01) 2142500, anexo 147 o al correo ciei@upsjb.edu.pe, o acudir a la siguiente dirección: Vicerrectorado de Investigación de la UPSJB, Av. Juan

Antonio Lavalle S/N (Ex hacienda Villa), Chorrillos, Lima. Habiendo leído la información provista líneas arriba. Y, como evidencia de aceptar participar de la investigación se requiere que elabore un código personal que nos permitirá además mantener la confidencialidad. El código se elaborará considerando su fecha de nacimiento y sus iniciales.

Código del Participante

Fecha

ANEXO 7: EVIDENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

	Bibliografía	Tipo de documento
Referencias Bibliográficas últimos 7 años	Bazán, L. (2021). <i>Adaptación, validez y fiabilidad del inventario ansiedad raso – estado para adultos de la ciudad de Trujillo</i> . Revista de Investigaciones en Psicología, 24(1), 101 – 116. https://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v24i1.20614	Artículo
	Chávarry, P., Jiménez, I., Molina, G., Estrada, C. y Salazar, E. (2020). Ansiedad Estado y Rasgo en estudiantes de Biomédicas en Universidades de Perú y Colombia 2018. Estrategias preventivas desde el Modelo de la Marea. Revista del cuerpo médico Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo, 13(1). https://doi.org/10.35434/rcmhnaaa.2020.131.625	Tesis
	Child Mind Institute (10 de febrero de 2022). De qué manera la ansiedad afecta a los adolescentes. https://childmind.org/es/articulo/de-que-manera-la-ansiedad-afecta-a-los-adolescentes/	Artículo
	Consejo General de la Psicología de España (30 de enero de 2019). El 80% de niños y adolescentes con trastorno de ansiedad no recibe tratamiento. https://www.infocop.es/view_article.asp?id=7689	Artículo
	Del Valle, M., Betegón, E. y Irurtia, M. (2018). Efecto del uso de estrategias cognitivas de regulación emocional sobre la ansiedad en adolescentes españoles. Revista Suma Psicológica, 25(2), 153 – 161. http://dx.doi.org/10.14349/sumapsi.2018.v25.n2.7	Artículo
	Estadística de la Calidad Educativa (2021). Barranco: Matricula en el sistema educativo por tipo de gestión, área geográfica, según etapa, modalidad y nivel educativo, 2021.	Artículo

	http://escale.minedu.gob.pe/magnitudes-portlet/reporte/cuadro?anio=31&cuadro=557&forma=U&dpto=15&prov=1501&dist=150104&dre=&tipo_ambito=ambito-ubigeo	
	<p>García, D. y García, C. (2020). Funcionamiento Familiar y ansiedad estado – rasgo en adolescentes. Red Iberoamericana de Innovación y conocimiento científico, 1(1), 19 – 26. https://doi.org/10.46363/jnph.v1i1.3</p>	Artículo
	<p>Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación. Las Rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Editorial Mc Graw Hill Education. https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612</p>	Artículo
	<p>Julca Sánchez, L. E. (2021). Eficacia del programa de inteligencia emocional para disminuir la ansiedad en adolescentes del nivel secundaria: Revisión sistemática. Universidad César Vallejo. Recuperado de https://hdl.handle.net/20.500.12692/74341</p>	Tesis
	<p>Ministerio de Salud (14 de febrero de 2020). Ministerio de Salud atendió mas de un millón 200 mil casos relacionados a salud mental durante 2019. https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/82187-ministerio-de-salud-atendio-mas-de-un-millon-200-mil-casos-relacionados-a-salud-mental-durante-2019</p>	Artículo
	<p>Ministerio de Salud (30 de setiembre de 2021). Minsa: El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional. 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</p>	Artículo
	<p>Organización Mundial de la Salud (17 de noviembre 2021). Salud mental del adolescente. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health#:~:text=Se%20calcula%20que%20el%2</p>	Artículo

	03,a%2019%20a%C3%B1os%20padecen%20depresi%C3%B3n.	
	Organización Mundial de la Salud (28 de enero de 2019). Perú: Realizando esfuerzos continuos para mejorar el acceso e incrementar los recursos en salud mental. https://www.mhinnovation.net/blog/2019/jan/28/per%C3%BA-realizando-esfuerzos-continuos-para-mejorar-el-acceso-e-incrementar-los	Artículo
	Pulido, F. y Herrera, F. (2019). Influencia de las variables sociodemográficas sobre la ansiedad y el rendimiento académico adolescente: el contexto pluricultural de Ceuta. <i>Actualidades en Psicología</i> , 333(126), 1 – 16. https://doi.org/10.15517/ap.v33i126.32351	Artículo
	Rosas, J., Villanueva, A., Pantani, F., Lozano, A. y Ticse, R. (2019). Frecuencia de depresión y ansiedad no diagnosticadas en pacientes con diabetes mellitus tipo 2 que acuden a la consulta externa de un hospital general de Lima, Perú. <i>Revista de Neuro-Psiquiatría</i> , 82(3). http://dx.doi.org/10.20453/rnp.v82i3.3569	Artículo
	Schmidt, V. y Shoji, A. (2018). La ansiedad estado – rasgo y el rendimiento académico en adolescentes de 14 a 16 años. [Tesis de Licenciatura en Psicopedagogía, Universidad Católica Argentina]. Repositorio Institucional de la Universidad Católica Argentina. https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/558	Tesis
	Trinidad, L. y Varillas, G. (2021). Adicción a redes sociales y ansiedad estado – rasgo en estudiantes de secundaria del colegio privado Nikola Tesla, Huacho 2021	Artículo
	Valdez, A., Becerra, N., Melgarejo, B. y Huarancca, J. (2019). Nivel de ansiedad en adolescentes de una institución preuniversitaria de Lima Norte. <i>Health Care & Global Health</i> , 3(1), 12 – 6. http://revista.uch.edu.pe/index.php/hgh/article/view/31	Artículo

Referencias en Ingles	Banerjee, S., & Argáez, C. (2017). Neurofeedback and Biofeedback for Mood and Anxiety Disorders: A Review of the Clinical Evidence and Guidelines – An Update. Canadian Agency for Drugs and Technologies in Health. Recuperado de https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK253820/	Artículo
	Barlow, D. (2002). Anxiety, and its disorders: the nature and treatment of anxiety and panic. 2nd ed. New York: Guilford Press. https://psycnet.apa.org/record/2001-05896-000	Artículo
	Beck, A. T., & Emery, G. (2005). Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective. Basic Books.	Artículo
	Davidson, R. J., & Begley, S. (2012). The emotional life of your brain.	Artículo
	Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2006). Acceptance and commitment therapy: An experiential approach to behavior change. Guilford Press.	Artículo
	Hofmann, S. G., Asnaani, A., Vonk, I. J., Sawyer, A. T., & Fang, A. (2012). The Efficacy of Cognitive Behavioral Therapy: A Review of Meta-analyses. <i>Cognitive Therapy and Research</i> , 36(5), 427–440. https://doi.org/10.1007/s10608-012-9476-1	Artículo
	Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based stress reduction (MBSR) and the treatment of chronic pain: A perspective on the process of mindfulness and its impact on pain management. <i>Journal of Behavioral Medicine</i> , 26(6), 399-406	Artículo
	Kirmayer, L. J., & Ryder, A. G. (2016). Culture and psychopathology. In J. M. Halgin (Ed.), <i>Abnormal Psychology</i> (pp. 482–507). Oxford University Press.	Artículo
	Paulus, M. P., & Stein, M. B. (2010). Interoception in anxiety and depression. <i>Brain Structure and Function</i> , 214(5–6), 451–463. https://doi.org/10.1007/s00429-010-0258-9	Artículo

	Phelps, E. A. (2009). The neuroscience of emotion: A new synthesis.	Artículo
	Stein, D. J., Medeiros, L. F., Caumo, W., & Torres, I. L. S. (2020). Transcranial direct current stimulation in patients with anxiety: Current perspectives. <i>Neuropsychiatric Disease and Treatment</i> , 16, 161–169. https://doi.org/10.2147/NDT.S195840	Artículo
	Zigmond, C., y Snaith, R. (1983). The Hospital Anxiety and Depression Scale. <i>Acta Psychiatrica Scandinavica</i> , 67(6), 361-370. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/6880820/	Artículo
Otras citas	Aguilar, S. (2005). Fórmulas para el cálculo de la muestra en investigaciones de salud. https://www.redalyc.org/pdf/487/48711206.pdf	Artículo
	Battle, S. (2008). Examen psicométrico: Valoración psicométrica de personalidad, estado de ánimo y ansiedad. Universidad Autónoma de Barcelona. España	Tesis
	Céspedes, E. (2015). Propiedades psicométricas del inventario de ansiedad estado y ansiedad rasgo en niños y adolescentes de Lima Sur (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú, Lima.	Tesis
	Domínguez, J. (2012). Propiedades Psicométricas del inventario de ansiedad rasgo estado en estudiantes de secundaria del distrito de Florencia de Mora. https://revistas.ucv.edu.pe/index.php/jang/articloe/view/1900/1676	Artículo
	Flores, E., Miranda, M. y Villasís, M. (2017). El protocolo de investigación VI: Como elegir la prueba estadística adecuada. <i>Estadística Inferencial. Revista Alergia México</i> , 64(3). https://doi.org/10.29262/ram.v64i3.304	Artículo
	Goleman, D. (1995). <i>La inteligencia emocional</i> . Editorial Kairós.	Libro
	López, P.L. (2004). Población muestra y muestreo. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-02762004000100012	Artículo

	Martín, S. (2013). Aplicación de los principios éticos a la metodología de la investigación. https://enfermeriaencardiologia.com/wp-content/uploads/58_59_02.pdf	Artículo
	Navas, W., Vargas, M. (2012). Trastornos de ansiedad: Revisión dirigida para atención primaria. Estados Unidos: Revista médica de Costa Rica y Centroamérica.	Artículo
	Organización Mundial de la Salud (13 de abril de 2016). La inversión en el tratamiento de la depresión y la ansiedad tiene un rendimiento del 400%. https://www.who.int/es/news/item/13-04-2016-investing-in-treatment-for-depression-and-anxiety-leads-to-fourfold-return	Artículo
	Organización Mundial de la Salud (2017). Salud mental. Día Mundial de la Salud Mental. https://www.who.int/mental_health/es/	Artículo
	Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1982). Manual STAI, Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo. Madrid: TEA Ediciones.	Libro

Total de Referencias	Referencias de revistas indexadas		Referencias de textos Biblioteca UPSJB		Referencias en Ingles		Otras citas	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
42	18	42.86%	0	0%	12	28.57%	12	28.57%