

UCUENCA

Universidad de Cuenca

Facultad de Ciencias Médicas

Carrera de Enfermería

ANSIEDAD Y ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE AGRONOMÍA DE LA UNIVERSIDAD DE CUENCA, 2024-2025.

Trabajo de titulación previo a la
obtención del título de Licenciado
en Enfermería


Autores:

Nicole Pauleth Ordoñez Freire

Jenny Vanessa Quinatoa Toctaguano

Director:

María Fernanda Álvarez Heredia

ORCID:  0000-0002-5116-8298

Cuenca, Ecuador

2025-05-12

Resumen

Antecedentes: La ansiedad definida como un temor vago difuso, centrado en “expectación ansiosa”; el estrés académico se define como una reacción de activación fisiológica y conductual ante estímulos y eventos académicos. Estos problemas están presentes entre los estudiantes de Agronomía debido a la propia naturaleza y demanda de la carrera. **Objetivo:** Determinar nivel de ansiedad y estrés en estudiantes de la Carrera de Agronomía de la Universidad de Cuenca, 2024 – 2025. **Metodología:** El estudio es analítico transversal, los instrumentos aplicados fueron: Escala Hamilton e Inventario SISCO. Los datos recolectados fueron transcritos en el programa estadístico SPSS v 24 y Excel. Se utilizaron tablas de frecuencias y porcentajes para las variables cualitativas y cuantitativas categorizadas, así como medidas de tendencia central. **Resultados:** En total 213 estudiantes de la carrera de Agronomía participaron en esta investigación, el rango de edad prevalente fue menores de 20 años; 55,9 % mujeres; 97,7 % solteros; el 35,2 % pertenecen a primer ciclo. El nivel de ansiedad leve es el más frecuente 50,7 % y el 70,3 % presenta estrés moderado; mayores a 20 años presentan mayor ansiedad 50,7 %, mientras menores de 20 años presentan mayor estrés 50,9%; sexo femenino muestra mayor ansiedad 55,9 % y mayor estrés 57,4 %; primer semestre es donde predomina ansiedad 35,2 % y estrés 34,3%. **Conclusión:** Los resultados obtenidos en la presente investigación demuestran que los estudiantes de Agronomía de la Universidad de Cuenca, presentan nivel de ansiedad leve 50,7 % y estrés moderado 70,3 %.

Palabras clave del autor: ansiedad, estrés psicológico, estudiantes, agronomía



El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Cuenca ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por la propiedad intelectual y los derechos de autor.

Repositorio Institucional: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

Abstract

Background: Anxiety defined as a vague diffuse fear, centered on “anxious expectation”; academic stress is defined as a physiological and behavioral activation reaction to academic stimuli and events. These problems are present among Agronomy students due to the very nature and demand of the career. Objective: To determine the level of anxiety and stress in students of Agronomy at the University of Cuenca, 2024 - 2025. Methodology: The study is a transversal analytical study, the instruments applied were: Hamilton Scale and SISCO Inventory. The data collected were transcribed in the statistical program SPSS v 24 and Excel. Frequency tables and percentages were used for the categorized qualitative and quantitative variables, as well as measures of central tendency. Results: A total of 213 students of Agronomy participated in this research, the prevalent age range was under 20 years; 55.9% female; 97.7% single; 35.2% belonged to the first cycle. The level of mild anxiety is the most frequent 50.7 % and 70.3 % present moderate stress; older than 20 years present greater anxiety 50.7 %, while younger than 20 years present greater stress 50.9 %; female sex shows greater anxiety 55.9 % and greater stress 57.4 %; first semester is where anxiety 35.2 % and stress 34.3 % predominate. Conclusion: The results obtained in the present investigation show that the students of Agronomy of the University of Cuenca present a level of mild anxiety 50.7% and moderate stress 70.3%.

Author Keywords: anxiety, psychological stress, students, agronomy



The content of this work corresponds to the right of expression of the authors and does not compromise the institutional thinking of the University of Cuenca, nor does it release its responsibility before third parties. The authors assume responsibility for the intellectual property and copyrights.

Institutional Repository: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

Índice de contenido

Capítulo I	10
1.1. Introducción	10
1.2. Planteamiento del problema de investigación	11
1.3. Justificación	13
Capítulo II	15
2.1 Marco teórico.....	15
2.1.1 Ansiedad.....	15
2.1.1.1 Antecedentes de ansiedad en estudiantes universitarios.....	15
2.1.1.2 Signos y síntomas de la ansiedad	16
2.1.1.3 Diagnóstico.....	17
2.1.1.4 Tipos de ansiedad.	17
2.1.1.5 Factores que contribuyen a la ansiedad en estudiantes universitarios.....	18
- Efectos en la salud mental y física.	19
- Impacto en el rendimiento académico.....	21
- Impacto en la vida social y personal: Relaciones interpersonales y calidad de vida	22
2.1.1.7 Instrumento: Escala de Ansiedad de Hamilton.....	24
2.1.2 Estrés.....	25
2.1.2.1 Antecedentes de estrés en estudiantes universitarios	26
2.1.2.2 Signos y síntomas	27
2.1.2.3 Diagnóstico.....	28
2.1.2.4 Tipos de estrés	29
- Estrés agudo.....	29
- Estrés agudo episódico.....	29
- Estrés crónico.....	29
2.1.2.5 Afectaciones a nivel cognitivo por el estrés académico	30
2.1.2.6 Factores que contribuyen al Estrés en Estudiantes Universitarios.....	30
2.1.2.7 Impacto de la Ansiedad y el Estrés en los Estudiantes	31
- Efectos en la salud mental y física:	31
- Impacto en el rendimiento académico:.....	31
- Impacto en la vida social y personal:	32

2.1.2.8 Instrumento: Inventario Sistémico Cognoscitivista (SISCO SV-21).....	32
Capítulo III	34
3.1 Hipótesis.....	34
Capítulo IV	35
4.1 Objetivos de la investigación	35
4.1.1 Objetivo general	35
4.1.2 Objetivos Específicos	35
Capítulo V	36
5.1 Diseño metodológico	36
5.1.1 Tipo de estudio.....	36
5.1.2 Área de estudio	36
5.1.3 Universo o población de estudio	36
5.1.4 Criterios de inclusión y exclusión	36
5.1.5 Variables	37
5.1.6 Métodos, técnicas e instrumentos para la recolección de datos	37
5.1.7 Procedimiento	39
5.1.8 Plan de tabulación y análisis.....	39
5.1.9 Consideraciones bioéticas	40
5.1.10 Recursos materiales y humanos.....	41
Capítulo VI	43
6.1 Resultados.....	43
Tabla 3: Características sociodemográficas de los estudiantes de Agronomía.....	43
Tabla 4:Nivel de ansiedad, según escala de ansiedad de Hamilton	45
Tabla 5:Nivel de estrés, según el inventario Sistémico Cognoscitivista (SISCO SV-21) .	45
Tabla 6:Relación del nivel de ansiedad con variables sociodemográficas.	46
Tabla 7:Relación del nivel de estrés con variables sociodemográficas.	47
Capítulo VII	49
7.1 Discusión.....	49
Capítulo VIII	53
8.1 Conclusiones y recomendaciones	53
8.1.1 Conclusiones	53
8.1.2 Recomendaciones	53

UCUENCA

6

Referencias	55
Anexos.....	61

Índice de tablas

Tabla 1: Recursos humanos.....	41
Tabla 2: Recursos materiales	41
Tabla 3: Características sociodemográficas de los estudiantes de Agronomía.....	43
Tabla 4: Nivel de ansiedad, según escala de ansiedad de Hamilton.	45
Tabla 5: Nivel de estrés, según el inventario Sistémico Cognoscitivista (SISCO SV-21)	45
Tabla 6: Relación del nivel de ansiedad con variables sociodemográficas.	46
Tabla 7: Relación del nivel de estrés con variables sociodemográficas.....	47

Dedicatoria

Dedico esta tesis a mi familia materna, que ha sido mi pilar fundamental en este proceso, cada día lejos de casa, y cada sacrificio realizado, encuentran su sentido en este logro que comparto con ustedes. En especial a Paqui, por animarme constantemente a seguir mis sueños, su apoyo y aliento inagotable.

A mis ángeles en el cielo, cuya presencia intangible ha sido mi guía y fortaleza y me han dado la fuerza de querer seguir adelante.

A mis amigos, con quienes compartí risas, lágrimas y espacios de aprendizaje. Gracias por ser mi segunda familia y por hacer de esta etapa una de las más hermosas de mi vida. A mi mejor amigo y futuro colega Danilo, por su compañía, consejos y apoyo.

- *Nicole*

Con amor y gratitud sincera, dedico este trabajo de titulación y la totalidad de mi formación académica a dos seres excepcionales: mi madre y mi padre por su inquebrantable dedicación y apoyo han sido los pilares fundamentales que han sostenido varios de los logros que he alcanzado a lo largo de mi vida, por los innumerables sacrificios que han hecho para que pudiera alcanzar mis metas gracias a su amor incondicional.

A mi hija Inti y pareja Stalin, por ser mi soporte en momentos de debilidad, por su constante apoyo, por estar a mi lado en cada paso de este camino, su amor y compañía han sido fundamentales para llegar hasta aquí.

A mi hermana Domenica quien ha sido mi mayor motivación para cumplir mis metas y a pesar de la distancia, sus palabras de aliento en momentos difíciles me han dado fuerza para seguir adelante. Espero ser un ejemplo para ti y que veas en este logro la importancia de la educación.

A mi mejor amigo Santiago, por sus consejos y apoyo durante esta larga trayectoria. Este logro es gracias a ustedes

- *Vanessa*

Agradecimiento

Al concluir este trabajo, agradezco a Dios por darme la oportunidad de estudiar esta altruista carrera, a la Universidad de Cuenca, por brindarme los recursos académicos y el entorno necesario para alcanzar mis metas. De manera especial, a los y las docentes de la carrera de Enfermería, quienes compartieron su conocimiento y pasión por la profesión. Mi más sincero agradecimiento a la Lic. María Fernanda Álvarez por su paciencia, experiencia y apoyo en la realización de este trabajo.

A mi familia, agradezco de todo corazón su apoyo en cada etapa de mi formación académica; a mi prima Alisson quien fue mi compañera y apoyo más cercano.

- *Nicole*

Al ver el resultado logrado con este trabajo de grado, solamente se me ocurre una palabra: ¡Gracias! Primero que todo a Dios por prestarme vida y salud, por haberme acompañado y guiado a lo largo de mi formación como enfermera, por ser mi fortaleza en momentos de debilidad, por brindarme una vida de aprendizajes y hacer posible este sueño.

Agradezco a mis padres Jaqueline y Víctor, por todo su esfuerzo y apoyo en cada etapa de mi vida, así como su confianza en mí, sobre todo a mi mamá que siempre ha sido mi guía, consejera y darme ánimos para ser mejor persona y profesional, por apoyarme en mi etapa universitaria y este logro es para ustedes.

Gracias a mi pareja Stalin por apoyarme incondicionalmente, durante todo este proceso, porque con sus consejos y palabras de aliento hizo de mí una mejor persona y de una u otra forma me acompaña en todos mis sueños y metas.

Gracias hermanos Hugo y Cristian, quienes han sido importante en mi etapa universitaria y un ejemplo para mí al lograr la licenciatura en ciencias de la salud. Agradezco a la Universidad de Cuenca por la formación a lo largo de toda mi etapa universitaria, también a mis docentes por sus enseñanzas y sobre todo a mi asesora Lic. Fernanda Alvares que ha sido pieza clave para las asesorías de este trabajo.

- *Vanessa*

Capítulo I

1.1. Introducción

La ansiedad se presenta por una serie de combinaciones y manifestaciones psicofísicas que actúan como mecanismo de defensa ante una alerta de peligro, lo que desencadena sensaciones desagradables como: preocupación, irritabilidad o inquietud, se presentan ya sea en forma de crisis o como un estado incesante, afectando el desarrollo de los adolescentes y teniendo un impacto negativo tanto en el rendimiento académico como en el desempeño psicosocial. Por otra parte, la Organización Mundial de la Salud (OMS) define al estrés como un estado de incertidumbre con enfoque holístico entre lo físico, mental y emocional que al causar un desequilibrio entre estos componentes afecta negativamente la vida académica, lo cual origina consecuencias como depresión, alteraciones del sueño, deterioro en las relaciones familiares, académicas o sociales ^{1,2}.

Según Garay, Santos, Félix, Beltrán, y Jiménez ³, de acuerdo con la información reportada a nivel nacional el 44,4% de la población se preocupa fácilmente, lo que desencadena como principales causas del estrés y ansiedad sobre todo en los universitarios con la carga excesiva de tareas, planificación de exámenes y enfoques pedagógicos deficientes del profesorado. En cuanto a la ansiedad se ha reportado que el 68.5% de los estudiantes experimentan síntomas somáticos como consecuencia de estímulos externos o internos por eventos acontecidos ³.

En base a los supuestos, la necesidad de prevenir la morbilidad y discriminación en esta población vulnerable, es a través de intervenciones tempranas en la salud mental. Es por ello que, para garantizar su detección oportuna, esta iniciativa propone incluir de manera enunciativa a la Ley Orgánica de Salud Mental ante la ansiedad y estrés como trastornos mentales y del comportamiento por la alta presencia de estos padecimientos en grupos de todas las edades y por el significativo aumento que en los últimos años se ha registrado en la población ⁴.

Se debe impulsar a las organizaciones para que contribuyan de forma activa en la mejora de la salud mental, al bienestar y calidad de vida académica de los estudiantes, promoviendo su participación en diseños saludables como el lugar de estudio, y así obtener un mejor

desempeño académico .Es por ello que se debe fomentar a conocer más sobre el artículo 3 de la Ley Orgánica de Salud Mental como una medida para que las políticas públicas focalicen esfuerzos e incorporen acciones de prevención, promoción, tratamiento y rehabilitación en el estrés y los trastornos de ansiedad que afectan a un alto porcentaje de la población universitaria , disminuyendo la calidad de vida de quien los padece y que lamentablemente van en aumento ⁴.

Por lo mencionado se considera la necesidad de este estudio, para evidenciar en el contexto de la ciudadanía Cuencana, los niveles de ansiedad y estrés en los estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias Agropecuarias, específicamente de la carrera de agronomía, además, los niveles altos y constantes de ansiedad y estrés pueden ocasionar a los seres humanos otras complicaciones en el orden emocional, físico, psicológico, relacional, de rendimiento entre otros. De modo que se aportará un trabajo que permitirá diseñar intervenciones a futuro y beneficiará a los estudiantes universitarios, a los docentes y a la comunidad educativa en general.

1.2. Planteamiento del problema de investigación

Como bien lo menciona Fernández et al. ⁵, el estrés y la ansiedad forman parte de la problemática de salud mental más común y frecuente en la población en general, es la emoción más común y universal que experimenta el ser humano a lo largo de la vida. Es por esta razón, que estos trastornos psicológicos se convierten en una de las alteraciones mentales que día a día afectan a las personas en sus diferentes áreas de funcionamiento (familiar, personal, laboral, social y académica).

Según Jiménez et al. ⁶, a nivel mundial los trastornos mentales constituyen un serio problema de salud pública. Las tasas de prevalencia de estas alteraciones durante la vida entre ansiedad y estrés oscilan de entre 12.2% a 48.6%, además 14% de la carga de morbilidad en países de bajo y mediano ingreso, es atribuible a los padecimientos como depresión, estrés y ansiedad. Según la Organización Mundial de la Salud ⁷, el estrés hace referencia a un problema que afecta al 50% de la población a nivel mundial. La misma entidad informó, en el caso de la ansiedad, más de 260 millones de personas en el mundo la padecen, es decir, un 90% de los jóvenes experimentan trastornos de ansiedad y en la región de las

Américas 2.1% de quien la padece presenta altos niveles de discapacidad, al ser un estado emocional en el que se presentan cambios psicosomáticos que llegan a alterar la funcionalidad ⁸.

Por otra parte, según Pinargote et al. ⁹, manifiestan que los universitarios latinoamericanos tienen una prevalencia de estrés académico superior en mujeres que, en hombres, con niveles de estrés altos y medios, superiores al 30%. Mientras que en un estudio realizado en Perú se obtuvieron resultados en donde un 59,38% de estudiantes universitarios presentan un nivel de estrés moderado, dentro de esto el 61,90% fueron varones y el 58,67% fueron mujeres ¹⁰. Dentro de nuestro nivel nacional, se obtienen datos en diferentes ciudades, tales como estudios realizados en Ambato, Moposita Caisaguano ¹¹; expone que en la Universidad Técnica de Ambato el 36,3% de estudiantes de psicología clínica y enfermería reportaron tener niveles elevados de ansiedad. En lo que confiere a la ciudad de Cuenca; un estudio realizado en estudiantes de Enfermería de la Universidad de Cuenca muestra un nivel de ansiedad muy severa como la más frecuente entre los estudiantes participantes con 51,1%; y el 74,65% presenta estrés moderado ¹².

En este orden de ideas se plantea la problemática de este trabajo en cuanto a estudios acerca de la ansiedad y estrés en estudiantes según Garay, et al., ha sido un tema que ha ido alcanzando gran relevancia y notoriedad en los últimos años en las carreras relacionadas al área de la salud ³. Ahora bien, los estudiantes de Agronomía de la Universidad de Cuenca no se encuentran exentos de la problemática planteada, dado que es una de las poblaciones que se encuentra expuesta a diferentes situaciones de riesgos que afectan sus actividades, principalmente las relacionadas con las prácticas académicas, al manifestar reacciones fisiológicas y psicológicas que los afectan en sus entornos.

Por lo tanto, los resultados que se obtengan a partir de esta investigación podrán contribuir a llenar este vacío de conocimientos en la Universidad de Cuenca. Además, permitirá a la disciplina ampliar la visión para la investigación de variables relacionadas con la salud mental y evidenciar su impacto en el ambiente universitario, con ello establecer intervenciones que ayuden al manejo y control del estrés y ansiedad académico, así como la prevención de posibles enfermedades asociadas a estas condicionantes, por el impacto que tienen en la disminución del sistema inmunológico.

A raíz de esta problemática planteada, surge como pregunta de investigación:

¿Cuál es el nivel de ansiedad y estrés en estudiantes de la Carrera de Agronomía de la Universidad de Cuenca, 2024 – 2025?

1.3. Justificación

Es de gran importancia determinar la prevalencia de ansiedad y estrés en los universitarios ya que se ven expuestos a situaciones de tensión constante y se observado con mayor frecuencia este tipo de riesgos, además constituyen uno de los grupos de mayor interés para el estudio de la ansiedad y estrés, debido a las exigencias psicológicas, sociales y académicas, junto a los altos niveles de estrés que, en conjunto, conllevan a problemas de salud mental como trastornos depresivos, suicidio, abuso de alcohol y drogas, entre otros.

Con la presente investigación se busca identificar ansiedad y estrés en estudiantes de la carrera de Agronomía de la Universidad de Cuenca; los cuales enfrentan una combinación única de desafíos académicos, prácticos y laborales; esto con el propósito de generar próximas orientaciones y abordajes a estos factores, como organización, a través de la adopción de medidas de mejora que permitan fortalecer aquellos aspectos que pudiesen fomentar el bienestar y la salud, así como desarrollar acciones futuras para disminuir y controlar este tipo de riesgos.

Con este estudio se busca proporcionar información pertinente sobre el grado de estrés y ansiedad presente, lo cual permitirá a la institución obtener una comprensión completa de la situación actual. Esto es importante porque niveles reducidos de estrés y ansiedad pueden potenciar el desempeño de los estudiantes, promoviendo así una mayor persistencia en sus estudios y la consecución de metas a largo plazo. Además, es fundamental tener en cuenta que la calidad de los profesionales formados por la Universidad de Cuenca está directamente ligada al bienestar físico y mental de los estudiantes.

En este sentido, este estudio en base a las líneas de investigación del Ministerio de Salud Pública, pertenece al área 11 salud mental y trastornos del comportamiento, línea 3 depresión y distimia, sublínea impacto psicosocial. En lo que respecta a las líneas de investigación de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca, la investigación pertenece a la línea 9 Salud Mental. Además, llevar a cabo una investigación de tesis sobre la ansiedad y el estrés en los estudiantes de agronomía, con la obtención de resultados significativos, podría generar un importante impacto social. En primer lugar, permitiría poner de manifiesto la prevalencia de estos trastornos entre los estudiantes, lo que a su vez podría sensibilizar al

público en general. La investigación tiene el potencial de aumentar la comprensión y empatía tanto entre los propios compañeros de clase y profesores, como entre personas externas al grupo universitario hacia las experiencias y desafíos enfrentados por los estudiantes de agronomía.

Finalmente, el medio de difusión empleado para esta investigación será el Repositorio de la biblioteca de la Universidad de Cuenca.

Capítulo II

2.1 Marco teórico

La importancia de conocer algunos de los aspectos relacionados con la ansiedad, estrés, los estilos de afrontamiento y los diversos tipos de habilidades sociales de los estudiantes de la carrera de Agronomía, fundamenta la implementación de estrategias que permitan una mejora en la calidad de su formación académica. Este tema no suele ser tomado en cuenta en varias universidades, pero los diversos aspectos teóricos y hallazgos revelan la necesidad de tomar en cuenta la realidad en la que viven varios alumnos, desde la perspectiva de su salud mental.

2.1.1 Ansiedad

Para Sigmund Freud ¹³, “ la ansiedad es una fase emotiva desagradable en la que se experimentan sentimientos y pensamientos desagradables, además se presentan una serie de cambios fisiológicos que se activan ante una amenaza ”.

Este trastorno tiene diferentes niveles, esto en función de los efectos que presenta, se habla de ansiedad leve, cuando el individuo tiene tensiones del diario vivir , en la ansiedad moderada, sólo se centra en sentir intranquilidad ante situaciones que suceden de manera inmediata, ansiedad grave, sobre piensa acontecimientos específicos y el último nivel se denomina angustia, tiene un enfoque en expresar sentimientos de pavor, junto con un desgaste físico que puede llegar a ser fatal si no se toma las medidas necesarias a tiempo e incluso puede causar la muerte ¹⁴.

2.1.1.1 Antecedentes de ansiedad en estudiantes universitarios.

En el entorno universitario, un tema que cada vez tiene más protagonismo, es la presencia de ansiedad, dato que lo corroboran distintos estudios que se han realizado en dicha población estudiantil. La OMS ¹⁵ menciona que alrededor del 41,6% de los estudiantes sufren de ansiedad a nivel mundial, mientras que en América Latina el 32%, en Ecuador el 19,4% tiene niveles altos de síntomas de ansiedad que afecta la calidad de vida de la persona que lo padece. La OPS destaca que los adolescentes universitarios tienen una tasa de ansiedad más alta en comparación a la población general. Del mismo modo señala que las mujeres tienen una mayor tasa de ansiedad que los hombres entre los estudiantes universitarios ¹⁶.

Estudios relacionados:

Un estudio realizado por Supe Landa (2023) a 264 participantes en la Universidad Ambato - Ecuador, denominado “Ansiedad y calidad de vida en estudiantes universitarios” quienes fueron elegidos mediante un muestreo no probabilístico intencionado a conveniencia se pudo evidenciar como la ansiedad es un factor que incide de manera directa en la calidad de vida de los estudiantes universitarios. Con relación a la ansiedad, se determinó la prevalencia del nivel leve (43,6%), ansiedad moderada (21.2%), con el (28,4%) ansiedad grave y ausencia con el (6.8%). ¹⁷.

En diferentes universidades de Ecuador ha sido estudiada la variable ansiedad; así, por ejemplo, Vivar (2020) en la Universidad de Cuenca determinó que el 60% de la población evaluada experimentan niveles moderados y graves de ansiedad. Por otra parte, Moposita Caisaguano (2022) expone que en la Universidad Técnica de Ambato el 36,3% de estudiantes de psicología clínica y enfermería reportaron tener niveles elevados de ansiedad ¹⁸.

2.1.1.2 Signos y síntomas de la ansiedad

La ansiedad conlleva a padecer, algunos síntomas de entre ellos se encuentran:

- Intranquilidad o ansiedad constante
- Sobrepensar en los objetivos propuestos al igual que las soluciones.
- Intuir situaciones como amenazantes inexistentes
- Dificultad para manejar la incertidumbre
- Miedo a tomar resoluciones
- Impericia para calmarse
- Dificultad para concentrarse ¹⁹.

Mientras que los signos y síntomas físicos pueden ser los siguientes:

- Cansancio
- Insomnio
- Mialgia
- Agitación
- Nerviosismo
- Diaforesis
- Náuseas, diarrea o síndrome del intestino irritable
- Irritabilidad ¹⁹.

2.1.1.3 Diagnóstico

Para diagnosticar esta patología todos los estudios realizados sobre el tema antes mencionados, se evidencia la importancia en estos temas de salud mental, y el énfasis que debe hacerse en ellos, un diagnóstico temprano y tratamiento oportuno de quienes la padecen con un especialista en trastornos mentales como psicólogos o psiquiatras, podría marcar la diferencia e impedir que la ansiedad logre empeorar con el tiempo e interferir en la vida cotidiana y profesional de los individuos que la presenten.

El diagnóstico de la ansiedad se basa en la evaluación clínica por parte del especialista en Psiquiatría. Presenta síntomas y signos bastante característicos, lo que hace que no sea necesario, en muchos casos, realizar ninguna otra prueba diagnóstica.

1. Entrevista diagnóstica.
2. Pruebas de psicodiagnóstico ⁸.

2.1.1.4 Tipos de ansiedad.

Se definen cuatro niveles de ansiedad en función de sus efectos:

- **Ansiedad leve**, asociada a tensiones del diario vivir no perjudica el bienestar psicofísico este tipo de ansiedad puede propiciar el aprendizaje y la creatividad.
- **Ansiedad moderada**, en la cual se centra en sentir intranquilidad ante situaciones que suceden de manera inmediata .
- **Ansiedad grave**, el individuo piensa de manera excedida en ciertos acontecimientos específicos.
- **Angustia**, tiene un enfoque en expresar sentimientos de pavor, junto con un desgaste físico que puede llegar a ser fatal si no se toma las medidas necesarias a tiempo e incluso puede causar la muerte ³⁰.

Entre los tipos de ansiedad más comunes, la Clasificación Internacional de Enfermedades CIE 11 destaca los siguientes:

- Trastorno de ansiedad generalizada, que se caracteriza por una preocupación excesiva.
- Trastorno de pánico, cuando la persona padece ataques de pánico.
- Trastorno de ansiedad social, con miedo y preocupación excesiva en situaciones sociales.

- Trastorno de ansiedad de separación, que es el miedo excesivo o la ansiedad ante la separación de aquellos individuos con quienes la persona tiene un vínculo emocional profundo ^{2,60}.

2.1.1.5 Factores que contribuyen a la ansiedad en estudiantes universitarios.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la ansiedad es una patología cada vez más común entre los adolescentes. Puede producirse por diversos factores, incluyendo los hormonales, el estrés académico o los problemas sociales y familiares. Esta tendencia queda reflejada en el informe "El Estado Mundial de la Infancia 2021" ³².

Sin embargo, priorizando al alumnado universitario, al día de hoy varias investigaciones han estudiado la salud mental de esta población, en los cuales se puede extraer información valiosa acerca de los factores de riesgo asociados a la ansiedad. Así pues, en el estudio de Sheldon et al. (2021), se llevó a cabo un metaanálisis que recogía 66 estudios con 13790 participantes en total. Se pudo corroborar cómo había una gran variedad de factores de riesgo que afectan al bienestar mental de los estudiantes, concretamente se estudió su relación con la ansiedad y el estrés, dividiendo los factores de riesgo en siete grupos: fisiológicos, sociodemográficos, factores psicológicos, en respuesta al trauma, interpersonales, relacionados con el estilo de vida y académicos ³³.

Según Mofatteh y Sheldon et al., 2021, entre los factores fisiológicos y sociodemográficos surgen los principales trastornos de categoría ansiosa destacando el hecho de padecer una enfermedad o discapacidad física, identificarse con el sexo femenino y ser menor edad. También se asocian en esta categoría aquellos alumnos con problemas económicos, llevándolos a la idea de no saber si podrán continuar o culminar su preparación profesional debido a estas dificultades, lo que desencadena que los factores psicológicos jueguen un papel importante en este apartado. Además, el haber tenido antecedentes de salud mental previos a iniciar la universidad repercuten en una baja autoestima y una baja extroversión en la transición a la etapa universitaria.

Además, según Shelton et al., 2021, hay algunos factores vinculados con la experimentación del trauma que son significativos, como la vivencia de eventos estresantes, la separación

conyugal, el abandono de una de las figuras de la familia o un estilo de crianza basado en la coacción emocional.

Según Pablo Pons Rybakov, en 2022 menciona que las relaciones interpersonales, tienen una correlación en la categoría ansiosa por la ausencia de apoyo ya sea familiar o social. Del mismo modo la exclusión afecta a los estudiantes provocando zozobra por sufrir acoso y discriminación o tener un número limitado de actividades lo que conlleva a que los estudiantes se sientan excluidos³⁴.

En relación al estilo de vida del alumnado, el escaso descanso es un factor de riesgo para la ansiedad. Así como también lo es una deficiente actividad física semanal lo que provoca una ineficiente liberación de dopamina, una inadecuada alimentación y un uso excesivo de sustancias como el tabaco y el alcohol empeoran esta patología^{34,35}.

Finalmente, según Mofatteh, 2021, destaca algunos factores académicos de gran relevancia para el desarrollo de síntomas ansiosos reduciendo la eficacia en el aprendizaje y disminuyendo la atención. Ante lo mencionado primero que todo está el año académico, siendo el primero y el último año los que más ansiedad generan ya sea por la excesiva carga de trabajo, un insuficiente dominio de las asignaturas, el miedo, la ansiedad ante los exámenes y las expectativas erróneas acerca de la universidad.

2.1.1.6 Impacto de la ansiedad en los estudiantes

- Efectos en la salud mental y física.

La ansiedad se ha convertido en uno de los principales problemas de salud mental en la actualidad por la falta de higiene emocional. Según la OMS casi un 25% de los trastornos mentales y afectivos son debidos a la ansiedad. Es una constante lucha que cada día va creciendo en la sociedad actual es considerada un problema de salud mental que afecta su bienestar emocional, físico y social. Sin embargo, es preocupante que los adolescentes y jóvenes sean los más afectados por este trastorno, lo que sugiere que la ansiedad es un problema creciente en esta población vulnerable. Es importante destacar que la ansiedad se

convierte en un problema patológico sobre todo cuando la intensidad o frecuencia , lleva a la persona a perder su capacidad para adaptarse a las demandas de la vida diaria ³⁷.

En definitiva, la ansiedad puede tener un impacto negativo en el bienestar emocional de los estudiantes, causa preocupación constante por cosas que no puede controlar, se imagina escenarios catastróficos, además del miedo al fracaso que lleva a un estado de desasosiego emocional. En consecuencia, genera síntomas de irritabilidad, desmotivación, ciclotimia e insomnio, inquietud, agobio, la sensación de peligro, la inseguridad y la sensación de vacío. Además, es común experimentar sensaciones de extrañeza, así como miedo a perder la compostura, dudas, inseguridad y dificultad para tomar decisiones. Por último, la ansiedad también puede afectar las relaciones sociales y la autoestima de los estudiantes. Si no se trata adecuadamente, la ansiedad también puede llevar a trastornos de salud a largo plazo, como la depresión ^{36,37}.

También se pueden desencadenar otros tipos de trastornos menos comunes como la ansiedad generalizada, trastorno obsesivo-compulsivo, trastorno de pánico y fobias, lo que supone que los estudiantes puedan tener graves riesgos que afecten su vida social, académica, laboral y familiar. Cada uno de estos riesgos conlleva a la desconexión con la sociedad, el entorno y con nosotros mismos provocando adicciones, una de las consecuencias más comunes de los trastornos de ansiedad que puede acabar con nuestra vida ⁴¹.

Con lo anterior mencionado se puede analizar la importancia de la salud mental en todos los aspectos de la vida, pero con mayor énfasis en el ámbito educativo, esto debido a que la educación actual es más exigente, demandante y competitiva llevando al extremo de generar un desgaste mental en los estudiantes afectado de esta manera su integridad y salud psíquica. Y a medida que los alumnos siguen su proceso de transformación, sus vidas se vuelven más complejas, lo que en última instancia tiene un impacto significativo en su salud mental y bienestar las cuales deben tratarse de manera conjunta ³⁷.

Según Nafría (2019), los efectos físicos de la ansiedad comprenden una vasta variedad de percepciones somáticas y sensoriales que pueden ser muy diversas, desencadenando síntomas que a menudo incluyen latidos cardíacos rápidos, disnea, diaforesis, escalofríos, tensión muscular, fatiga, cefalea o gastralgia, necesidad compulsiva de orinar, náuseas,

diarrea y palidez. En otras palabras, todas estas percepciones se desencadenan por experimentar situaciones inesperadas, como enfrentarse a un desafío, un evento traumático o un entorno estresante durante un período continuo ².

La gran mayoría de adolescentes afectados por la ansiedad sufren de trastornos psicosomáticos, estos trastornos generados por la ansiedad si no se manejan adecuadamente, existe un riesgo a largo plazo de padecer enfermedades cardiovasculares, neurológicas y pulmonares, afectando notoriamente la calidad de vida psicofísica. En cuanto al resto de la población estudiada los efectos de los trastornos de ansiedad a corto plazo, incluyen dolores de cabeza recurrentes, mareos, trastornos gastrointestinales, presión arterial alta, insomnio, dolor muscular y fatiga ³⁷.

- **Impacto en el rendimiento académico**

La ansiedad afecta negativamente el desempeño y rendimiento académico de la población universitaria. Altos niveles de ansiedad reducen la capacidad de aprender, afectando la memoria y concentración. Esto da como resultado un rendimiento escolar deficiente. Los estudiantes con ansiedad moderada o grave presentan dificultades para mantenerse concentrados, se distraen fácilmente, no pueden establecer horarios de acuerdo a sus necesidades, e indican poca capacidad para adaptarse a la metodología de los docentes ³⁶.

Por tal razón en el enfoque psicológico los estudiantes deben resolver ciclos del pasado que incrementen sus niveles de ansiedad y que reducen la capacidad de aprender, concentrarse y memorizar durante su larga trayectoria universitaria, desde este punto de vista el estudiantado tiene presente que lograr un buen promedio y rendimiento académico es el objetivo principal pero situaciones imprevistas impiden que se logre llegar a este objetivo y sobre todo esas situaciones provocan angustia, presión y irritación ³⁸.

Según Zazueta L, 2020, el estrés desencadena factores que conllevan a sufrir ansiedad en los estudiantes sobre todo cuando existe la presión constante por obtener un alto rendimiento académico. Según estudios previos se destaca que la ansiedad se origina antes situaciones que amenazantes y que pueden perjudicar el buen rendimiento tales como exámenes, factores económicos que provocan negativismo ante estas circunstancias llevando a sobre pensar en escenarios catastróficos como obtener una mala calificación que lo llevará a suspender o repetir la materia, incluso posponer o dejar sus estudios por completo

ya que un bajo rendimiento académico provoca la deserción escolar, el fracaso y el deterioro de la salud mental.

La ansiedad no sólo origina adquirir malos hábitos, sino que también provoca el ausentismo sobre todo después de los exámenes ya que si se obtiene bajas calificaciones el alumnado experimenta niveles elevados de tensión y angustia lo que lo lleva a pensar en opciones para mejorar su promedio y no reprobar ninguna materia ³⁸.

Según Sairitupac S, 2020, los estudiantes que presentan ansiedad grave tienen una marcada propensión a pensar excesivamente sobre su coeficiente intelectual ante su desempeño académico. Manifestando lo mencionado a través de síntomas como inquietud, trastornos del sueño, molestias estomacales, cambios en su comportamiento, entre otros. También suelen temer no caer bien a los demás, experimentando la sensación de que sus compañeros se burlan de ellos y mostrando cierta desconfianza hacia actividades que otros estudiantes disfrutaban.

- **Impacto en la vida social y personal: Relaciones interpersonales y calidad de vida.**

De acuerdo a la OMS (2020), la ansiedad en la vida social es la respuesta que tiene nuestro cuerpo cuando existe un peligro real o imaginario, está relacionada con el futuro, el constante miedo a las opiniones de los demás a ser rechazado o incluso discriminado lo que lleva a los jóvenes a tener que evitar situaciones sociales, además es un problema psicofísico que aflige a la mayoría de los estudiantes universitarios ocasionando aislamiento ; esta es una problemática que suele iniciarse durante la adolescencia temprana con una prevalencia moderada, sin escatimar color, raza, religión, cultura, sexo, y situación social ⁴¹.

Una variable muy importante es el sexo en la que se ha tratado de ofrecer una serie de explicaciones al hecho de que las mujeres reportan más ansiedad social que los hombres esta diferencia de género es más pronunciada en adolescentes y adultos jóvenes. Una explicación podría ser que los hombres ocultan con mayor frecuencia sus miedos. En las sociedades es común que se espere que la mujer sea socialmente más activa que el hombre, por lo mismo, el hombre puede ser capaz de evitar ciertos tipos de situaciones sociales con mayor facilidad que la mujer, sin ser hostigado por su ausencia y sin experimentar tanta presión de los otros en su vida cotidiana ⁴³.

Por tal razón la ansiedad social en los universitarios ocasiona desenlaces graves ya que ellos mismos se excluyen de la sociedad por miedo al rechazo ocasionando la afectación en las diferentes áreas funcionales. Algunos ejemplos son: iniciar o mantener conversaciones, pánico escénico, estar al frente de la clase dando una lección, la comparación con los demás, el considerarse así mismo como: “no soy tan bueno como mi compañero”, no poder responder correctamente, la escasa participación en clase, la evitación de relacionarse con sus compañeros generará exclusión del grupo ³⁴.

En la vida personal de los estudiantes de acuerdo con la información que sostiene la página web MedlinePlus (s.f.), sobre salud indica que la ansiedad puede manifestarse en los universitarios a través de distintos acontecimientos tales como, el fallecimiento de un ser amado o problemas hogareños. Además, cambios significativos en la vida, como mudarse a una nueva ciudad, pueden desencadenar cambios en los estados emocionales contribuyen a la aparición de ansiedad ³⁶.

Según Basantes et al., (2020), otros factores significativos para comprender mejor al adolescente son: la falta de figura materna o paterna (por divorcios, migración), el maltrato físico, el abuso sexual, la situación económica, el contexto social, los problemas de alimentación, la falta en habilidades sociales, las desilusiones amorosas, los embarazos prematuros, la falta de confianza y cercanía con los docentes, el miedo al fracaso escolar, tener que asumir con miedo nuevas responsabilidades, complican aún más el escenario con estos problemas y suscitan comportamientos suicidas, fracasos irreversibles y decepciones profundas en los estudiantes ⁴⁵.

En definitiva, la ansiedad impacta negativamente la calidad de vida por falta de higiene emocional en los estudiantes, a causa de la preocupación indeterminable, malos pensamientos, además del miedo a decepcionar lo que conlleva a un estado emocional deteriorable. En consecuencia, surgen fases crónicas que afectan directa en la calidad de vida de la persona, disminuyendo el nivel de oportunidades, incrementando la toma de decisiones contradictorias, obtener malos hábitos como el consumo de sustancias ilícitas y una mala alimentación. Para finalizar, la ansiedad también afecta las relaciones interpersonales y sociales desencadenando un autoestima bajo en los estudiantes, y llevándolos a sentirse juzgados por sus compañeros ³⁶.

2.1.1.7 Instrumento: Escala de Ansiedad de Hamilton

La Escala de Ansiedad de Hamilton se utiliza en niños, adolescentes y adultos, para llevar a cabo la clasificación del grado de ansiedad que puede presentar un sujeto. Es una escala heteroaplicada, un instrumento práctico y eficiente para realizar una valoración del estado en el que se encuentra una persona, determinando sus síntomas psicósomáticos, procesos cognitivos y miedos. Dependiendo de la sintomatología, se medirá de menor a mayor gravedad, duración o disfunción ^{42,47}.

Al aplicarlo, Hamilton simplemente buscaba definir una herramienta precisa para evaluar el nivel de gravedad de la ansiedad en una persona. Otro de sus objetivos era diferenciar la ansiedad psíquica de la ansiedad somática, debido a la importancia de establecer la capacidad de control que poseen las personas sobre la realidad ⁴².

Freitas et al., (2023) en una investigación menciona que, los estudiantes experimentan cambios significativos en sus emociones y comportamiento antes y durante el ingreso a la universidad, el hecho de dejar el entorno familiar como social y mudarse a diferentes ciudades para iniciar su trayectoria universitaria, puede generar sintomatología ansiosa u otras patologías como; estrés y depresión, lo que puede afectar la salud y calidad de vida ⁴³.

Por tal razón para evaluar la ansiedad se empleó la Escala de Ansiedad de Hamilton, el mismo que consta de 14 ítems, con una escala tipo Likert con opciones de respuesta que van desde: 0 puntos (ausente) hasta 4 puntos (muy grave).

En la investigación e intervención propuesta, se utilizó la escala anterior descrita para medir el índice de ansiedad que se presenta en los estudiantes de la carrera de Agronomía e identificar los niveles de ansiedad, que se manifiestan a través de la medición de los siguientes síntomas, que aparecen en la escala, donde se evaluó con las siguientes preguntas:

- ¿Estado de ánimo ansioso (inquietud, esperar lo peor, aprensión [anticipación temerosa], irritabilidad)?
- ¿Miedos (a la oscuridad, a personas desconocidas, a quedarse solos, a los grandes animales, a las multitudes, etc.)?
- ¿Insomnio (dificultad para conciliar el sueño, sueño interrumpido, sueño insatisfactorio con cansancio al despertar, malos sueños, pesadillas, terrores nocturnos)?

- ¿Funciones intelectuales (dificultad para concentrarse, mala memoria)?
- ¿Síntomas del sistema nervioso autónomo (boca seca, enrojecimiento, palidez, sudoración excesiva, mareos, cefaleas tensionales)?

Interpretación:

Proporciona una medida global de ansiedad, que se obtiene sumando la puntuación obtenida en cada uno de los ítems. Los puntos de corte recomendados son:

<17 representa ansiedad leve.

18-24 ansiedad moderada.

25-30 ansiedad severa.

1-56 ansiedad muy severa.

2.1.2 Estrés

La Organización Mundial de la Salud ², define el estrés como “el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara el organismo para una acción”. De manera general, se involucra un sistema de alerta biológico necesario para la supervivencia. Cualquier cambio o circunstancia diferente que se presente en nuestras vidas, como el ingreso a la universidad, hablar en público, cambiar del estilo de vida o un mal rendimiento académico puede generar estrés. Aunque también depende del estado físico y psíquico de cada persona.

En este contexto, Restrepo et al. ²⁰, definen al estrés académico como “la reacción que todo estudiante adquiere, de acuerdo con las diversas exigencias dentro del ciclo de estudio”, de hecho, se define como un estado percibido cuando el estudiante siente negativamente las demandas del entorno educativo, en otras palabras, el estudiante se enfrenta a múltiples actividades cotidianas dentro de su proceso formativo, ocasionando agotamiento físico, ansiedad, insomnio, bajo rendimiento académico e incluso decepción educativa.

Generalmente el estrés se percibe como una respuesta física o mental a una causa externa, como tener muchas tareas o sufrir una preocupación constante. Un estresor o factor estresante puede ser algo que ocurra una sola vez o a corto plazo, o puede suceder repetidamente durante mucho tiempo. Desaparece una vez se haya resuelto la situación de conflicto, y puede ser positivo o negativo ²¹:

- *Estrés positivo*: el individuo se relaciona con su estresor de una manera óptima, proporcionando a su mente y cuerpo alegría, bienestar y equilibrio, es visto a manera de una motivación de querer hacer las cosas bien.
- *Estrés negativo*: es perjudicial y desagradable ya que produce una sobrecarga de tareas, trabajos y actividad que ocasionan a la vez un desequilibrio físico o psicológico que disminuye la productividad del individuo, provocando diversas patologías y acelerando el envejecimiento²².

2.1.2.1 Antecedentes de estrés en estudiantes universitarios

A nivel global, diversas naciones han comprendido la importancia del cuidado y promoción de la salud mental. Por ese motivo, las investigaciones al respecto son cada vez más y el estudiantado universitario es una de las poblaciones elegidas para ese abordaje. Siguiendo a la Organización Mundial de la Salud², el estrés académico es una “reacción del organismo que se activa emocional y conductualmente ante estímulos de carácter académico”. Este fenómeno se caracteriza por la percepción subjetiva de que las demandas académicas superan los recursos disponibles para hacerles frente, lo que puede desencadenar una serie de reacciones negativas en el estudiante. Para gran cantidad de jóvenes, la vida universitaria es una nueva etapa que afrontar y no necesariamente en las mejores condiciones por algunas deficiencias heredadas de etapas académicas anteriores, lo que podría asociarse con la ansiedad²³.

Según Valenzuela y Quiñones., 2021²⁴, el estrés académico suele estar asociado con sobrecarga de esa naturaleza, la hetero evaluación del docente y la personalidad autoritaria de varios de estos profesionales, esto crea en el estudiante una serie de constantes episodios estresantes, ya que cada docente imparte su materia de diferentes maneras y al tener sobrecarga de estas se resulta difícil entender cada metodología.

Según Cassaretto et al.,2021²⁵, la mayoría de estudios realizados con universitarios concuerdan con los hallazgos a nivel regional. En particular, los estudiantes universitarios expresan niveles medios y medianamente altos de estrés académico, al igual que entre los principales estresores se aprecia la sobrecarga académica y el sistema de evaluación sumativa, que no reconoce el proceso, sino única y exclusivamente el resultado.

Estudios relacionados:

Loja M et al, 2023 en Cuenca realizaron un estudio “Prevalencia de ansiedad y estrés en estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad de Cuenca.”, un estudio descriptivo transversal, el universo fue de 325 estudiantes de la carrera de enfermería. Para determinar niveles de ansiedad y estrés se aplicaron, la Escala de Ansiedad de Hamilton y el Inventario SISCO para el estrés, como resultado obtuvieron que el nivel de ansiedad muy severa es la más frecuente entre los estudiantes participantes con 51,1%; y el 74,65% presenta estrés moderado ¹².

Un estudio realizado en Chile por Salvo J et al, en 2021 en la Universidad Mayor sede Temuco, denominado “Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de enfermería” los resultados indicaron que el 42,6 % de la muestra obtuvo características compatibles con depresión, 48,0 % con ansiedad y 61,1 % con estrés. El rango de edad más afectado fue entre 19 y 21 años, correspondientes a los niveles académicos de primero a tercer año ⁵⁷.

2.1.2.2 Signos y síntomas

Los signos generales del estrés de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud ² son:

- Difícil de relajarse
- Falta de concentración
- Ansiosos
- Irritables
- Dolor de cabeza o de otras partes del cuerpo
- Malestar gástrico,
- Dificultades para dormir
- Alteraciones del apetito ¹⁹

En cuanto a los síntomas hay muchas similitudes con los síntomas del estrés. Cuando alguien está estresado, puede percibir:

- Ritmo cardíaco más rápido
- Respiración más rápida
- Pensamientos de ansiedad
- Mal humor, irritabilidad o enojo
- Rigidez muscular
- Sensación de agobio

- Soledad
- Náuseas
- Mareos
- Diarrea o estreñimiento
- Insomnio ¹⁹

2.1.2.3 Diagnóstico

No existe una prueba específica para diagnosticar el estrés, de la misma manera, no hay una única respuesta ante situaciones estresantes, tampoco las consecuencias son siempre las mismas, aunque hay una serie de enfermedades y trastornos físicos y psicológicos que suelen afectar a las personas que padecen estrés ²⁷.

Todos estos signos y síntomas son importantes para poder obtener un diagnóstico del estrés. En la actualidad existen una serie de indicadores para determinar en qué nivel de estrés se encuentra una persona:

- **Nivel cognitivo:** pensamientos y sentimientos de miedo y aprensión. Quien lo padece suele sobrepensar las cosas, no encuentra solución a sus problemas, se centra en cuestiones sin importancia y no suele solucionar pequeños inconvenientes, que se convierten en una obsesión. Se crean constantes inseguridades y dificultad para concentrarse.²⁷.
- **Nivel fisiológico:** Se puede manifestar de varias formas en cada persona, comúnmente se observa; cefalea, hipertensión arterial, debilidad, dificultad para conciliar el sueño, hiperhidrosis, malestar gastrointestinal, erupciones en la piel, tensión generalizada ²⁷.
- **Nivel motor:** Acciones observables, estas personas suelen presentarse con un carácter hipersensible como llorar con facilidad, se incrementa la frecuencia de conductas compulsivas; como comer, fumar o beber alcohol, comportamientos extraños y sin finalidad, y finalmente se crea el deseo de huida queriendo evitar la situación ²⁷.

2.1.2.4 Tipos de estrés

- Estrés agudo

El estrés agudo es el que más se experimenta y surge a raíz de exigencias y presiones adelantadas e incertidumbre del futuro cercano. Suele aparecer ante un conflicto, una situación complicada y otros casos similares.

En una pequeña proporción este tipo de estrés puede ser positivo porque alienta a la motivación y puede servir como mecanismo de defensa, de acuerdo a la Sociedad Española para el Estudio del Estrés y la Ansiedad (SEAS). Sin embargo, cuando sobrepasa la línea, puede llevar al agotamiento y a consecuencias graves en la salud, tanto a nivel físico como mental ²⁸.

El estrés agudo tiene señales de alerta:

- Dolores musculares, localizados en mayor frecuencia en cabeza y zona lumbar y cervical.
- Afecciones digestivas: diarrea, estreñimiento, dolor abdominal, etc.
- Alteraciones en el sistema nervioso: taquicardias, náuseas, hipertensión arterial, sudoración, etc.

- Estrés agudo episódico

Este tipo de estrés lo suelen padecer las personas que se fijan metas difíciles de lograr y sienten mucha presión social. El estrés agudo episódico se refleja como una tensión constante y una sensación de no tener control sobre las exigencias que reciben. Así mismo, los que lo sufren suelen estar preocupados por lo que va a pasar y tienden a anticipar eventos; como resultado, reaccionan sin control, muy emocionalmente. ²⁸.

- Estrés crónico

El estrés crónico es un estado constante de alarma, este surge cuando una persona nunca ve una salida a una situación deprimente. Es el estrés de las exigencias y presiones implacables durante períodos aparentemente interminables que en algunos casos también pueden provenir de experiencias traumáticas de la niñez que se mantienen presentes en la actualidad. El estrés crónico es el más grave y causa problemas severos en la salud psicológica de quienes lo padecen ²⁸.

2.1.2.5 Afectaciones a nivel cognitivo por el estrés académico

Cores (2022) sostiene que “dependiendo el nivel de estrés que sienta un estudiante puede afectar una o dos funciones cognitivas”, entre las funciones mentales que se pueden ver afectadas esta:

Memoria: puede alterar a la retención y el recuerdo de información importante, es decir, que perjudica a la memoria a corto plazo resultando dificultades en recordar detalles recientes, así mismo a la memoria de trabajo en donde la concentración en tareas cognitivas es más difícil y también el resolver problemas y también afecta a la memoria a largo plazo ⁴⁹.

Aprendizaje: disminuye la capacidad de asimilar nuevos conceptos, además perturba al razonamiento dado que el cerebro está ocupado con preocupaciones.

Atención: al querer liberarse el cerebro del estrés de forma automática no presta el mismo cuidado a las tareas cotidianas es por esto que la atención se reduce; menciona también que las situaciones de estrés en edades infantiles afectan de manera más grave al cerebro.

Concentración: El estrés puede dificultar la capacidad de concentrarse en una tarea específica. Las personas bajo estrés pueden experimentar una mayor distracción, lo que les dificulta mantener la atención en una sola tarea durante un período prolongado de tiempo.

2.1.2.6 Factores que contribuyen al Estrés en Estudiantes Universitarios

En el ambiente universitario, el estrés académico es una reacción típica a diversas exigencias, que pueden facilitar o empeorar el desempeño. Un estudio realizado por López IG, et al. (2024) en Lima, Perú, en el cual se desarrolló la revisión sistemática de 24 trabajos de investigación para identificar los factores que influyen en el estrés académico de los estudiantes universitarios. Los resultados mostraron la naturaleza multidimensional y multivariada de estos factores, que se complicó aún más en circunstancias extraordinarias como la pandemia de COVID-19. Los investigadores concluyeron que la interacción entre estos componentes no sólo afecta el rendimiento académico sino también la salud mental de los estudiantes. Esto resalta la necesidad de intervenciones efectivas para gestionar y reducir el estrés académico a nivel universitario ⁵⁰.

El estrés académico se refiere a la presión y tensión emocional que experimentan los estudiantes debido a las demandas y expectativas asociadas a su rendimiento académico,

algunos factores que contribuyen al estrés escolar es la carga de tareas, la competencia entre compañeros, cumplir expectativas altas, la búsqueda constante de perfección, la comparación con otros estudiantes, la presión social, etc. Este tipo de situaciones hace que se relacione con emociones anticipatorias como: preocupación, ansiedad, satisfacción, confianza, ira, tristeza, alivio ⁵¹.

Una investigación realizada por Tirado et al.(2023), con el propósito de examinar el estrés académico, así como los factores demográficos y familiares, en estudiantes de odontología que asisten a una institución educativa privada en Cartagena. La muestra incluyó a 158 estudiantes de odontología. Entre las situaciones que provocaron más contextos de estrés, se destacaron la sobrecarga de tareas y las evaluaciones por parte de los profesores ⁵².

2.1.2.7 Impacto de la Ansiedad y el Estrés en los Estudiantes

- Efectos en la salud mental y física:

Los niveles de estrés elevados causan malestares psicológicos, físicos y emocionales que pueden desatar graves afecciones respecto a la salud. El estrés es ocasionado por los altos niveles de ansiedad, y aumenta por la intención de la sintomatología emocional, y debido a esto, se puede presentar secuelas fisiológicas no deseadas.

El estrés produce que las personas tengan cierto tipo de actitudes y comportamientos que en muchas ocasiones se terminan convirtiendo malos hábitos que derivan en enfermedades. De las causas negativas que el estrés académico trae sobre la salud mental de los universitarios relacionadas con el estrés fue gastritis, hipertensión, dislipidemia, ansiedad, depresión, alteraciones en el peso, insomnio, migraña, agotamiento mental, entre otras, de ello se infiere que el estrés académico no solo afecta lo fisiológico si no también lo cognitivo y psicológico ⁵³.

- Impacto en el rendimiento académico:

Los resultados del aprendizaje son los resultados del desempeño de un estudiante durante un determinado periodo de tiempo, expresados por resultados que muestran si el desempeño del estudiante durante ese tiempo es bueno o malo.

Existe una tendencia inversa, entre rendimiento académico y estrés, es decir, a un nivel de rendimiento académico menor, le corresponden mayor puntuación referida al estrés, y en un

nivel moderado de estrés los estudiantes presentan un rendimiento académico bueno o superior, lo que puede ser el resultado de un manejo adecuado del estrés. Igualmente, estudiantes universitarios que tienen un bajo rendimiento académico, es debido a un nivel de estrés medio y alto ⁵⁴.

- **Impacto en la vida social y personal:**

Las respuestas al estrés patológico conducen a determinadas actitudes, como olvidos frecuentes, aislamiento e indiferencia hacia los demás, problemas de concentración o dificultad para realizar tareas. Todos estos factores pueden causar trastornos concurrentes como la depresión o el uso de sustancias.

La persona estresada muestra un desequilibrio interno que afecta el funcionamiento psicológico y fisiológico, la respuesta individualizada genera afecciones directas en su conducta (Guadarrama Guadarrama et al., 2022). Suárez-Montes y Díaz-Subieta (2015) han mencionado que "el estrés académico es un elemento que favorece el estrés crónico y el deterioro de la salud mental" (p. 302) ⁵⁵.

2.1.2.8 Instrumento: Inventario Sistémico Cognoscitivista (SISCO SV-21).

El SISCO ⁵⁶, un recurso empleado en el ámbito psicoeducativo, se utiliza para identificar el estrés en estudiantes de distintos niveles educativos. Este instrumento evalúa el nivel de estrés, su frecuencia y los estímulos estresores presentes en la población objetivo. Consta de 31 ítems, incluyendo uno dicotómico para determinar la presencia de estrés, uno tipo Likert para medir la intensidad del estrés en una escala del 1 al 5, y ocho ítems Likert para evaluar la frecuencia de estímulos estresores. Además, incluye quince ítems Likert para determinar la frecuencia de reacciones al estrés y seis ítems para evaluar la frecuencia de uso de estrategias de afrontamiento.

La puntuación total varía de 24 a 120, siendo interpretada como

1. estrés leve (<33%) o 10 a 39 puntos
2. moderado (34-66%) o 40 a 79 puntos
3. severo (>66%) o 80 a 110 puntos

Los ítems se encuentran distribuidos de la siguiente manera:

Se compone de ítems tipo Likert con seis valores categoriales (nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), a excepción del ítem filtro, formulado en términos dicotómicos. Incluye tres dimensiones: estresores del entorno académico (compuesta por 7 ítems), síntomas o reacciones ante un estímulo estresor (formada por 7 ítems) y estrategias de afrontamiento (constituida por 7 ítems) ⁵⁸.

Un estudio realizado en 2021 por Olivas-Ugarte LO, Morales-Hernández SF, Solano-Jáuregui MK ⁵⁹, determinó que el Inventario SISCO SV-21 reúne evidencias psicométricas preliminares de validez y confiabilidad y equidad para su aplicación en estudiantes universitarios.

Capítulo III

3.1 Hipótesis

Las diferencias en los niveles de ansiedad y estrés entre los estudiantes de la Carrera de Agronomía de la Universidad de Cuenca durante el período 2024–2025 pueden ser explicadas por las variables sociodemográficas de sexo, edad y semestre cursado.

Capítulo IV**4.1 Objetivos de la investigación****4.1.1 Objetivo general**

Determinar nivel de ansiedad y estrés en estudiantes de la Carrera de Agronomía de la Universidad de Cuenca, 2024 – 2025.

4.1.2 Objetivos Específicos

- Caracterizar socio demográficamente a la población de estudio según: Edad, sexo, estado civil, semestre que cursan.
- Identificar el nivel de estrés y ansiedad de los estudiantes de la carrera de Agronomía.
- Relacionar el nivel de estrés y ansiedad con las variables sociodemográficas como: sexo, edad y semestre que cursan.

Capítulo V

5.1 Diseño metodológico

5.1.1 Tipo de estudio

La presente investigación es un estudio analítico transversal.

5.1.2 Área de estudio

El presente estudio se realizó en la carrera de Agronomía que se encuentra ubicada en la facultad de Ciencias Agropecuarias de la Universidad de Cuenca, Av. Doce de Octubre, cantón Cuenca, provincia del Azuay, durante el periodo 2024 - 2025 .

5.1.3 Universo o población de estudio

Se cálculo mediante el programa EPIDAT 4.2, se aplicó la fórmula estadística para el cálculo del tamaño la muestra finita con un nivel de confianza de 95% y margen de error de 5% e intervalo de confianza deseado de 5%, En donde el resultado fue de 213 participantes del universo de 439 estudiantes de la carrera de Agronomía.

Se aplicó la siguiente fórmula:

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

N: 439

P: Proporción esperada 5 %

Q: Probabilidad en contra: 1 – proporción esperada (5%)

Z: 1.96 2 (Nivel de confianza del 95%)

E: Error de estimación: 0.05

n: 213

5.1.4 Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

- Estudiantes matriculados de la carrera de Agronomía de la Universidad de Cuenca que asisten regularmente a clases durante el periodo de estudio.
- Estudiantes que hayan cumplido 18 años de edad.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que no hayan aceptado participar en el estudio.
- Estudiantes que no firmen el consentimiento informado.
- Formularios incompletos

5.1.5 Variables

Variables independientes: edad, sexo, estado civil, semestre que cursan.

Variables dependientes: Ansiedad, estrés.

5.1.6 Métodos, técnicas e instrumentos para la recolección de datos

Método

El método empleado para la investigación fue cuantitativo de tipo analítico transversal, en el cual se utilizó un formulario de preguntas estructuradas que fueron aplicados a los estudiantes de la carrera de Agronomía de la Universidad de Cuenca.

Técnica

Como técnica de recolección de información se utilizó la encuesta directa, el instrumento manejado fue el formulario, a través de la aplicación de un cuestionario de variables sociodemográficas, la Escala de Ansiedad de Hamilton y el Inventario de SISCO.

Instrumentos

Se utilizó un cuestionario de variables sociodemográficas, la Escala de Ansiedad de Hamilton y el Inventario de SISCO, este formulario se realizó en la plataforma KoboToolbox, que se emitió a través de un código Qr implementando conjuntamente en la hoja de consentimiento informado, con la finalidad de recopilar los datos de la población estudiada. De la misma manera, el consentimiento informado se obtuvo de forma directa, para ello, los estudiantes firmaron o rechazaron participar en la investigación, posteriormente, completaron el cuestionario, el cual estuvo dividido en cuatro secciones: la primera consta de datos sociodemográficos, la segunda de la escala de Ansiedad de Hamilton, la tercera pertenece al Inventario SISCO y la última parte corresponde a las técnicas de afrontamiento del Inventario SISCO.

Información sociodemográfica.

La sección sociodemográfica fue elaborado por las autoras; para recopilar las características generales de los estudiantes de la carrera de Agronomía, incluyendo edad, sexo, estado civil y semestre que cursan.

Escala de Ansiedad de Hamilton

Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), es una herramienta de 14 ítems, mediante el cual se evalúa el grado de ansiedad, cada ítem por el que está conformado describe un síntoma de ansiedad, se califica en una escala tipo Likert en el que cada ítem se califica en una escala de 0 a 4, dependiendo de la severidad del síntoma. La puntuación total puede oscilar entre 0 y 56, donde y se interpreta: <17 representa ansiedad leve, 18-24 ansiedad moderada, 25-30 ansiedad severa y 31-56 ansiedad muy severa ²⁹.

Confiabilidad: En sus dos versiones, esta escala posee una buena consistencia interna (alfa de Cronbach entre 0,76 y 0,92). El coeficiente de correlación intraclass es de 0,92 en un estudio llevado a cabo por Pott. La fiabilidad interobservadora oscila, según autores, entre 0,65 y 0,9.

Inventario Sistémico Cognoscitivista (SISCO SV-21)

El SISCO ⁵⁶, es un recurso utilizado en psicoeducación para identificar el estrés estudiantil en los diferentes niveles educativos. Esta herramienta evalúa el nivel, la frecuencia y los factores estresantes del grupo objetivo. Consta de 31 ítems, incluido un ítem dicotómico para determinar la presencia o ausencia de estrés, un ítem tipo Likert para medir la intensidad del estrés (1 a 5) y ocho para calificar estímulos estresantes, ítems tipo Likert por frecuencia. Además, contiene quince ítems Likert para medir la frecuencia de respuestas al estrés y seis ítems para medir la frecuencia de uso de estrategias de afrontamiento. Las puntuaciones totales oscilaron entre 24 y 120 y se interpretaron como estrés leve (<33%), moderado (34-66%) o grave (>66%).

Confiabilidad: Por mitades de .87 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de .90. Estos niveles de confiabilidad pueden ser valorados como muy buenos (DeVellis, en García, 2005) o elevados (Murphy y Davishofer, en Hogan, 2004).

5.1.7 Procedimiento

Autorización

Para la realización del presente estudio en la carrera de Agronomía, se solicitó la autorización del Ing. Eduardo José Chica Martínez, Decano de la Facultad de Ciencias Agropecuarias de la Universidad de Cuenca, mediante un oficio desde la dirección de carrera. Además, la investigación contó con la autorización del Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos de la Universidad de Cuenca. Para asegurar la calidad de la información el formulario de recolección de datos fue revisado y validado por la directora de tesis, Lic. María Fernanda Álvarez Heredia. Finalmente, se procedió a solicitar la participación a los y las estudiantes para esta investigación mediante la lectura y comprensión para posterior aceptación del consentimiento informado.

Capacitación

Se realizó la capacitación personal de las autoras de la investigación por medio de la revisión de la bibliografía actualizada para el correcto manejo del tema de estudio y de los instrumentos, además de la asistencia a los talleres dictados por parte de la carrera de Enfermería para la correcta realización del proceso de trabajo de titulación.

Supervisión

El proyecto de investigación fue supervisado por la Mgst. María Fernanda Álvarez Heredia, directora del trabajo de investigación

5.1.8 Plan de tabulación y análisis

Los datos recolectados mediante las encuestas, fueron condensados en una base de datos en Microsoft Excel. Para el análisis y tabulación de los datos se utilizó el programa IBM SPSS Statistics. Se utilizaron técnicas estadísticas para las variables cuantitativas, se describieron usando la media y su desviación estándar, así como frecuencia y porcentaje, según corresponda, los resultados obtenidos son presentados por medio de tablas simples analíticas.

5.1.9 Consideraciones bioéticas

En el presente estudio, se respetaron los tratados establecidos para las investigaciones con seres humanos, conforme a las Normas emitidas por el Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Se mantuvo una clara comprensión de los principios fundamentales de la bioética, tales como la beneficencia, la no maleficencia, la justicia y la autonomía. Se garantizó un riesgo mínimo de divulgación de los datos de los participantes, mediante la implementación del consentimiento informado.

Para llevar a cabo este proyecto, se seguirán las siguientes medidas:

Confidencialidad: Los datos o la información de los estudiantes de agronomía fueron manejados de manera absolutamente confidencial, para ello se identificó a cada participante mediante codificación basada en la letra de su primer nombre y apellido, código que fue de conocimiento exclusivo de las investigadoras, respetando con ello el anonimato. La recopilación de datos se llevó a cabo mediante la firma del consentimiento informado, conforme al formato validado por el comité de ética en seres humanos CEISH y los cuestionarios se recolectaron de manera individual. Además el manejo de la base de datos y formularios estuvo a cargo únicamente de las investigadoras.

Aportes/beneficios para sociedad o comunidad: Con los resultados de esta investigación se pretende concientizar a la sociedad universitaria sobre la prevalencia de ansiedad y estrés que desencadena la presión académica.

Riesgo potenciales para los sujetos de investigación: El estudio no implica un riesgo para los estudiantes debido a que no se realizaron intervenciones ni procedimientos que pongan en peligro su vida y bienestar, por el contrario, el estudio genera beneficios tanto para los estudiantes de la carrera de agronomía como para la comunidad estudiantil de la Universidad de Cuenca en general.

Consentimiento informado : Se aplicó el consentimiento informado, cada participante recibió la información en términos comprensibles para ellos, tanto de forma verbal como escrita, sobre el propósito de la investigación, respetando el reglamento para el manejo de información confidencial que se encuentra en el Sistema Nacional de Salud, acuerdo ministerial 5216, capítulo III, art. 7,10³⁹, afirmando que se podían retirar del estudio en cualquier momento que ellos deseaban, garantizando la autonomía.

Autonomía de los participantes: El estudio respetó la autonomía de los estudiantes que decidieron participar en el estudio de manera directa mediante un procedimiento idóneo de información, consultas y firma de consentimiento informado.

Idoneidad de los investigadores: Las investigadoras contamos con la capacidad adecuada para llevar a cabo el estudio al aprobar 2 ciclos de Investigación y medio año de Bioestadística y Bioética, por lo cual disponemos idoneidad ética y experticia técnica para desarrollar la investigación.

Por otro lado, se declara que no existe un conflicto de intereses, ya que los resultados obtenidos están dirigidos a conocer los niveles y las estrategias de afrontamiento de los representantes estudiantiles, para que puedan servir en beneficio de la comunidad universitaria.

5.1.10 Recursos materiales y humanos

Tabla 1: Recursos humanos

Recursos humanos	Función
Lcda. Fernanda Álvarez Mgt.	Directora del proyecto de tesis
Lcda. Dolores Amparito Rodríguez Sánchez Mgt.	Asesor del proyecto de tesis
Nicole Pauleth Ordoñez Freire	Investigadora
Jenny Vanessa Quinatoa Toctaguano	Investigadora
Estudiantes de la carrera de Agronomía de la Universidad de Cuenca	Participantes

Tabla 2: Recursos materiales

RECURSO	CANTIDAD	VALOR UNIDAD	VALOR TOTAL
COMPUTADORA	2	500 \$	1000 \$
IMPRESORA	1	550 \$	550 \$

<i>TINTA IMPRESORA</i>	4	7,5 \$	30 \$
<i>INTERNET</i>	6	20 \$	120 \$
<i>ESFEROS</i>	2	1 \$	2 \$
<i>HOJAS DE PAPEL BOND</i>	1	4 \$	4 \$
<i>TRANSPORTE</i>	20	0,30 \$	6 \$
<i>TOTAL</i>			1712,00 \$

Capítulo VI

6.1 Resultados

Tabla 3: Características sociodemográficas de los estudiantes de Agronomía.

Variable	Frecuencia	
	N=213	Porcentaje 100%
Edad		
Menores a 20	108	50,70%
Mayores a 20	105	49,30%
Sexo		
Masculino	94	44,10%
Femenino	119	55,9%
Estado civil		
Soltero/a	205	97,70%
Casado/a	2	0,90%
Divorciado/a	1	0,50%
Viudo/a	0	0,0%
Unión libre	2	0,90%
Semestre		
Primero	75	35,20%
Segundo	33	15,50%
Tercero	37	17,40%
Cuarto	1	0,50%

Quinto	13	6,10%
Sexto	29	13,60%
Séptimo	0	0,0%
Octavo	0	0,0%
Noveno	24	11,35%
Decimo	1	0,50%
Total	213	100,0%

Edad 1:Media 20 ;Desviación Estándar:3

Estado civil 2:Media 1.06 ;Desviación Estándar:0.42

Semestre 3:Media 3.38 ;Desviación Estándar:2.6

Fuente: Base de datos

Elaboración: Autoras

Un total de 213 estudiantes de la carrera de Agronomía participaron en esta investigación, de acuerdo con las características sociodemográficas la edad se puede clasificar en menores de 20 años con el 50,7 % y mayores de 20 años con un total de 49,3 %; por otra parte, del total 213 (100 %) el 44,1 % son de sexo masculino y el 55,9 % de sexo femenino, evidenciándose que es una carrera con una distribución equitativa estudiantes, donde la proporción de mujeres y hombres es semejante, reflejando una representación igualitaria entre ambos géneros. En cuanto a la variable estado civil un 97,7 % son solteros. Finalmente en la variable semestre que cursa se evidenció una mayor participación de estudiantes de primer ciclo, 35,2 % seguido de segundo ciclo 15,5 % y sexto ciclo 13,6 %.

Tabla 4: Nivel de ansiedad, según escala de ansiedad de Hamilton

Variable de ansiedad	Frecuencia	Porcentaje
Autoestima		
Autoestima elevada	108	50,7%
Autoestima media	45	29,9%
Autoestima severa	40	18,8%
Autoestima muy severa	20	9,4%
Total	213	100%

Fuente: Base de datos

Elaboración: Autoras

En la tabla 2, se puede identificar que el nivel de ansiedad leve es la más frecuente entre los estudiantes participantes con 50,7 %, seguido del 21,1 % con ansiedad moderada, el 18,8 % con ansiedad severa y el 9,4 % con ansiedad muy severa.

Tabla 5: Nivel de estrés, según el inventario Sistémico Cognoscitivista (SISCO SV-21)

Variable de estrés	Frecuencia	Porcentaje
Estrés leve	43	25,4%
Estrés Moderado	119	70,4%
Estrés Severo	7	4,1%
Total	213	100%

Fuente: Base de datos

Elaboración: Autoras

En la tabla 3 se puede identificar que el nivel de estrés moderado con 70, 4 % es el principal tipo de estrés que los estudiantes de la carrera de Agronomía presentan, seguido de estrés leve 25, 4% y finalmente estrés severo 4,1 %.

Tabla 6:Relación del nivel de ansiedad con variables sociodemográficas.

Variables Sociodemográficas	Nivel de ansiedad				Total	X ²
	Ansiedad Leve	Ansiedad Moderada	Ansiedad Severa	Ansiedad Muy Severa		Valor p
Edad						
Menores a 20	25,4% (27)	10,3% (22)	9,4% (20)	4,2%(9)	49,3% (105)	0,18
Mayores a 20	25,4% (27)	10,8 % (23)	9,4% (20)	5,2%(11)	50,7%(108)	0,981
Sexo						
Masculino	25,4% (54)	8,0% (17)	7,0% (15)	3,8%(8)	44,1% (94)	3,097
Femenino	25,4% (54)	13,1% (28)	11,7% (25)	5,6%(12)	55,9% (119)	0,377
Estado civil						
Soltero/a	49,8% (106)	20,2% (43)	18,3% (49)	9,4%(20)	97,7% (208)	6,769
Casado/a	0,5% (1)	0,5% (1)	0,0% (0)	0,0%(0)	0,9% (2)	
Divorciado/a	0,0% (0)	0,5% (1)	0,0% (0)	0,0% (0)	0,5%(1)	0,611
Viudo/a	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0% (0)	
Unión libre	0,5% (1)	0,0% (0)	0,5% (1)	0,0% (0)	0,90% (2)	
Semestre						
Primero	18,3% (39)	8,0% (17)	7,5% (8)	1,4(13)	35,2% (75)	
Segundo	8,5%(18)	1,9% (4)	2,8% (6)	2,3%(5)	15,5% (33)	17,112
Tercero	8,5%(18)	2,8%(6)	2,8% (6)	3,3%(7)	17,4% (37)	0,704
Cuarto	0,5% (1)	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0%(0)	0,5% (1)	
Quinto	2,3% (5)	1,9% (4)	1,4% (3)	0,5%(1)	6,1%(13)	
Sexto	7,0% (15)	2,3 (5)	2,8% (6)	1,4 (3)	13,6% (29)	

Séptimo	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0% (0)	
Octavo	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0% (0)	
Noveno	5,2% (1)	4,2% (1)	1,4% (0)	0,5%(1)	11,3% (24)	
Decimo	0,5% (1)	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0% (0)	0,5%(1)	

Fuente:Base de datos

Elaboración:Autoras

Análisis: En cuanto a la relación entre el nivel de ansiedad y las variables sociodemográficas en los 213 estudiantes, se determinó que los resultados obtenidos no son estadísticamente significativos, ya que el valor $p > 0.05$.

Tabla 7:Relación del nivel de estrés con variables sociodemográficas.

Variables Sociodemográficas	Nivel de estrés			Total	X ²
	Estrés Leve	Estrés Moderada	Estrés Severa		Valor p
Edad					
Menores a 20	14,8% (25)	33,7% (57)	2,4% (4)	50,9% (846)	1,44
Mayores a 20	10,7% (18)	36,7 % (62)	1,8% (3)	49,1%(83)	0,487
Sexo					
Masculino	16,0% (27)	24,9% (42)	1,8% (3)	42,6% (72)	9,766
Femenino	9,5% (16)	45,6% (77)	2,4% 4)	57,4% (119)	0,008
Estado civil					
Soltero/a	24,9% (42)	68,6% (116)	4,1% (7)	97,6% (165)	1,52
Casado/a	0,6 (1)	0,6% (1)	0,0% (0)	1,2% (2)	
Divorciado/a	0,0% (0)	0,5% (1)	0,0% (0)	0,0% (0)	0,823
Viudo/a	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0% (0)	
Unión libre	0,0% (0)	1,2% (2)	0,0% (0)	1,2% (2)	
Semestre					

Primero	10,1% (17)	23,7% (47)	0,6% (1)	34,2% (58)	
Segundo	4,7%(8)	8,9% (15)	1,2% (2)	14,8% (24)	
Tercero	4,7%(8)	12,4%(21)	1,2%(2)	18,3% (31)	9,756
Cuarto	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0% (0)	0,637
Quinto	0,0% (0)	5,9% (10)	0,6% (1)	6,1%(13)	
Sexto	3,6% (6)	8,3 (14)	0,6% (1)	12,4% (21)	
Séptimo	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0% (0)	
Octavo	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0% (0)	0,0% (0)	
Noveno	2,4% (4)	10,7% (18)	0,0% (0)	13,0% (22)	
Decimo	0,0% (0)	0,6% (1)	0,0% (0)	0,6%(1)	

Fuente:Base de datos

Elaboración: Autoras

Análisis: Al analizar la relación entre el nivel de estrés y las variables sociodemográficas, se observó una asociación significativa entre el sexo y el estrés. En particular, las mujeres presentaron un porcentaje más alto de estrés moderado (45.6%), con un valor de chi-cuadrado de 9.766 y un valor $p < 0.05$, lo que indica que existen diferencias significativas entre géneros en cómo experimentan el estrés. Sin embargo, no se encontraron asociaciones significativas con la edad, el estado civil ni el semestre en relación con los niveles de estrés evaluados.

H1: Los resultados del presente estudio confirmaron la hipótesis planteada inicialmente, en la cual un mayor nivel de estrés académico se asocia con el sexo femenino confirmando la diferencia entre el nivel de ansiedad y estrés explicadas por las variables sociodemográficas. En este sentido, el análisis estadístico mostró una correlación positiva significativa entre ambas variables ($p < 0.05$), lo que sugiere que el aumento de estrés académico se asocia al sexo femenino, indicando que existen diferencias significativas entre géneros en cómo experimentan el estrés. Esto sugiere que, existen diferencias entre los niveles de ansiedad y estrés, sin embargo, no se encontraron asociaciones significativas con el nivel de ansiedad en cuanto a las variables sociodemográficas.

Capítulo VII

7.1 Discusión

En este apartado se discuten los hallazgos de la presente investigación, la cual tuvo como objetivo general determinar nivel de ansiedad y estrés en estudiantes de la Carrera de Agronomía de la Universidad de Cuenca. Se contó con la participación de 213 participantes, de los cuales el mayor porcentaje fueron mujeres con una edad menor de 20 años, solteros, en los semestres que más estudiantes hay son: primero, tercero y sexto. Destacando que la población estudiantil se considera uno de los grupos más afectados a sufrir trastornos mentales debido a la asociación de factores como el estrés académico, problemas sociales, familiares y hormonales que pueden incrementar los niveles de ansiedad y estrés ³². Así mismo, varios reportes señalan que este trastorno mental podría impactar negativamente en el rendimiento académico de los estudiantes. De ello el planteamiento de esta investigación fue buscar la asociación entre estas variables.

En la investigación se han recolectado datos relevantes en base al nivel de ansiedad y estrés en estudiantes de la carrera de Agronomía de la Universidad de Cuenca, tomando en cuenta datos sociodemográficos selectos. Respecto al objetivo uno que es categorizar sociodemográficamente a la población de estudio estudiantes de la carrera de Agronomía de la Universidad de Cuenca, los resultados muestran, referente al sexo en la investigación se obtuvo un mayor porcentaje en el sexo femenino con el (45.6%) de estrés moderado, lo cual coincide con estudios que indican una mayor susceptibilidad en esta población debido a factores tanto biológicos como sociales. Por otro lado, no se encontraron asociaciones significativas entre la ansiedad y variables como edad, estado civil o semestre, lo que sugiere que la experiencia de la ansiedad y estrés es homogénea en esta población estudiantil.

En cuanto al nivel de ansiedad, se percibió que del 100% de participantes, el 50.7% padece ansiedad leve y el 70.4% de los estudiantes presenta estrés moderado. Estos resultados son comparables a lo informado por Vivar (2020) en la Universidad de Cuenca determinó que el 60% de la población evaluada experimentan niveles moderados y graves de ansiedad. No obstante, otros estudios evidencian estimaciones notoriamente menores por Supe Landa (2023) en una Universidad de Ambato - Ecuador, se determinó la prevalencia del nivel leve (43,6%) ansiedad moderada (21.2%) y con (28,4%) ansiedad grave y ausencia con el (

6.8%)¹⁷. Por otra parte, Moposita Caisaguano (2022) expone que en la Universidad Técnica de Ambato el 36,3% de estudiantes de psicología clínica y enfermería reportaron tener niveles elevados de ansiedad ¹⁸.

En cuanto al estrés Loja M et al, 2023 en Cuenca realizaron un estudio “Prevalencia de ansiedad y estrés en estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad de Cuenca.”, determinar niveles de estrés con (51,1%); y de este el (74,65%) presenta estrés moderado ¹². Al igual que la investigación por Salvó J et al, en 2021 en la Universidad Mayor sede Temuco, denominado “Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de enfermería” con el 61,1 % con estrés.⁵⁷. En este sentido es importante destacar que los resultados coinciden con los que describe la literatura donde se reporta que estudiantes presentan altos porcentajes de ansiedad leve y estrés moderado. Esto puede suceder por la interacción de varios factores que hacen que se manifieste el estrés, entre ellos destaca la carga de tareas, la competencia entre compañeros, cumplir expectativas altas, la búsqueda constante de perfección, la comparación con otros estudiantes, la presión social. Este tipo de situaciones hace que se relacione con emociones anticipatorias como: preocupación, ansiedad, satisfacción, confianza, ira, tristeza, alivio ⁵¹. En caso de la ansiedad los resultados muestran un comportamiento similar, eso coincide con Mofatteh, 2021, hay algunos factores académicos que cobran gran relevancia para el desarrollo de síntomas ansiosos reduciendo la eficacia en el aprendizaje y disminuyendo la atención. Además, afectan la carga de trabajo, un insuficiente dominio de las asignaturas, el miedo y la ansiedad ante los exámenes y las expectativas erróneas acerca de la universidad y el grado.

A nivel teórico, parece lógico pensar que existe una asociación entre estas dos variables, ya que cuando las exigencias del entorno académico son demasiado elevadas y superan los recursos de afrontamiento, se producen desequilibrios que ponen en marcha diversas respuestas adaptativas, que en muchos casos implican reacciones negativas (por ejemplo, ansiedad) y estrés). Por tanto, desde este punto de vista, el aumento de los niveles de estrés puede generar un desequilibrio que haría que el estudiante fuera más propenso a desarrollar ansiedad como respuesta adaptativa a este tipo de situaciones.

De ello se desprende que los mecanismos de afrontamiento que poseen los estudiantes no son eficientes para afrontar aquellas situaciones que perciben como amenazantes, por lo que resultan inútiles para mitigar el impacto del estrés académico o la propia aparición de la

ansiedad, situación que no solo repercute en el estado psicológico del estudiante, sino que repercute directamente en su desempeño y en la realización de las actividades académicas, ya que estas se ven muy afectadas por el rendimiento.

Por tanto, es necesario seguir reflexionando sobre cómo potenciar los recursos de afrontamiento personales y contextuales para reducir el impacto del estrés y la ansiedad en el lugar de estudio, lo que justifica intervenciones que potencien las habilidades de gestión emocional y estrategias que favorezcan un equilibrio entre lo que exige el ámbito académico y lo que los estudiantes pueden aportar.

La presencia de estos factores por la carga de tareas y ansiedad por la reducción la eficacia en el aprendizaje como lo sienten los estudiantes puede ser debido a que tanto el estrés como la ansiedad son respuestas afectan el ambiente universitario que según López IG,et(2024) en Lima-Perú concluyeron que la interacción entre estos componentes no sólo afecta el rendimiento académico sino también la salud mental de los estudiantes. Así pues, en el estudio de Sheldon et al. (2021), se llevó a cabo un metaanálisis que recogía 66 estudios con 13790 participantes en total. Se pudo comprobar cómo había una gran variedad de factores de riesgo que afectan al bienestar mental de los estudiantes, concretamente se estudió su relación con la ansiedad y estrés.

Estos hallazgos sugieren que los adolescentes universitarios tienen una tasa de ansiedad más alta en comparación a la población general. Del mismo modo la OPS señala que las mujeres tienen una mayor tasa de ansiedad que los hombres entre los estudiantes universitarios. Según Mofatteh y Sheldon et al., 2021,entre los factores fisiológicos y sociodemográficos para el desarrollo de trastornos de categoría ansiosa destaca el hecho de padecer una enfermedad o discapacidad física,identificarse con el sexo femenino y ser de menor edad.

Por otra parte, en cuanto al impacto, tanto el nivel de estrés como la ansiedad tienen repercusiones en la salud mental y el rendimiento académico. Niveles elevados de estas condiciones pueden ocasionar dificultades en la concentración, alteraciones del sueño y problemas emocionales que interfieren en la calidad de vida de los estudiantes. Esto refuerza la necesidad de implementar programas de intervención y promoción de la salud mental en

el contexto universitario, que incluyan estrategias de afrontamiento efectivas y el fortalecimiento de redes de apoyo.

Además, el nivel de ansiedad hallada en esta muestra fue del 50,7% utilizando como instrumento la Escala de Ansiedad de Hamilton. No obstante Freitas et al., (2023) en una investigación menciona que, los estudiantes experimentan cambios significativos en sus emociones y comportamiento antes y durante el ingreso a la universidad, el hecho de dejar el entorno familiar como social y mudarse a diferentes ciudades para iniciar su trayectoria universitaria, puede generar sintomatología ansiosa u otras patologías como; estrés y depresión, lo que puede afectar la salud y calidad de vida ⁴³.

Y el nivel de estrés hallado fue del 70,4% utilizando el inventario SISCO que permitió evaluar de manera precisa el estado de los estudiantes, estableciendo una base para futuras investigaciones y acciones orientadas a mitigar los efectos del estrés y la ansiedad en la comunidad universitaria. Este estudio aporta información valiosa para diseñar intervenciones que promuevan el bienestar académico y personal de los estudiantes.

Los resultados obtenidos brindan una visión global que intenta reflejar los posibles factores que afectan a los estudiantes de Agronomía durante su proceso de formación académica. Lo anterior demuestra que, además de adquirir los conocimientos teóricos, los estudiantes deben adquirir competencias en habilidades sociales, inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento, aptitudes que no sólo les permitirán enfrentar la dinámica del entorno académico, sino que también les asegurará un mejor desempeño profesional en el futuro.

La demanda de una mayor investigación de estas variables surge en la búsqueda de datos más precisos y detallados que puedan servir de base para el diseño e implementación de programas específicos, que se enfoquen en la atención integral y que también fortalezcan las habilidades para enfrentar los desafíos que son parte de su formación y ejercicio profesional.

Para finalizar, es importante mencionar que se realizó tablas en base a los aspectos sociodemográficos relacionados al nivel de ansiedad y estrés, se encontró un solo valor estadísticamente significativo en el sexo, con una prevalencia de estudiantes mujeres con mayor nivel tanto de ansiedad como estrés, dato alarmante considerando también que la población total es mayor en comparación con el sexo opuesto.

Capítulo VIII

8.1 Conclusiones y recomendaciones

8.1.1 Conclusiones

Finalmente, luego de someter a un exhaustivo análisis los resultados e interpretar las puntuaciones vertidas en la investigación se puede concluir:

- Participaron 213 estudiantes, en los cuales se encuentra que los menores a 20 años predominan; la mayoría mujeres; la mayor parte son solteros; en cuanto al semestre que pertenecen los estudiantes encuestados, los de primer y tercer semestre fueron los más presentes.
- En virtud de los resultados obtenidos en esta investigación, se evidencia la gran prevalencia de estrés moderado 70,4 %, seguido por estrés leve y finalmente en poca cantidad estrés severo, en cuanto a la ansiedad, es de mayor prevalencia la ansiedad leve 50,7% seguida de ansiedad moderada casi a igual prevalencia que la ansiedad severa.
- En cuanto a la relación entre el nivel de ansiedad y las variables sociodemográficas en los estudiantes, podemos observar que en la variable sexo femenino es el que presenta niveles más altos de ansiedad, siendo la ansiedad leve la más prevalente e igualmente en cuanto al estrés son quienes muestran un nivel mayor; siendo el estrés moderado el más frecuente, en la variable edad, existe una diferencia poco significativa entre los mayores de 20 años 50,7 % y menores de 20 años 49,3 % que presentan ansiedad, donde la ansiedad leve es la más frecuente en los 2 rangos de edades, en cuanto a estrés los menores de 20 años presentan mayor nivel y el estrés moderado es la clasificación predominante, finalmente en la variable semestre que cursan se ha determinado que los primero, segundo y tercer ciclo son los que mayores niveles de ansiedad muestran, en cuanto a estrés se destacan también los estudiantes de sexto y noveno ciclos, predominando en todos los casos el estrés moderado.

8.1.2 Recomendaciones

1. Promover campañas de salud mental, para concientizar sobre la importancia del bienestar psicológico y factores que pueden causar ansiedad entre los estudiantes universitarios.

2. Impartir charlas educativas sobre la importancia de la salud mental y cómo afrontar situaciones agobiantes para prevenir así ansiedad y estrés.
3. Brindar seguimiento periódico a personas que presenten señales de advertencia de altos niveles de ansiedad para brindar apoyo profesional y mejorar su bienestar psicológico.
4. La Comisión de Salud Mental debe fortalecerse mejorando e implementando planes de promoción, prevención y atención de los problemas de salud mental, para brindar educación y concientización, además de captación temprana.
5. Promoción de un entorno académico más comprensivo y solidario, donde los estudiantes puedan expresar mejor sus ideales, crecer en cuanto a su desarrollo personal y fortalecer su salud mental.

8.1.3 Limitaciones

1. Una de las principales limitaciones presentadas es la disponibilidad de los estudiantes para participar en la investigación; prácticas preprofesionales, horarios de clases ininterrumpidos e indisposición de parte de los docentes fueron algunos de los factores que limitaron la aplicabilidad de los instrumentos.
2. La falta de estudios enfocados en la población estudiantil de la carrera de Agronomía y sus derivados fue un limitante al momento de comparar los resultados obtenidos con investigaciones previas, por lo general se encontraron estudios aplicados a estudiantes del área de ciencias de la salud.

Referencias

1. Lobos-Rivera M, Chacón-Andrade E, Gómez-Gómez N, Calito-Palacios R. Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en una muestra de estudiantes universitarios de nuevo ingreso. V & R [Internet]. 27 feb.2023 [citado 11 ene.2025];5(1):28-7. Available from: <http://revistas.pucesa.edu.ec/ojs/index.php?journal=VR&page>
2. OMS. Estrés. Organ Mund Salud. 2023. Disponible en:<https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
3. Garay Núñez, JR, Santos Quintero, MI, Félix Amézquita, MA, Beltrán Montenegro, Jiménez Barraza, VG. Estrés académico y educación híbrida en estudiantes universitarios en tiempos de la nueva normalidad educativa. 1ro de enero al 30 de abril del 2022. 30 de abril de 2022;(2):13.
4. CITE. Ley Orgánica de Salud Mental – cite.com.ec. 2024;
5. Fernández López O, Jiménez Hernández B, Almirall R. A, Sabina Molina D, , Cruz Navarro JR Manual para diagnóstico y tratamiento de trastornos ansiosos. MediSur [Internet]. 2022;10(5):466-479. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180024553019>
6. Jiménez B, et al. La ansiedad en los estudiantes de Enfermería. ETAC Campus Chalco. [Internet] [Tesis] 19 agosto 2023. [citado el 6 de abril de 2024]. Disponible en: <https://es.scribd.com/document/709784395/ETAC-ANSIEDAD>
7. González LZT, Guevara EG, Nava MG, Estala MAC, García KYR, Peña EGR.
8. Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de nuevo ingreso a la educación superior. Rev Salud Publica Nutr. 11 de enero de 2019;17(4):41-7.
9. Organización Panamericana de la Salud. La carga de los trastornos mentales en la Región de las Américas 2018-2023. Recuperado de: http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/49578/9789275320280_spa.pdf?se
10. Pinargote, Eleticia y Liliana Caicedo. “La Ansiedad Y Su Relación En El Rendimiento Académico de Los Estudiantes de La Carrera de Psicología de La Universidad Técnica de Manabí.” Espirales Revista Multidisciplinaria de Investigación Científica , vol. 3, núm. 1, 2019, pág. 28. Grupo Compás , www.redalyc.org/journal/5732/573263327006/html/. Consultado el 13 de abril de 2024.
11. Barreros, Naemí, et al. Nivel de estrés académico y nivel de actividad física en estudiantes universitarios de la escuela profesional de tecnología médica de la

- universidad peruana cayetano heredia que reciben educación a distancia.2021, pág. 55
repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9700/Nivel_BarrerosCardenas_
Nayomi.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Consultado el 13 de abril de 2024.
12. Moposita, Lizbeth. La ansiedad y su relación con el estrés académico en estudiantes de las carreras de psicología clínica y enfermería. Septiembre de 2022, pág. 79, repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/36734/1/Moposita%20Caisaguano%20Lizbeth%20Alejandra%2c%20firmas%20comoletas%20%281%29.pdf. Consultado el 13 de abril de 2024.
 13. Loja M. Prevalencia de ansiedad y estrés en estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad de Cuenca, 2023. [Internet] [Tesis]. Juella M, editor. [Universidad de Cuenca]; 2024 [cited 2024 Apr 14]. p. 66. Available from: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>
 14. Freud, S. A disturbance of memory on the Acropolis. London: Hogarth. 1964.
 15. CIE. Trastornos Mentales y del Comportamiento. Versión 10. Clasificación Internacional de Enfermedades. Meditor. Madrid, España. 1992
 16. OMS. Trastornos mentales. Organ Mund Salud. 2022.
 17. Landa RVS, Manzano FRG. Ansiedad y calidad de vida en estudiantes universitarios: Anxiety and quality of life in university students. LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades. 1 de julio de 2023;4(2):2522-30.
 18. Carrera, Diana. "Ansiedad y riesgo suicida en estudiantes" pag. 21, repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/39840/1/Carrera%20Diana.pdf. Consultado el 14 de abril de 2024.
 19. Souza Martins, M., & Figueroa Angel, M. X. (2023). Factores psicológicos de los estudiantes universitarios y calidad de vida: Una revisión sistemática pre pandemia. Interdisciplinaria: Revista de Psicología y Ciencias Afines = Journal of Psychology and Related Sciences, ISSN 0325-8203, Vol. 40, No. 1, 2023, Págs. 25-41, 40(1),25–41.<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8818428&info=resumen&idioma=SPA>
 20. MayoClinic.org. Trastorno de ansiedad generalizada. MayoClinic.org. 2020;3
 21. Zambrano-Vélez WA, Tomalá-Chavarría MD. Diagnóstico de estrés académico en estudiantes universitarios. Rev Tecnol Educa Docentes. 2022 septiembre;14(2):42-7.
 22. Instituto Nacional de Salud Mental (NIMH). ¡Estoy tan estresado! Hoja informativa [Internet]. Bethesda (MD): NIMH; 2023 [citado 2024 Abr 6]. Disponible en: <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/estoy-tan-estresado>

23. Estado I de S y SS de los T del. gob.mx. [citado 6 de abril de 2024]. El estrés y tu salud. Disponible en: <http://www.gob.mx/issste/articulos/el-estres-y-tu-salud?idiom=es>
24. Martínez ILH, Torres JGM. Estrés académico y ansiedad en estudiantes del décimo ciclo de enfermería de una universidad privada de Lima. Rev Cienc Lat. 1 de septiembre de 2023; 7(4): 4495-512.
25. Valenzuela NORTE, Quiñones A. Estado Delawareyo arte sobre la relación del estrés C.Académico y rendimientos estudiantes universitarios,estafa mediación Delaware dos variables. México, 2021. MLSInvestigación Educativa 5(2): 39-58 <https://n9.cl/l78bF>
26. Cassaretto, M., Vilela, P. y Gamarra, L. Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. 2021. Liberabit, 27(2), e482. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>
27. Universidad de Chile. Reconocer, prevenir y afrontar el estrés académico. 2022. [Internet]. [citado 6 de abril de 2024]. Disponible en: <https://uchile.cl/presentacion/centro-de-aprendizaje-campus-sur/Material-Autorregulacion-Emocional/reconocer-prevenir-y-afrontar-el-estres-academico>
28. Fernández de Castro de León J, Luévano Flores E. INFLUENCIA DEL ESTRÉS ACADÉMICO SOBRE EL RENDIMIENTO ESCOLAR EN EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR. Rev. Panamericana de Pedagogía [Internet]. 28 de diciembre de 2018 [citado 7 de abril de 2024];(26). Disponible en: <https://revistas.up.edu.mx/RPP/article/view/1926>
29. Giné S. Escuela de Postgrado de Medicina y Sanidad. 2021 [citado 6 de abril de 2024]. Tipos de estrés y sus factores de riesgo - Psicología y Psiquiatría. Disponible en: <https://postgradomedicina.com/tipos-estres-efectos-riesgos/>
30. Carrozzino D, Patierno C, Fava GA, Guidi J. The Hamilton Rating Scales for Depression: Una revisión crítica de las propiedades clinimétricas de diferentes versiones. Psychother Psychosom. 2020;89(3):133-150.
31. Organización Mundial de la Salud. Clasificación internacional de enfermedades 11ª edición: CIE-11 para estadísticas de mortalidad y morbilidad [Internet]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2022 [citado el 27 de enero de 2025]. Disponible en: https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w25125w/ICD11_MMS-es-06.pdf
32. Landa RVS, Manzano FRG. Ansiedad y calidad de vida en estudiantes universitarios: Anxiety and quality of life in university students. LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades. 1 de julio de 2023;4(2):2522-30.

33. Universidad Internacional de La Rioja ,UNIR. La ansiedad en adolescentes: causas e importancia de su tratamiento [Internet]. UNIR Ecuador - Maestrías y Grados virtuales;12 de abril de 2023 [citado 27 de enero del 2025]. Disponible en: <https://ecuador.unir.net/actualidad-unir/ansiedad-adolescentes/>
34. Pablo Pons Rybakov. Factores de riesgo asociados a la ansiedad en estudiantes universitarios españoles [Internet] [Tesis]. Universitat de les Illes Balears; 2022. Disponible en: [https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/159745/Pons_Rybakov_Pablo.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=A%20nivel%20de%20las%20relaciones,et%20al.%2C%202021\).](https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/159745/Pons_Rybakov_Pablo.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=A%20nivel%20de%20las%20relaciones,et%20al.%2C%202021).)
35. Mofatteh, M. Factores de riesgo asociados al estrés, la ansiedad y la depresión en estudiantes universitarios. AIMS Salud Pública, 2021,8(1):36–65.
36. Sheldon, E., Simmonds-Buckley, M., Bone, C., Mascarenhas, T., Chan, N., Wincott, M., Gleeson, H., Sow, K., Hind, D. y Barkham, M. Prevalencia y factores de riesgo de problemas de salud mental en estudiantes universitarios de pregrado: una revisión sistemática con metaanálisis. Revista de trastornos afectivos (2021), 287, 282–292.
37. Yesenia C, Veronica P, Stalin P. La ansiedad en el proceso educativo de los estudiantes: un desafío para el rendimiento y el bienestar. Revista Científica Multidisciplinaria Ciencia Latina. 17 de junio de 2023;7(3):2922-35.
38. María Yáñez. Ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela de Medicina de la PUCESA [Internet]. [Ambato]: Pontificia Universidad Católica del Ecuador; 2023. Disponible en: <https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/54c68821-d49b-4c43-b4f7-6855852f2d4c/content>
39. Macías EIP, Guale LCC. La ansiedad y su relación en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Manabí. Espirales revista multidisciplinaria de investigación científica [Internet]. 2019 [citado 25 de julio de 2024];3(28). Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5732/573263327006/html/>
40. Zazueta L. Obtenido de Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. Revista Espacios [Internet]. 2020. Disponible en: <https://revistaespacios.com/a20v41n48/a20v41n48p30.pdf>
41. Sairitupac S. Niveles de ansiedad de estudiantes frente a situaciones de exámenes: Cuestionario CAEX .Scielo;2020 [Internet] [citado 27 de enero del 2025]. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992020000400012

42. Organización Mundial de la Salud. Trastornos de ansiedad [Internet]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2023 [citado el 27 de enero de 2025]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
43. Nafría, P. ¿Cuáles son los síntomas de la ansiedad? – Psicología Nafría.(2019, June 11).
44. National Institute of Mental Health (NIMH)-Trastorno de ansiedad social: Más allá de la simple timidez [Internet]. Bethesda: Instituto Nacional de la Salud Mental;2022 [citado 25 de julio de 2024] Disponible en: <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/trastorno-de-ansiedad-social-mas-alla-de-la-simple-timidez>
45. José G. Ansiedad social y habilidades sociales en estudiantes de Psicología clínica de la Universidad del Azuay [Internet]. [Cuenca]: Universidad de Azuay; 2022. Disponible en: <https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/11521/1/17053.pdf>
46. Deysi B,Lilia V.,Luis A., Romulo R. Ansiedad y depresión en adolescentes de la Universidad Nacional de Chimborazo .[Internet] [Riobamba]Universidad Nacional de Chimborazo; 2021;10(2):182-9. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7925608>
47. Geovanna CMM, Andrea GBJ, Yolanda AHC. Proyecto de intervención orientado a la disminución de los niveles de ansiedad para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes de décimo año de educación básica de la unidad educativa Liceo Naval Quito Año 2021-2022 . 2022;41.
48. Arias PR, Gordón-Rogel J, Galárraga-Andrade A, García FE. Propiedades psicométricas de la Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) en estudiantes ecuatorianos. Rev AJAYU [Internet]. 2022 [citado el 27 de enero de 2025];20(2):273-87. Disponible en: <https://doi.org/10.35319/ajayu.202110>
49. Freitas, P. H. B. de, Meireles, A. L., Ribeiro, I. K. da S., Abreu, M. Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes del área de la salud e impacto en la calidad de vida. Revista Latino-Americana de Enfermas, (2023); 31. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.6315.3884>
50. Cores C. Cómo influye el estrés en el rendimiento cognitivo [Internet]. Centro Psicológico Cecilia Cores; 20 de julio de 2022 [citado 2024 jul 28]. Disponible en: <https://ceciliacorespsicologa.es/como-influye-estres-rendimiento-cognitivo/#:~:text=El%20estr%C3%A9s%2C%20dependiendo%20de%20la,pueda%20desarrollar%20pr%C3%A1cticamente%20ninguna%20tarea>

51. López IG, Vidal VGO, Alca JTP. El estrés académico en el aprendizaje de los estudiantes universitarios. *Horiz Rev Investig Cienc Educ.* 2024;8(32):526-543. Disponible en: <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v8i32.742>. Publicado el 10 de enero de 2024.
52. Gusqui Bonilla KM, Galárraga Andrade AS. Analisis de disparidad en los niveles de estrés académico entre estudiantes universitarios de primer y último nivel. *Prometeo Conoc Cienc.* 2023;3(2):e49. Disponible en: <https://doi.org/10.55204/pcc.v3i2.e49>.
53. Tirado L, Morales J, Vargas E, Arce J. Estrés académico autopercebido y factores relacionados en una escuela privada de odontología en Cartagena, Colombia. *Univ Salud.* 2023.
54. Armenta, L., Quiroz, C. Y., Abundis, F., & Zea, A. (2020). Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Espacios*, 41(48), 402-415. <https://doi.org/10.48082/espacios-a20v41n48p30>
55. Espinosa-Castro J-F, Hernández-Lalinde J, Rodríguez JE, Chacín M, Bermúdez-Pirela V. Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *AVFT-Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica.* 16 de febrero de 2020;V39(n1):págs 63-69.
56. Guadarrama Guadarrama, R., Márquez Mendoza, O., Mendoza Mojica, S. A., Veytia López, M., Serrano García, J. M., & Ruiz Tapia, J. A. (2022). Acontecimientos estresantes, una cuestión de salud en universitarios. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15(4), 1532-1547.
57. Barraza Macías A. El Inventario SISCO del Estrés Académico. *Investigación Educativa Duranguense.* 2018;(7):90-3.
58. Salvo, JVillagrán, F.; Aravena, C.; Campos, D.; CID, J.; Cruces, S.; González, M. & Olguín, V. Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de enfermería. *J. health med. sci.*, 7(2): 83-90, 2021
59. Ruiz Camacho C, Barraza Macías A. Validación del Inventario SISCO SV-21 en estudiantes universitarios españoles. 2020.
60. Olivas-Ugarte LO, Morales-Hernández SF, Solano-Jáuregui MK. Evidencias psicométricas del Inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en universitarios peruanos. *Propósitos y Representaciones.* 2021;9(2) :e647 . Disponible en : <https://doi.org/10.20511/pyr2021.v9n2.647>.
61. Delgado EC, Lara MF, Arias RM. Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula* 2021; 35 (1): 23-36. 2021;14.

Anexos

Anexo A: Operacionalización de variables

Variable	Concepto	Dimensión	Indicador	Escala
<i>Edad</i>	<i>Tiempo transcurrido a partir del nacimiento de un individuo</i>	<i>Años transcurridos</i>	<i>Años cumplidos</i>	<i>-Menores de 20 años -20 años y más</i>
<i>Sexo</i>	<i>Se refiere al conjunto de características biológicas que definen a los humanos como hombres y mujeres.</i>	<i>-Biológica</i>	<i>- Características fenotípicas.</i>	<i>NOMINAL 1.Masculino 2.Femenino</i>
<i>Estado civil</i>	<i>Condición de cada persona en relación legal y social con la asociación o no ;a otro individuo</i>	<i>Estado civil registrado en la cédula de identidad.</i>	<i>¿Cuál es su estado civil?</i>	<i>Nominal 1.Soltera/o 2.Casada/o 3.Divorciada/o 4.Viuda/o 5.Unión libre</i>
<i>Semestre</i>	<i>Nivel o ciclo de la carrera en la que el estudiante está matriculado</i>	<i>Ciclo académico</i>	<i>-Ciclo de estudio actual</i>	<i>Ordinal 1.Primer ciclo. 2. Segundo ciclo. 3. Cuarto ciclo 4.Quinto ciclo 5.Sexto ciclo 6.Septimo ciclo</i>
<i>Estrés</i>	<i>Condiciones presentes en una situación académica el fin es reconocer las</i>	<i>Condiciones académicas</i>	<i>Proporción de los estudiantes de agronomía que padecen</i>	<i>INVENTARIO SISCO 21 1.Estrés Leve 2.Estrés Medio</i>

	<i>características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios.</i>		<i>estrés.</i>	<i>3.Estrés Severo</i>
<i>Ansiedad</i>	<i>Tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psico-somáticos, cognitivos y sus miedos</i>	<i>Interacción con el ambiente de aprendizaje</i>	<i>Proporción de los estudiantes de agronomía que padecen ansiedad</i>	<i>ESCALA DE ANSIEDAD DE HAMILTON 0.Ausente 1.Leve 2.Moderado 3.Grave 4.Muy grave/incapacitante</i>

Anexo B: Cuestionario Sociodemográfico

UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE ENFERMERÍA

TÍTULO : *Ansiedad y estrés en estudiantes de la carrera de agronomía de la Universidad de Cuenca, 2024–2025.*

Fecha (dd/mm/aa) _____ / _____ / _____

Código :099

Sección A :Variables sociodemográficos	
A.1. Edad () años cumplidos.	A.2. Sexo: 1.Masculino () 2.Femenino ()
A.3. Estado civil : 1.Soltera/o () 2.Casada/o () 3.Divorciada/o () 4.Viuda/o () 5.Unión libre ()	A.4. Semestre que cursa: Primer ciclo () Segundo ciclo () Tercer ciclo () Cuarto ciclo () Quinto ciclo () Sexto ciclo () Séptimo ciclo () Octavo ciclo () Noveno ciclo () Decimo ciclo ()
Sección B :Instrumentos	
B.1.Escala de ansiedad de HAMILTON _____	
B.2. Inventario SISCO estrés académico _____	

Anexo C: ESCALA DE ANSIEDAD DE HAMILTON

Seleccione para cada ítem la puntuación que corresponda, según su experiencia. Las definiciones que siguen al enunciado del ítem son ejemplos que sirven de guía. Marque en el casillero situado a la derecha la cifra que defina mejor la intensidad de cada síntoma en el paciente. Todos los ítems deben ser puntuados.

SÍNTOMAS DE LOS ESTADOS DE ANSIEDAD	Ausente	Leve	Moderado	Grave	Muy grave/incapacitante
1. Estado de ánimo ansioso. Preocupaciones, anticipación de lo peor, aprensión (anticipación temerosa), irritabilidad	0	1	2	3	4

2. Tensión. Sensación de tensión, imposibilidad de relajarse, reacciones con sobresalto, llanto fácil, temblores, sensación de inquietud.	0	1	2	3	4
3. Temores. A la oscuridad, a los desconocidos, a quedarse solo, a los animales grandes, al tráfico, a las multitudes.	0	1	2	3	4
4. Insomnio. Dificultad para dormirse, sueño interrumpido, sueño insatisfactorio y cansancio al despertar.	0	1	2	3	4
5. Intelectual (cognitivo) Dificultad para concentrarse, mala memoria.	0	1	2	3	4
6. Estado de ánimo deprimido. Pérdida de interés, insatisfacción en las diversiones, depresión, despertar prematuro, cambios de humor durante el día.	0	1	2	3	4
7. Síntomas somáticos generales (musculares) Dolores y molestias musculares, rigidez muscular, contracciones musculares, sacudidas clónicas, crujir de dientes, voz temblorosa.	0	1	2	3	4
8. Síntomas somáticos generales (sensoriales) Zumbidos de oídos, visión borrosa, sofocos y escalofríos, sensación de	0	1	2	3	4

debilidad, sensación de hormigueo.					
9. Síntomas cardiovasculares. Taquicardia, palpitaciones, dolor en el pecho, latidos vasculares, sensación de desmayo, extrasístole.	0	1	2	3	4
10. Síntomas respiratorios. Opresión o constricción en el pecho, sensación de ahogo, suspiros, disnea.	0	1	2	3	4
11. Síntomas gastrointestinales. Dificultad para tragar, gases, dispepsia: dolor antes y después de comer, sensación de ardor, sensación de estómago lleno, vómitos acuosos, vómitos, sensación de estómago vacío, digestión lenta, borborigmos (ruido intestinal), diarrea, pérdida de peso, estreñimiento.	0	1	2	3	4
12. Síntomas genitourinarios. Micción frecuente, micción urgente, amenorrea, menorragia, aparición de la frigidez, eyaculación precoz, ausencia de erección, impotencia.	0	1	2	3	4
13. Síntomas autónomos. Boca seca, rubor, palidez, tendencia a sudar, vértigos, cefaleas de tensión, piloerección (pelos de punta).	0	1	2	3	4

14. Comportamiento en la entrevista (general y fisiológico)	0	1	2	3	4
<p>Tenso, no relajado, agitación nerviosa: manos, dedos cogidos, apretados, tics, enrollar un pañuelo; inquietud; pasearse de un lado a otro, temblor de manos, ceño fruncido, cara tirante, aumento del tono muscular, suspiros, palidez facial.</p> <p>Tragar saliva, eructos, taquicardia de reposo, frecuencia respiratoria por encima de 20 res/min, sacudidas enérgicas de tendones, temblor, pupilas dilatadas, exoftalmos (proyección anormal del globo del ojo), sudor, tics en los párpados.</p>					

Ansiedad psíquica	
Ansiedad somática	
PUNTUACIÓN TOTAL	

Anexo D: INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO (Bazarra, 2006)

Código:	Sexo: F____ M____
Edad:	Ciclo y paralelo:

El presente cuestionario tiene como objetivo central conocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes.

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

- Si
- No

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “si”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) bajo, (2) medianamente bajo, (3) medio, (4) medianamente alto y (5) alto.

1	2	3	4	5

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

	1 <i>Nunca</i>	2 <i>Rara vez</i>	3 <i>Algunas veces</i>	4 <i>Casi siempre</i>	5 <i>Siempre</i>
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales,ect.)					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ especifique:					

4. una escala del (1) al (5) donde **(1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre**, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

REACCIONES FÍSICAS

	1 <i>Nunca</i>	2 <i>Rara vez</i>	3 <i>Algunas veces</i>	4 <i>Casi siempre</i>	5 <i>Siempre</i>
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas.)					
Fatiga crónica (cansancio permanente.)					
Dolores de cabeza o migraña.					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
REACCIONES PSICOLÓGICAS					
	1 <i>Nunca</i>	2 <i>Rara vez</i>	3 <i>Algunas veces</i>	4 <i>Casi siempre</i>	5 <i>Siempre</i>
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo.)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído.)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración.					
Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.					
REACCIONES COMPORTAMENTALES					
	1 <i>Nunca</i>	2 <i>Rara vez</i>	3 <i>Algunas veces</i>	4 <i>Casi siempre</i>	5 <i>Siempre</i>

Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.					
Aislamiento de los demás.)					
Desgano para realizar las labores académicas.					
Aumento o reducción del consumo de alimentos.					

5. En una escala del (1) al (5) donde **(1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre**, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
Otra (Especifique) _____					

Anexo E: CRONOGRAMA DE TRABAJO

ACTIVIDADES	Mes					
	Mes 1	Mes 2	Mes 3	Mes 4	Mes 5	Mes 6
1. Revisión final del protocolo y aprobación	X					
2. Diseño y prueba de instrumentos		X				

3.	<i>Recolección de datos</i>			X			
4.	<i>Procesamiento y análisis de datos.</i>				X	X	
5.	<i>Informe final</i>						X

Anexo F: RECURSOS HUMANOS

<i>Recursos humanos</i>	<i>Función</i>
<i>Lcda. Fernanda Álvarez Mgt.</i>	<i>Directora del proyecto de tesis</i>
<i>Lcda. Dolores Amparito Rodríguez Sánchez Mgt.</i>	<i>Asesor del proyecto de tesis</i>
<i>Nicole Pauleth Ordoñez Freire</i>	<i>Investigadora</i>
<i>Jenny Vanessa Quinatoa Toctaguano</i>	<i>Investigadora</i>
<i>Estudiantes de la carrera de Agronomía de la Universidad de Cuenca</i>	<i>Participantes</i>

Anexo G RECURSOS MATERIALES Y PRESUPUESTO

<i>RECURSO</i>	<i>CANTIDAD</i>	<i>VALOR UNIDAD</i>	<i>VALOR TOTAL</i>
<i>COMPUTADORA</i>	<i>2</i>	<i>500 \$</i>	<i>1000 \$</i>
<i>IMPRESORA</i>	<i>1</i>	<i>550 \$</i>	<i>550 \$</i>
<i>TINTA IMPRESORA</i>	<i>4</i>	<i>7,5 \$</i>	<i>30 \$</i>
<i>INTERNET</i>	<i>6</i>	<i>20 \$</i>	<i>120 \$</i>
<i>ESFEROS</i>	<i>2</i>	<i>1 \$</i>	<i>2 \$</i>
<i>HOJAS DE PAPEL BOND</i>	<i>1</i>	<i>4 \$</i>	<i>4 \$</i>
<i>TRANSPORTE</i>	<i>20</i>	<i>0,30 \$</i>	<i>6 \$</i>
<i>TOTAL</i>			<i>1712,00 \$</i>

Anexo H: Formulario de asentimiento informado

FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de la investigación: *Ansiedad y estrés en estudiantes de la carrera de agronomía de la Universidad de Cuenca, 2024–2025.*

Datos del equipo de investigación:

	Nombres completos	# de cédula	Institución a la que pertenece
Director/a del proyecto	Maria Fernanda Alvarez Heredia		Universidad de Cuenca
Investigador Principal (IP)	Nicole Pauleth Ordoñez Freire		Universidad de Cuenca
Investigador Principal (IP)	Jenny Vanessa Quinatoa Toctaguano		Universidad de Cuenca

¿De qué se trata este documento?

De la manera más comedida y respetuosa le invitamos a usted a participar en este estudio, que se realizará en la carrera de Agronomía, Facultad de Ciencias Agropecuarias de la Universidad de Cuenca. En este documento llamado "consentimiento informado" se explica las razones por las que se realiza el estudio, cuál será su participación y si acepta la invitación. También se explican los posibles riesgos, beneficios y sus derechos en caso de que usted decida participar. Después de revisar la información en este Consentimiento y aclarar todas sus dudas, tendrá el conocimiento para tomar una decisión sobre su participación o no en este estudio. No tenga prisa para decidir. Si es necesario, lleve a la casa y lea este documento con sus familiares u otras personas que son de su confianza.

Introducción

El motivo principal de la realización de este estudio es conocer los niveles de ansiedad y estrés en estudiantes de la Facultad de Ciencias Agropecuarias de la Universidad de Cuenca, siendo estos en la actualidad un problema que trae grandes consecuencias al desempeño académico y personal. Su participación en este estudio será fundamental para poder obtener información acerca de los niveles de ansiedad y estrés de los estudiantes de la carrera de Agronomía; esta información será tomada bajo su consentimiento y sólo si usted acepta esta invitación a formar parte del grupo de estudio. Además, el presente estudio permitirá producir cambios positivos tanto a nivel individual como a nivel institucional mediante la implementación de medidas ante los niveles de ansiedad y estrés presentes en el campus, promover entornos seguros y saludables si fuese necesario. Para

el desarrollo de este estudio, usted ha sido elegido para participar en este proyecto por ser estudiante de la Facultad de Ciencias Agropecuaria y estudiante de la carrera de Agronomía de la Universidad de Cuenca

Objetivo del estudio

Determinar nivel de ansiedad y estrés en estudiantes de la Carrera de Agronomía de la Universidad de Cuenca, 2024 – 2025.

Descripción de los procedimientos

Se desarrollará de forma presencial, una vez en el lugar se dispondrá a dar a conocer los objetivos y razones por las cuales se realizará el presente proyecto en estudiantes de la Universidad del Cuenca, una vez en el lugar se dispondrá a dar a conocer los objetivos y razones por las cuales se realizará el presente proyecto. El cuestionario deberá ser realizado con la mayor honestidad posible, y de haber dudas serán resueltas por el encuestador. Los procedimientos a seguir este estudio son:

- Primer contacto con los estudiantes en las aulas que reciben sus respectivas clases, entrega del consentimiento informado la firma que acepta participar en el estudio.
- Obtención del consentimiento informado para la participación del estudiante en la investigación.
- Con el consentimiento informado ya firmado, se procederá a entregar las encuestas físicas a cada estudiante para que llene el cuestionario con un tiempo aproximado de máximo 15 minutos.
- Una vez obtenidos los resultados del estudio, podrá conocerlos al ingresar en el Repositorio Institucional de la Universidad de Cuenca.

Riesgos y beneficios

Existe un riesgo mínimo que se refiere al quebranto de la confidencialidad de los datos recogidos, sin embargo, para reducir el riesgo los investigadores tomarán la información presencialmente omitiendo los nombres de los participantes y codificando los formularios basado en la primera letra de su primer nombre y apellido, código que fue de conocimiento exclusivo de las investigadoras, respetando con ello el anonimato. Además, la base de datos de la investigación se mantendrá bajo contraseñas de manera que solamente los investigadores tengan acceso a la información. Entre los beneficios de que usted participe en este estudio es: identificar los niveles de ansiedad y estrés de la carrera de Agronomía, Facultad de Ciencias Agropecuarias de la Universidad de Cuenca. Aparte de esto, no existe ningún otro tipo de beneficio directo (material, económico o simbólico) para el participante.

Otras opciones si no participa en el estudio

Los participantes tienen la libertad de participar o no en el estudio.

Derechos de los participantes *(debe leerse todos los derechos a los participantes)*

Usted tiene derecho a:

- Recibir la información del estudio de forma clara;
- Tener la oportunidad de aclarar todas sus dudas;
- Tener el tiempo que sea necesario para decidir si quiere o no participar del estudio;
- Ser libre de negarse a participar en el estudio, y esto no traerá ningún problema para usted;
- Ser libre para renunciar y retirarse del estudio en cualquier momento;
- El respeto de su anonimato (confidencialidad);
- Que se respete su intimidad (privacidad);
- Recibir una copia de este documento, firmado y rubricado en cada página por usted y el investigador;
- Tener libertad para no responder preguntas que le molesten;
- Contar con la asistencia para que el problema de salud o afectación de los derechos que sean detectados durante el estudio, sean manejados según normas y protocolos de atención establecidas por las instituciones correspondientes;
- Usted no recibirá ningún pago ni tendrá que pagar absolutamente nada por participar en este estudio.

Información de contacto

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor llame al siguiente teléfono 0967579523 / 0983904066 que pertenece a Nicole Pauleth Ordoñez Freire / Jenny Vanessa Quinatoa Toctaguano o envíe un correo electrónico a npauleth.ordonez@ucuenca.edu.ec / vanessa.quinatoa@ucuenca.edu.ec

Consentimiento informado

Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

Nombres completos del/a participante	Firma del/a participante	Fecha
Nombres completos del investigador/a	Firma del investigador/a	Fecha
Nombres completos del/a investigador/a	Firma del/a investigador/a	Fecha

Si usted tiene preguntas sobre este formulario puede contactar al Dr. Ismael Morocho Malla, Presidente del Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos de la Universidad de Cuenca, al siguiente correo electrónico: ismael.morocho@ucuenca.edu.ec