



UNIVERSIDAD PRIVADA TELESUP

FACULTAD DE SALUD Y NUTRICIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

TESIS

**“ANSIEDAD Y ESTRÉS EN LOS SOLDADOS DEL
SERVICIO MILITAR VOLUNTARIO DE LAS UNIDADES
DE LA SEGUNDA BRIGADA DE INFANTERÍA DEL
CUARTEL LOS CABITOS - HUAMANGA, 2022”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTORES:

Bach. ESPINOZA CUNTO, EULOGIA

DNI 28293459

Bach. URIBE TAPAHUASCO, JUAN JOSE

DNI 28237618

LIMA - PERÚ

2022

ASESOR DE TESIS

Mg. RAÚL GUALBERTO QUISPE TAYA
DNI 08086028 <https://orcid.org/0000-0002-8091-2880>

JURADO EXAMINADOR

Dra. MARCELA ROSALINA BARRETO MUNIVE
DNI 09753980 <https://orcid.org/0000-0002-6324-7671>
Presidente

Dra. ROSA ESTHER CHIRINOS SUSANO
DNI 08217185 <https://orcid.org/0000-0001-9093-4955>
Secretario

Mg. GUTIERREZ SUAREZ DIEGO ALEJANDRO
CE 003319075 <https://orcid.org/0000-0003-1388-6448>
Vocal

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mi familia, mis padres y hermanos y todos aquellos que me apoyaron con sus palabras de aliento a no rendirme y a los que creyeron en mi persona y me dieron la oportunidad de realizar mis estudios paralelo a mi trabajo (My Loyaga, CrI Villanueva y CrI Vivanco), mil gracias.

EULOGIA ESPINOZA CUNTO

A mis padres Juan José y Carmela Victoria quienes me guían desde la eternidad, a Neri mi esposa, a mis hijos Fanny Anarella y José Renato por su apoyo inquebrantable e incondicional.

JUAN JOSÉ URIBE TAPAHUASCO

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer en primer lugar a mis hijas Palmira y Dayra por haber sido mi motivo para seguir esforzándome, y culminar mis estudios y sobre todo a Dios por ser mi fortaleza y guía día a día.

EULOGIA ESPINOZA CUNTO

A Dios por iluminarme y a mis maestros por su tiempo, esfuerzo y sacrificio al labrar y moldear mis sueños hecho realidad.

JUAN JOSÉ URIBE TAPAHUASCO

RESUMEN

La investigación titulada “ANSIEDAD Y ESTRÉS EN LOS SOLDADOS DEL SERVICIO MILITAR VOLUNTARIO DE LAS UNIDADES DE LA SEGUNDA BRIGADA DE INFANTERÍA DEL CUARTEL LOS CABITOS - HUAMANGA, 2022”, tuvo como objetivo general: Establecer la relación entre el estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga- 2022. La investigación fue de tipo básica, pura, teórica o dogmática; nivel fue correlacional, enfoque cuantitativo y diseño no experimental transversal, con una población de 200 soldados del servicio militar voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería en Huamanga, una muestra de 132 soldados, de muestreo aleatorio simple; se utilizó un cuestionario valorado en escala de Likert; donde se llegó a la conclusión siguiente:

Se estableció la relación entre el estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga- 2022, por intermedio del coeficiente de correlación Rho de Spearman que al ser 0,629 nos confirma una relación positiva o directa considerable y en la prueba de hipótesis el nivel de significancia es menor que 0,05 ($0,006 < 0,05$) donde se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

Palabras clave: ansiedad, estrés.

ABSTRACT

The research entitled "ANXIETY AND STRESS IN THE SOLDIERS OF THE VOLUNTARY MILITARY SERVICE OF THE UNITS OF THE SECOND INFANTRY BRIGADE OF THE LOS CABITOS BARRACKS - HUAMANGA, 2022", had as its general objective: To establish the relationship between stress and anxiety in the soldiers of the voluntary military service of the units of the second Infantry Brigade of the Los Cabitos barracks - Huamanga - 2022.

The research was basic, pure, theoretical or dogmatic; level was correlational, quantitative approach and non-experimental cross-sectional design, with a population of 200 soldiers of the voluntary military service of the Units of the 2nd Infantry Brigade in Huamanga, a sample of 132 soldiers of simple random sampling; a questionnaire assessed on the Likert scale was used; where the following conclusion was reached:

The relationship between stress and anxiety was established in the soldiers of the voluntary military service of the units of the second Infantry Brigade of the Los Cabitos barracks – Huamanga- 2022, through spearman's Rho correlation coefficient that being 0.629 confirms a considerable positive or direct relationship. and in hypothesis testing the level of significance is less than 0.05 ($0.006 < 0.05$) where the null hypothesis is rejected and the research hypothesis is accepted.

Keywords: Anxiety, Stress.

ÍNDICE DE CONTENIDO

CARÁTULA	i
ASESOR DE TESIS	ii
JURADO EXAMINADOR.....	iii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT.....	vii
ÍNDICE DE CONTENIDO.....	viii
ÍNDICE DE TABLAS.....	xi
ÍNDICE DE FIGURAS	xii
INTRODUCCIÓN	xiii
I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	15
1.1. Planteamiento del Problema	15
1.2. Formulación del problema	16
1.2.1. Problema general.	16
1.2.2. Problemas específicos.....	17
1.3. Justificación del estudio.....	17
1.3.1. Justificación teórica.	17
1.3.2. Justificación práctica.....	17
1.3.3. Justificación metodológica.....	18
1.3.4. Justificación social.	18
1.4. Objetivos de la investigación	19
1.4.1. Objetivo general.....	19
1.4.2. Objetivos específicos.....	19
II. MARCO TEÓRICO	20
2.1. Antecedentes de la Investigación	20
2.1.1. Antecedentes nacionales.....	20
2.1.2. Antecedentes internacionales.....	23
2.2. Bases teóricas de las variables	26
2.2.1. Variable 1: El estrés.....	26
2.2.2. Variable 2: Ansiedad.....	36

2.3.	Definición de términos básicos	46
III.	MÉTODOS Y MATERIALES	51
3.1.	Hipótesis de la investigación	51
3.1.1.	Hipótesis general.....	51
3.1.2.	Hipótesis específicas.....	51
3.2.	Variables de estudio	51
3.2.1.	Definición conceptual.....	51
3.2.2.	Definición operacional.....	52
3.3.	Tipo y nivel de la investigación	53
3.3.1.	Tipo de investigación.....	53
3.3.2.	Nivel de investigación.....	54
3.4.	Diseño de la investigación	54
3.5.	Población y muestra de estudio.....	55
3.5.1.	Población	55
3.5.2.	Muestra.....	55
3.5.3.	Muestreo.....	56
3.6.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	56
3.6.1.	Técnicas de recolección de datos.....	56
3.6.2.	Instrumentos de recolección de datos.....	56
3.7.	Métodos de análisis de datos	58
3.8.	Aspectos éticos	58
IV.	RESULTADOS	60
4.1.	Resultados de la validación del instrumento	60
4.1.1.	Validez del instrumento.....	60
4.1.2.	Confiabilidad de los instrumentos.....	60
4.2.	Resultados de la Estadística Descriptiva.....	62
4.2.1.	Estadística descriptiva para la variable estrés.....	62
4.2.2.	Estadística descriptiva para la variable ansiedad.....	65
4.2.3.	Dimensión ansiedad estado.....	66
4.3.	Resultados de la Estadística Inferencial para la Contrastación de las hipótesis	68
4.3.1.	Prueba de normalidad.....	68
4.3.2.	Contrastación de la hipótesis general.....	69

4.3.3. Contrastación de las hipótesis específicas.	70
V. DISCUSIONES	72
5.1. Discusión de los resultados de la estadística descriptiva	72
5.1.1. Discusión de los resultados estadísticos descriptivos de la variable: Estrés.	72
5.1.2. Discusión de los resultados estadísticos descriptivos de la variable: Ansiedad.	72
5.2. Discusión de los resultados de la estadística inferencial	73
5.2.1. Discusión de la contrastación de la hipótesis general.	73
5.2.2. Discusión de la contrastación de las hipótesis específicas.....	73
VI. CONCLUSIONES	75
VII. RECOMENDACIONES.....	76
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	77
ANEXOS.....	84
Anexo 1. Matriz de consistencia	85
Anexo 2. Matriz de operacionalización	86
Anexo 3. Instrumentos	87
Anexo 4. Validez de instrumentos.....	91
Anexo 5. Matriz de datos	99
Anexo 6. Propuesta de valor.....	107
Anexo 7. Reporte antiplagio menor a 30%	109
Anexo 8. Autorización del depósito de tesis al repositorio	110

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Operacionalización de variables.....	53
Tabla 2.	Resultado de la validación por juicio de expertos.....	60
Tabla 3.	Tabla resumen de procesos de datos para la variable estrés	61
Tabla 4.	Alfa de Cronbach para la variable estrés.....	61
Tabla 5.	Tabla resumen de procesos de datos para la variable ansiedad	61
Tabla 6.	Alfa de Cronbach para la variable ansiedad.....	62
Tabla 7.	Tabla de frecuencia de resultados baremados de la variable estrés...	62
Tabla 8.	Tabla de frecuencia de resultados baremados de la dimensión síntomas físicos.....	63
Tabla 9.	Tabla de frecuencia de resultados baremados de la dimensión síntomas psicológicos	64
Tabla 10.	Tabla de frecuencia de resultados baremados de la variable ansiedad.....	65
Tabla 11.	Tabla de frecuencia de resultados baremados de la dimensión ansiedad estado	66
Tabla 12.	Tabla de frecuencia de resultados baremados de la dimensión ansiedad rasgo	67
Tabla 13.	Prueba de Normalidad de datos para las variables estrés y ansiedad....	68
Tabla 14.	Prueba Rho de Spearman para contrastar la hipótesis general	69
Tabla 15.	Prueba de Rho de Spearman para contrastar la primera hipótesis específica	70
Tabla 16.	Prueba de Rho de Spearman para contrastar la segunda hipótesis específica	71

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Gráfico de resultados baremados de la variable estrés.....	62
Figura 2. Gráfico de resultados baremados de la dimensión síntomas físicos ...	63
Figura 3. Gráfico de resultados baremados de la dimensión síntomas psicológicos.....	64
Figura 4. Gráfico de resultados baremados de la variable ansiedad.....	65
Figura 5. Gráfico de resultados baremados de la dimensión ansiedad estado ..	66
Figura 6. Gráfico de resultados baremados de la dimensión ansiedad rasgo	67

INTRODUCCIÓN

La investigación denominada ANSIEDAD Y ESTRÉS EN LOS SOLDADOS DEL SERVICIO MILITAR VOLUNTARIO DE LAS UNIDADES DE LA SEGUNDA BRIGADA DE INFANTERÍA DEL CUARTEL LOS CABITOS - HUAMANGA, 2022; los soldados del servicio militar voluntario que durante la etapa de su formación sufren cambios muy bruscos en relación al estilo de vida que tenían en sus hogares, se someten a las exigencias y demandas de sus superiores y subalternos; así como, a adaptarse a la convivencia con jóvenes provenientes de todo tipo hogares y costumbres, a un trato rígido y disciplinado propio de una institución castrense, confinados por largas temporadas de no ver a la familia, ocasionándoles a la larga pensamientos negativos que podrían generar estrés y ansiedad, para lo cual no se encontraban preparados, afectándolos física y mentalmente y por ende, también afectar las actividades que desempeñan (servicios, trabajos administrativos), y disminuir la capacidad operativa de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería, por estas consideraciones se establecieron los objetivos siguientes:

Establecer la relación entre el estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga, 2022.

Establecer la relación entre los síntomas físicos del estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga, 2022.

Establecer la relación entre los síntomas psicológicos del estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga, 2022.

El contenido del informe está estructurado en capítulos, de la siguiente manera:

CAPÍTULO I. Contiene el planteamiento del problema, abarcando la caracterización de la problemática, formulación del problema, objetivos de la investigación, justificación e importancia y delimitación del problema de la investigación.

CAPÍTULO II. Guarda relación con el desarrollo del marco teórico, comprendiendo los antecedentes de la investigación, teoría científica que fundamenta el estudio, y el marco teórico conceptual.

CAPÍTULO III. Abarca la parte metodológica de la investigación, en la que incluye el tipo y nivel, el método y diseño de investigación, población y muestra, procedimientos de la investigación, técnicas e instrumentos de recolección de datos, técnicas de análisis y procesamiento de datos.

CAPÍTULO IV. Detalla los resultados del instrumento aplicado para determinar el grado de relación entre las variables.

CAPÍTULO V. Realiza las discusiones de los resultados obtenidos.

Finalmente, en los capítulos VI y VII se han establecido las respectivas conclusiones y recomendaciones.

I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del Problema

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS 2019) el estrés es la «epidemia de salud del siglo XXI», que afecta significativamente, cada vez más, a los seres humanos de todas las edades, sin discriminación de sexo y género, alrededor del mundo entero y hoy en día constituye una realidad ineludible.

De acuerdo a un estudio realizado en los Estados Unidos de Norte América (EE.UU) por la *American Psychological Association* (2010) en un porcentaje mayor al 50% las personas encuestadas manifestaron que el estrés les afecta de manera negativa en el desempeño de sus actividades cotidianas, dependiendo obviamente del grado de vulnerabilidad y de las demandas, tanto laborales, familiares, sociales, económicas, etc., que recae en cada individuo y además del estado emocional en la que se encuentran, ya que según muchos autores el estrés es una de las principales causas que origina enfermedades psicosomáticas en la mayoría de los sistemas de órganos del cuerpo, que a largo plazo tiene consecuencias abrumadoras para la salud, desequilibrando el cuerpo y la mente”, provocando la disminución de las defensas y, por lo tanto, seamos más vulnerables ante los agentes externos. El estrés desempeña un papel fundamental en los trastornos mentales, como la ansiedad, la depresión el trastorno bipolar y la esquizofrenia.

En Ecuador, la realidad es similar, donde aquellos aspirantes a soldados en las fuerzas armadas ecuatorianas han presentado importantes niveles de estrés, siendo que, del total de aspirantes, alrededor de 30 han pedido su baja, debido a los mandatos que reciben, así como las reglas y disposiciones, se ha detectado angustia, crisis de ansiedad, dolor de cabeza (Gaibor et al., 2018, p.52).

Los Estudios Epidemiológicos de Salud Mental en el Perú (EESM) en el año 2018, refieren que, cada año el 20,7% de la población mayor de 12 años de edad padece algún tipo de trastorno mental, específicamente en las zonas urbanas de las ciudades de Ayacucho, Puerto Maldonado, Iquitos, Tumbes, Puno y Pucallpa, además estudios del INSTITUTO NACIONAL DE SALUD MENTAL “HONORIO DELGADO- HIDEYO NOGUCHI” informan que en nuestro país las ciudades con

mayores problemas de salud mental (estrés, ansiedad, depresión, problemas con el alcohol, violencia doméstica) en el año anterior a la encuesta corresponden a Lima con 26.5%, Ayacucho 26,0%, Puerto Maldonado 25,4%. En Lima, el problema de la depresión alcanza el 16,4% seguido por el trastorno de Ansiedad Generalizada con un 10,6 % y el abuso/dependencia de alcohol con un 5,3%.

Los soldados del servicio militar quienes se unieron al Ejército de manera voluntaria para prestar su servicio militar en la Segunda Brigada de Infantería del Cuarte los Cabitos en Huamanga, ya sea por no haber podido acceder a tener estudios superiores o técnicos por factores económicos, familiares, presión social, también en busca de apoyo y el puntaje para poder seguir con una carrera militar o policial a futuro y algunos casos acompañando al hermano o a los amigos.

Soldados que durante la etapa de su formación sufren cambios muy bruscos en relación al estilo de vida que tenían en sus hogares, se someten a las exigencias y demandas de sus superiores y subalternos, así como, a adaptarse a la convivencia con jóvenes provenientes de todo tipo hogares y costumbres, a un trato rígido y disciplinado propio de una institución castrense, confinados por largas temporadas de no ver a la familia, ocasionando a la larga pensamientos negativos que podrían generar estrés y ansiedad, para lo cual no se encontraban preparados, afectándolos física y mentalmente y por ende también afectar las actividades que desempeñan (servicios, trabajos administrativos), y disminuir la capacidad operativa de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería, motivo por el cual se ve la necesidad de realizar esta investigación.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general.

PG. ¿Cuál es la relación entre el estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga, 2022?

1.2.2. Problemas específicos.

PE 1. ¿Cuál es la relación entre los síntomas físicos del estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga, 2022?

PE 2. ¿Cuál es la relación entre los síntomas psicológicos del estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga, 2022?

1.3. Justificación del estudio

1.3.1. Justificación teórica.

El aporte teórico del estudio radica en la ampliación del conocimiento in situ, conocer cómo se procesa el estrés y ansiedad, sus manifestaciones sintomatológicas, en el personal de tropa de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería, donde se obtuvo información relevante durante la investigación desde la parte empírica que nos permitió entender la relación existente entre el estrés y la ansiedad, acorde a diversas situaciones que encuentra el personal de tropa como estresores, así como, contrastar la información de diferentes investigaciones realizadas a las variables estudiadas, el presente estudio servirá de guía para futuras investigaciones y profundizar los conocimientos sobre el tema.

1.3.2. Justificación práctica.

En la investigación que se desarrolló sobre el estrés y ansiedad en los soldados del servicio militar de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022, se llevó a cabo mediante una compilación de información a través de una encuesta con el personal de tropa del servicio militar voluntario para conocer las causas que les origina estrés y ansiedad y cómo les afecta en el desempeño de sus actividades, resultados que se puso en conocimiento de los comandantes de las unidades y se recomendó las mejores alternativas de solución, pues nos proporcionó información relevante que permitió conocer la realidad del estado emocional y actitudinal del personal militar, sus características, y los factores que conllevaron a generar el contexto estudiado.

Además, al comprender la relación entre en las variables que se va ha estudiado será el inicio para elaborar un programa de intervención con el personal de tropa del servicio militar voluntario de acuerdo con sus necesidades, lo que ayudará a mejorar y regular la ansiedad y el estrés, mejorando la calidad de vida de los soldados y desarrollar de forma eficiente sus actividades cotidianas.

1.3.3. Justificación metodológica.

En la presente investigación se realizó una medición y un análisis cuantitativo de las variables de estudio, en el caso de estrés y ansiedad, mediante instrumentos específicos; tales como: el Inventario de Reacciones de Estrés y el Inventario de Ansiedad: Rasgo – Estado; que nos ha permitido comprobar la idoneidad y la replicabilidad de los instrumentos empleados.

Para llevar a cabo el estudio en mención, se contó con la aplicación del método científico, básico, correlacional y transversal, que ha orientado el desarrollo de la tesis. El tipo de investigación fue básica porque busca conocer la realidad de los fenómenos de la naturaleza y correlacional porque tuvo como finalidad conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos o más conceptos, categorías y variables. Esta investigación servirá como insumo para futuras investigaciones que aborden una temática similar.

1.3.4. Justificación social.

El aporte social de la investigación ayudará a mejorar las condiciones físicas y mentales del personal de tropa del servicio militar de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos, manteniendo un equilibrio entre su estado emocional y las exigencias de la vida castrense y su entorno dentro de una instalación militar, en consecuencia la sociedad tendrá a su disposición soldados bien formados tanto física, emocional y mentalmente y de esta manera a la hora de licenciarse como ciudadanos darán un buen desempeño laboral en las labores que desempeñen en la sociedad. Además, de otorgar una mejor calidad al personal militar del país.

1.4. Objetivos de la investigación

1.4.1. Objetivo general.

OG. Establecer la relación entre el estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga, 2022.

1.4.2. Objetivos específicos.

OE 1. Establecer la relación entre los síntomas físicos del estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga, 2022.

OE 2. Establecer la relación entre los síntomas psicológicos del estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga, 2022.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la Investigación

2.1.1. Antecedentes nacionales

Chana Medina, G. y Huamán Díaz, L. L. (2021) en la investigación titulada *La Ansiedad y Estrés en Trabajadores de los Establecimientos de Salud durante la Pandemia del Covid-19, Ilo 2021*, (Tesis de Pregrado) de la Universidad Cesar Vallejo. Moquegua. Perú.

Tuvo como objetivo de estudio determinar la relación de la Ansiedad y el Estrés en Trabajadores de los Establecimientos de Salud durante la Pandemia del Covid-19, Ilo 2021, el tipo de investigación fue básica, de diseño no experimental, correlacional descriptivo, de corte transversal y con enfoque cuantitativo, el instrumento empleado fue el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) y la Escala de estrés percibido relacionado con la pandemia del COVID-19 (EEP-10-C). Teniendo como resultados, que entre ansiedad y estrés existe una relación significativa, de forma directa y de intensidad baja ($p < .05$; $r = .301$). Las dimensiones presentan una correlación significativa únicamente entre la Ansiedad Rasgo (AR) y El Estrés Percibido (EP) ($p < .05$; $r = .428$). En los niveles de las dimensiones de la ansiedad, el 43,8% obtuvieron un nivel promedio en AR, mientras que el 56,2%, alcanzaron el mismo nivel en Ansiedad Estado (AE), en cuanto al estrés, 81,5 % obtuvieron un nivel bajo en EP y el 71,5% un nivel alto en capacidad de afrontamiento (CA). En conclusión, la ansiedad y el estrés muestran relación estadísticamente significativa, en cuanto a sus dimensiones AR con EP fueron las únicas en mostrar correlación.

Feria Pinto, L. P. y Hallasi Ramos, M. P. (2021) en la investigación titulada *“Estrés, ansiedad y bruxismo en estudiantes de una Escuela Técnica PNP – Arequipa”*, (Tesis de Pregrado) de la Universidad Nacional San Antonio de Arequipa,

Tuvo como objetivo de estudio establecer la relación entre estrés, ansiedad y bruxismo en estudiantes de una Escuela Técnica PNP – Arequipa, la metodología utilizada fue de tipo descriptivo – correlacional, diseño no experimental, transversal

correlacional la muestra fue seleccionada a través de una técnica de muestreo no probabilístico de tipo intencional y estuvo conformada por 185 estudiantes varones, quienes se encontraban en sus respectivas aulas al momento de la evaluación y cuyas edades oscilaban entre los 18 y 25 años. Las pruebas utilizadas para la evaluación de los participantes fueron el Inventario de Reacciones de Estrés, el Inventario de Ansiedad: Rasgo – Estado y la Ficha de Recolección de datos para el Diagnóstico de Bruxismo. El análisis estadístico se realizó con la prueba r de Pearson, la cual nos permitió relacionar las variables y la prueba paramétrica t de Student, que sirvió para comparar los dos grupos (estudiantes bruxópatas y no bruxópatas), encontrándose que tanto los niveles de estrés y la ansiedad estado presentan una relación significativa con el bruxismo, concluyendo que el estrés y la ansiedad son factores determinantes para el inicio y eventual desarrollo de esta patología dentaria.

Apaza Apaza, M. T., & Rocca Novoa, D. D. (2021), en la investigación titulada *Ansiedad y Agresividad en militares de la 4a Brigada de Montaña–Puno 2021*, (Tesis de Pregrado) de la Universidad Cesar Vallejo de Lima.

Tuvo como objetivo de estudio conocer la relación entre ansiedad y agresividad en militares de la 4a Brigada de Montaña-Puno 2021, investigación de enfoque cuantitativo, de tipo básica, correlacional simple, no experimental y de corte transversal, empleó como instrumentos el inventario de ansiedad estado-rasgo (IDARE) de Spielberger (1984) y adaptado por Anchante (1993) y el cuestionario de agresión (AQ) de Buss y Perry (1992) y adaptado por Andreu (2002) y Matalinares (2012), la muestra estuvo conformada por 258 militares de 21 a 54 años de edad. Los resultados evidenciaron que existe una relación directa ($r_s = 0.10$), débil y no significativa ($p \geq .05$) entre la ansiedad y agresividad; además una relación inversa, moderada y significativa ($p < .05$) entre las dimensiones de ansiedad estado y conductas físicas ($r_s = -0.16$), una relación inversa, débil y no significativa ($p \geq .05$) en las dimensiones de ansiedad estado y conductas verbales, componente cognitivo y componente emocional o afectivo que oscilan entre 0.5 y 0.8; así también, se encontró una relación directa, moderada y significativa en las dimensiones de ansiedad rasgo y conductas verbales, componente cognitivo y componente emocional o afectivo, que oscilan entre 0.19 y 0.24 y una relación

directa, débil y no significativa ($p \geq .05$) entre las dimensiones de ansiedad rasgo y conductas físicas ($r_s = -0.06$).

Loaiza Chávez, C. A y Garces Rivera, M. I. (2020), en la investigación titulada *“Ansiedad y Estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid19, Cuzco 2020”*, (Tesis de Pregrado) de la Universidad Autónoma de Ica.

Tuvo como objetivo de estudio determinar la relación que existe entre la ansiedad y el estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020, la investigación fue básica de nivel descriptivo y de diseño transversal, no experimental y correlacional, se realizó la muestra en 60 efectivos policiales que laboran en una dependencia policial en el Cuzco, los instrumentos que utilizó fueron el inventario de ansiedad rasgo – estado (Lushene, Gorsuch y Spielberger, 1970), adaptada por Del Priego en Lima (2014), y la escala de estrés percibido (Cohen, Kamarck y Mermelstein, 1983), validada en Lima por Guzmán y Reyes (2018). Teniendo como resultado que existe relación positiva media significativa entre la ansiedad general y el estrés general percibido ($r = .352$ p valor $.012 < .05$); asimismo, determinó la existencia de relación positiva, muy fuerte significativa entre la ansiedad de rasgo y el control del estrés ($r = .820$ p valor $.030 < .05$) y positiva media significativa con la expresión del estrés ($r = .486$ p valor $.009 < .05$); relación positiva considerable significativa entre la ansiedad de estado y el control del estrés ($r = .707$ p valor $.049 < .05$) y positiva débil significativa con expresión del estrés ($r = .202$ p valor $.012 < .05$).

Huayanay Yauli, M. M. (2019), en la investigación *Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés en soldados que prestan servicio militar voluntario en zona VRAEM del Ejército Peruano*, (Tesis de Pregrado) de la Universidad Continental de Huancayo.

Tuvo como objetivo general de estudio establecer la relación que existe entre los niveles de resiliencia y los estilos de afrontamiento al estrés en soldados que prestan servicio militar voluntario en zona VRAEM del Ejército Peruano en el año 2018, método que empleó fue científico, nivel correlacional, diseño no experimental, transversal, se encuestó a 137 soldados, llegando a la conclusión que los niveles de resiliencia se relacionan significativamente con los estilos de afrontamiento al

estrés en soldados que prestan servicio militar en la 31^a Brigada de Infantería del Ejército que se encuentra en la zona del VRAEM, ya que se ha determinado un valor de significancia de Chi cuadrado o test exacto de Fisher, de $0.000 < 0.050$.

2.1.2. Antecedentes internacionales.

Barrea Gómez N. A. & Reyes Meneses J. L. (2020) en el estudio de la *Revisión literaria sobre el trastorno de ansiedad un abordaje desde los enfoques de la psicología*, revisión documentaria derivado del diplomado - Habilidades para la intervención clínica, de la universidad de Cooperativa de Colombia.

Tuvo como objetivo determinar que técnicas cognitivas, conductuales y cognitivas – conductuales son aplicadas en las ciencias que estudian la conducta humana y qué resultados son favorables o negativos basados en cómo aplica la técnica y en los objetivos planteados en cada documento. Esta revisión documental se desarrolló por medio de un modelo descriptivo, que se implementó con la búsqueda y descripción de más de 50 documentos científicos, de los cuales 30 fueron seleccionados, permitiendo evidenciar información relevante que aportaban al objetivo planteado, con la finalidad de investigar qué aspectos abarcan el trastorno de ansiedad desde diferentes enfoques y contextos, ya que permite conocer de forma general qué es ansiedad, cómo actúa y qué factores son influenciados en su sintomatología, sin dejar a un lado cuales son las técnicas aplicadas y qué efectos tiene cada una en el sujeto o población caracterizadas por los científicos. Esta inspección permitió concluir que un 57% de los artículos consultados cumplieron sus objetivos, enfocados a la validez de las técnicas cognitivas, conductuales y cognitivas – conductuales en el trastorno de ansiedad, lo cual aporta conocimiento a las ciencias humanas. Se evidencia que esta patología se presenta con mayor frecuencia en las mujeres, en personas que conviven en un contexto estresante, y que las técnicas se deben adaptar a las necesidades del paciente. Aunque las más frecuentes en estos casos son técnicas como, la inteligencia emocional, resolución de problemas, técnicas de relajación, etc. De lo mencionado anterior 1 Estudiante de Psicología, Universidad Cooperativa de Colombia, sede Barrancabermeja - Santander 2 Estudiante de Psicología, Universidad Cooperativa de Colombia, Sede Barrancabermeja- Santander 6 mente la ciencia puede crear alternativas de promoción y prevención para disminuir los

índices del trastorno de ansiedad. Palabras Claves: Trastorno de ansiedad, enfoque cognitivo, enfoque conductual, enfoque cognitivo- conductual, comportamiento, investigación, técnicas.

Vallejo, L. F., Arévalo, M. C., & Uribe, J. V. (2020), en la investigación, *realizaron un estudio teniendo niveles de estrés e irritabilidad en estudiantes universitarios de la ciudad de Medellín durante la época de confinamiento por covid-19.*

Tuvo como objetivo de estudio analizar la posible relación entre los niveles de estrés percibido y los estados de cólera o irritabilidad en 112 estudiantes universitarios que atravesaron época de confinamiento por COVID19, investigación de enfoque cuantitativo, transversal, nivel descriptivo con una muestra de 112 estudiantes de psicología de la Institución Universitaria Politécnico Gran Colombiano de todos los semestres académicos y con edades entre los 17 y 44 años. Se evaluaron 86 mujeres y 26 hombres, el muestreo fue no probabilístico por conveniencia, se empleó el cuestionario de cólera, irritabilidad y agresión y la escala de estrés percibido. Entre los principales hallazgos se destacan los elevados niveles de estrés que tuvieron los estudiantes mayores de 26 años y las correlaciones significativas entre las variables presentadas, por lo que la presente investigación muestra la necesidad de la creación e implementación de un programa específico de bienestar universitario, que permita realizar acompañamientos en situaciones de crisis y en la adaptación a la educación virtual.

Kloster Kantlen, G.E., Perotta, F.D. (2019) en la investigación “Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná”, de la Universidad Pontificia la Católica de Argentina.

Tuvo como objetivo de estudio describir el estrés académico, los principales estresores y los modos de afrontamiento en estudiantes universitarios, además de analizar las diferencias en el estrés académico entre los estudiantes universitarios de primer año y los de los últimos años de la ciudad de Paraná, se desarrolló un estudio, de tipo descriptivo-comparativo, transversal y de campo, la muestra no probabilístico, de tipo intencional o decisional, los participantes fueron 163 estudiantes del primero, cuarto y quinto año en la ciudad de Paraná, que se encontraban entre 17 y 38 años ($M=20$; $DT=2.64$), para medir el estrés académico

en los estudiantes universitarios, se empleó el Inventario SISCO del Estrés Académico de Barraza Macías (2007), además de un cuestionario ad hoc sociodemográfico con la finalidad de conocer datos personales de los encuestados como edad, sexo, estado civil, si tenían hijos, nivel socioeconómico, la carrera a la que pertenecían, año que cursaban, su autodefinición como estudiantes (regular, bueno, muy bueno o excelente) y si trabajaban además de estudiar. También se realizó un análisis de estadística descriptiva básica para caracterizar el nivel de estrés académico, síntomas, estresores y modos de afrontamiento, asimismo, para fundamentar la existencia de diferencias significativas en el estrés académico entre los estudiantes de primero y los de los últimos años de la universidad, se efectuó la Prueba t de Student para muestras independientes. En conclusión, los estudiantes universitarios en general presentan un nivel de estrés académico moderado, no existen diferencias significativas, en el nivel de estrés académico entre los estudiantes de primer año y los de los últimos años. Se pudo observar estadísticamente que los estudiantes universitarios de primer año presentaban un nivel de estrés académico mayor que los de los últimos años. Sobre el manejo de estrategias de afrontamiento las diferencias estadísticas significativas entre los estudiantes universitarios que cursaban el primer año y los que cursaban los últimos años emplean con mayor frecuencia estrategias de afrontamiento que los estudiantes de primer año.

Cardona, E. Y. B., & Caballero, D. A. V. (2019) en el artículo de investigación *Estrés y funcionamiento cognitivo en universitarios*, realizado por el Grupo de Investigación Familia y Sociedad de la Facultad de Psicología de la Universidad Cooperativa de Colombia – UCC, sede Bucaramanga – Santander, Colombia.

Tuvo como objetivo de investigación determinar la relación entre variables ya que en la literatura se reporta que el estrés es considerado un factor de riesgo, y la exposición continua puede afectar funciones cognitivas, investigación de tipo no experimental, transversal, descriptivo y correlacional, en donde se evaluaron niveles de estrés, estrategias de afrontamiento, manifestaciones físicas y psicológicas por estrés, hábitos de sueño y alimentación, consumo de tabaco y alcohol, y funcionamiento cognitivo, la población estuvo conformada por 50 estudiantes universitarios durante el período de exámenes de fin de semestre

académico, los estudiantes reportaron niveles medios o bajos de estrés percibido, uso moderado de estrategias adecuadas e inadecuadas y no se halló correlación entre estrés y funcionamiento cognitivo, concluyendo que el estrés debido a exámenes no es suficientemente intenso, la muestra posee adecuado manejo del mismo y se requieren más estudios para validar y estandarizar la prueba MoCA en población general colombiana.

Baran Tuja, A. C. (2018), en la investigación Ansiedad y Estrés (Estudio realizado con estudiantes del sexto perito en administración de empresas del Colegio Evangélico Nueva Jerusalén del municipio de San Antonio del departamento de Suchitepéquez), realizado en la universidad Rafael Landivar de Quetzaltenangoel – Guatemala.

Tuvo como objetivo de estudio establecer los niveles de ansiedad y estrés que manejan los estudiantes de sexto perito de administración de empresas del Colegio Evangélico Nueva Jerusalén del municipio de San Antonio del departamento de Suchitepéquez, la investigación fue descriptiva, de diseño cuantitativo, tuvo el apoyo de 45 estudiantes, tanto varones como mujeres con edades que fluctúan entre 16 a 19 años, aplicó instrumentos como el test STAI-82 que evalúa la ansiedad en dos niveles; estado y rasgo, desarrollados por Spielberger y sus colaboradores R.E. Lushene y R.L. Gorsuch, para el estrés aplicó el test escalas de apreciación del estrés (AE), creado por J.L. Fernández y Mielgo Robles y para fines del estudio únicamente se utilizó la escala G, en conclusión el resultado del estudio muestra que los estudiantes manejan un nivel alto del 75%.

2.2. Bases teóricas de las variables

2.2.1. Variable 1: El estrés.

2.2.1.1. Definiciones de estrés.

Suarez (2021), psicóloga mexicana, quien durante muchos años realizó estudios sobre el estrés, sostiene que el término de estrés tiene sus inicios en la física como ciencia, menciona que es la fuerza que proviene del centro de nuestro cuerpo hacia el exterior o viceversa de afuera hacia adentro, conocido como “strain”, que vendría hacer el proceso de fatiga que sufren los materiales con el

tiempo, sin embargo, para Selye, el estrés no hacía referencia a un estímulo de peso o carga sino que era la respuesta de nuestro organismo a un estímulo externo; que origina cambios inesperados en él.

Entonces para Suarez el estrés es una respuesta, que nos permite mantener el equilibrio de nuestro organismo al acudir a adaptativa sus reservas, al estresarse un individuo se encuentra vulnerable al estrés por así decirlo, que se manifiesta ya sea física, psicológica, social y fisiológico se altera la circulación, la respiración y la frecuencia cardíaca tratando de adaptarse a las nuevas situaciones.

Los seres humanos cuando entramos en contacto con situaciones ambientales desfavorables nos estresamos primeramente en la parte física, posteriormente nos afecta en la parte emocional y en caso de no saber afrontar de manera adecuada dicha situación, nuestro estado emocional o mental puede enfermarse presentando cuadros de ansiedad o depresión, lo que posteriormente nos puede producir enfermedades físicas como diabetes, hipertensión, acidez estomacal y ocasionarnos una úlcera, se puede decir que existe una estrecha relación entre el cuerpo físico y la parte emocional y en sentido contrario ya que ambos van de la mano afectándonos física y mentalmente.

Según Manson (2020) el estrés se da en distintas formas en el cuerpo humano se presenta ante hechos externos y es considerado como el principio de una experiencia temporal, que con el tiempo suele perderse, cuando se trata lo que lo ocasionó, también nos refiere de que el estrés no siempre se debe ver de forma negativa, en muchas ocasiones sirve para hacerle frente a circunstancias contradictorias y adversar que se nos presentan en un trabajo, teniendo en cuenta las fechas establecidas para el cumplimiento del mismo, provoca en un individuo a tomar decisiones difíciles, para el cumplimiento de los plazos establecidos.

Para Gonzales (2019), el estrés es un conjunto de fases sucesivas que se da debido a los cambios ambientales que de alguna forma hacen variar la capacidad de supervivencia de un organismo, es de esa manera que se forma los cambios biológicos y psicológicos, que pueden traer como consecuencia diferentes enfermedades.

Teniendo en cuenta el aspecto psicológico, el término de estrés se ha utilizado en diferentes contextos y escenarios durante la formación de la historia. Se dan diferentes términos como sinónimos de la palabra estrés, entre ellas: inquietud, agobio, nerviosismo, cansancio tensión, agobio, etc.; asimismo este término se utiliza para determinar las diferentes situaciones de emoción que genera en el ser humano (Caldera y Pulido, 2007).

El término de estrés ha sido un tema de preocupación e interés para diversos estudiosos en la conducta humana, por ello determinaron que trae efectos que afectan en la salud mental y física, es de esta forma que se relaciona con el rendimiento tanto académico como el de laboral en el ser humano. Trae como consecuencia la causa de preocupación y angustia conduciendo a la persona a trastornos personales, así como también los desórdenes familiares y sociales. Al respecto señalan Martínez y Díaz (2007): El Problema que subyace radica en los requerimientos de la Modernidad, concentrada en la obtención de resultados al margen de sus consecuencias sobre la calidad de vida, y por ende en la salud física y mental de las personas afectadas (p. 1).

Núñez (2006), señala el termino estrés como situación de desequilibrio tanto emocional como físico en la persona, todo ello se produce a causa de factores tanto ambientales, laborales, familiares y sociales, estas son difícil de controlar produciendo en el individuo una serie de variaciones psicológicas.

Robbins (2004), por su parte, señala que el término de estrés es una situación donde el individuo tiene una sensación de incertidumbre sobre alguna oportunidad, riesgo o los de su posición actual.

El término estrés es uno de los términos más usados en el globo terráqueo y en la sociedad actual, sin embargo, en los intentos de definir el termino estrés no han surgido efectos de definir con cierta imprecisión inherente al término, sin embargo, el estrés puede definirse, como el conjunto de procesos y procesos neuroendocrinas, inmunológicas, respuesta emocionales y conductuales a situaciones en las que un organismo requiere de adaptación mayor habitualmente así como la percepción por este mismo antes cualquier amenaza o peligro tanto para su integridad física, biológica y psicológica. Así como las amenazas pueden

ser objetivas o subjetivas; crónicas agudas (Trujo, 2002).

Seco y Ramos (2000) señalan lo siguiente respecto al estrés: “Estado de tensión excesiva resultante de una actividad, brusca o continuada, nociva para el organismo” (p.767).

Para Lazarus (1990), el estrés es producto de la interacción entre las personas y su entorno, y lo ve como un riesgo, escapando a su influencia y aumentando los sentimientos de inestabilidad.

2.2.1.2. Causas del estrés.

Melgosa (1995), en cuanto a las causas del estrés; se refiere a experiencias traumáticas, incomodidad cotidiana, circunstancias físicas y sociales, elecciones conflictivas y algunas circunstancias estresantes típicas, que ocurren a lo largo de la vida de las personas.

Lomas (2000 en Ospina, 2016) un solo evento puede causar estrés en la persona, pues este se presenta cuando hay un cúmulo de situaciones que han permanecido en latencia y sin manifestación evidente.

Son aquellas circunstancias que se encuentran en el entorno y que rodea a las personas y las cuales producen situaciones del estrés, pueden ser de índole individual, grupal y organizacional (Ospina, 2016).

2.2.1.3. Síntomas del estrés.

Los síntomas del estrés se encuentran asociados a tres aspectos:

2.2.1.3.1. Social.

Está reconocido como aquellos síntomas que forma bajos niveles de desempeño ya sea en lo académico y en el trabajo. Santos (1993) citado por Velásquez (2010).

2.2.1.3.2. Fisiológico.

Es el mayor padecimiento de un individuo porque llega a alterar todo el aspecto psicosomático de una persona, los más acreditados son la gastritis, dolor de cabeza, problemas en el corazón, aumento de azúcar en la sangre, aumento de

peso, etc. Santos (1993) citado por Velásquez (2010).

Las respuestas fisiológicas ante el estrés variarán según la edad, el sexo, la raza, y otros factores.

2.2.1.3.3. Psicológico.

Dentro de esta poseemos el estado emotivo de la persona, se siente angustiado, intolerable, derrotado por los problemas. Santos (1993) citado por Velásquez (2010).

Las respuestas psicológicas al estrés abarcan tres factores: emocional, cognitivo y de comportamiento y en el individuo se pueden manifestar de diversas maneras siempre interrelacionadas, acorde a su medio ambiente y de no manejarse incidirían en su salud.

2.2.1.4. Fases del estrés.

El endocrinólogo Hans Selye (1936), definió al estrés como una respuesta inespecífica a alguna amenaza englobada en su denominado Síndrome General de Adaptación, definido como una respuesta fisiológica caracterizada por tres fases (Murcio-Ramirez-2007).

2.2.1.4.1. Fase de alarma.

El organismo al sentirse amenazado por determinadas circunstancias presentes en su medio ambiente tiende a reaccionar de manera positiva o negativamente siendo el cerebro el órgano principal de respuesta ante el estrés, que desencadena una serie de respuestas fisiológicas frente a un peligro, con el objetivo de lograr la supervivencia.

2.2.1.4.2. Fase de resistencia.

Cuando el organismo es sometido a amenazas prolongadas como agentes físicos, químicos, biológicos o sociales, puede adaptarse a dichas amenazas paulatinamente o puede ocurrir que el organismo pierda su capacidad de adaptación y de esta manera tiene la capacidad para resistir por tiempo prolongado, y no presenta problema alguno, y la persona mantiene su salud con toda normalidad (Selye,1936), para avanzar a la siguiente fase.

2.2.1.4.3. Fase de agotamiento.

También conocida como cese de la respuesta de adaptación, lo que conduce a muchas patologías, el resultado será el agotamiento total con consecuencias negativas para el organismo, se inician las alteraciones físicas y psíquicas (Selye, 1936), para acarrear finalmente en la muerte.

2.2.1.5. Clasificación del estrés.

Existen diversos modelos que pretenden explicar el fenómeno del estrés en el ser humano y, en consecuencia, favorecer su comprensión. En este caso, serán abordadas dos fundamentalmente:

2.2.1.5.1. Modelo de desequilibrio esfuerzo-recompensa.

Que fue planteado por Siegrist en el 1996 y se perfiló como una de las propuestas teóricas más destacadas y cuenta con mayor respaldo en la comunidad científica, de acuerdo con este enfoque el estrés es producto de una dinámica de desequilibrio entre los esfuerzos del individuo, que se hallan comprometidos durante el desarrollo de sus actividades, y las recompensas que alcanza se perciben como resultado. Por consiguiente, la cronicidad del cuadro sintomático del estrés acontecería cuando el sugerido desbalance se prolongue y comprende la cantidad de esfuerzo (demandas extrínsecas y la motivación intrínseca para consumir las demandas requeridas) que los sujetos despliegan y la recompensa (en términos de aprecio, estatus, salario y seguridad, etc.) que reciben (Tirado et al., 2019, pp. 61-62).

Asimismo, en el transcurso de los años se ha trabajado el expuesto modelo a fin de explicar las repercusiones en la salud generadas por el estrés; mostrando una amplia confirmación de lo propuesto. Es decir, las quejas de salud vinculadas con el estrés, tanto en salud física y como mental, se encuentran sujetas a un factor adicional y es el juicio de valor; cuya posición figura abstractamente entre el esfuerzo y la recompensa. Este componente alude a las interpretaciones sobre los estímulos como materiales, morales y de consideración; en ese sentido, se facilita la fundamentación del patrón motivacional que justifique el excesivo compromiso y la elevada necesidad

de aprobación, evidencia un mayor riesgo de tensión y su frustración de la recompensa es más alto (Marrero y Aguilera, 2018, pp.173-174).

2.2.1.5.2. Modelo de la demanda-control.

Tiene como autor a Robert Karasek, quien sostiene que el comportamiento humano del estrés y la salud se basan en una compleja red de interdependencia entre las exigencias psicológicas y los atributos estructurales asociados con la toma de decisiones y el uso de las propias competencias. De este modo, el modelo se integra por dos componentes: Las demandas psicológicas y el control logrado por el sujeto. Para empezar, las demandas psicológicas hacen mención a aspectos como la cantidad o volumen de trabajo, la presión de tiempo, el grado de atención demandado, las interrupciones súbitas durante la ejecución de la tarea, entre otros (Fernández-Arata y Calderón-De la Cruz, 2017, pp. 281).

Con respecto al segundo factor, el control, constituye un recurso que opera como moderador de las demandas existentes en el entorno. Por ello, el surgimiento del estrés no es un fenómeno que únicamente depende de las demandas, sino que precisa de la interacción con el conjunto de capacidades y conocimientos disponibles del individuo; los cuales coadyuvarían con su satisfacción, al destacarse la autonomía y el desarrollo competencial. La autonomía corresponde a la influencia sobre la consecución de las tareas personales; mientras que el desarrollo de competencias involucra el crecimiento de las capacidades mediante circunstancias de aprendizaje, creatividad y diversificación de actividades (Mieles, 2021, p. 103).

Adicional a las dos dimensiones, demanda y control, se agregó una tercera y se denominó “apoyo social”; siendo su función la de regular la asociación entre las nombradas dimensiones dado que puede acrecentar la probabilidad de una exitosa resolución frente a los sucesos estresantes. Ahora bien, el apoyo social, se describe como el clima social percibido y que engloba interrelaciones variadas entre los individuos; asimismo, se refiere a la relación emocional que la actividad implica y el soporte instrumental brindada. Por otra parte, las demandas representan estresores y su

intensidad aumenta conforme se considere que sobrepase el control y el apoyo social disponibles (Vallejo-Noguera et. al, 2020, pp. 713-714).

2.2.1.6. Consecuencias del estrés.

2.2.1.6.1. Consecuencias físicas.

Puede generar un conjunto de enfermedades como la hipertensión arterial, arritmias cardiacas, dilatación de vasos sanguíneos y afecciones al riñón, diabetes incluyendo ciertos tipos de artritis y problemas a la piel (dermatitis, acné) y otros que pueden ocasionar la muerte, ya que el estrés implica tres sistemas que pueden verse afectados como el endocrino, nervioso e inmunológico (Esther Blanco, 2018).

2.2.1.6.2. Consecuencias psicológicas.

Entendida como los efectos negativos producido por la activación reiterativa de la respuesta al estrés, estarían la preocupación excesiva obsesiones, dificultada para mantener la atención, frecuentes olvidos, mal humor, mayor susceptibilidad a sufrir accidentes, consumo de fármacos, alcohol y tabaco, quedando el ser humano propenso a potenciar un trastorno psicológico ya existente a nivel interno, verbigracia, trastornos del sueño, ansiedad, depresión, miedos, fobias, adicción a drogas y alcohol, trastornos de personalidad, etc., cabe anotar que dentro de los signos externos estarían: habla rápido, temblores, tartamudeo, explosiones emocionales, falta de apetito, bostezos frecuentes, risa nerviosa etc.

2.2.1.7. Tipos de estrés.

2.2.1.7.1. En base a su signo.

- **Estrés positivo o eustrés** Tipo de estrés ayuda a que el organismo funcione de manera adecuada e interactúe con el medio ambiente en forma óptima y en condiciones normales, no se puede concebir la vida del ser humano sino experimenta el Eustres por cuanto es el motor del cambio y evolución que en ciertas circunstancias lo obliga adaptarse a tales condiciones.
- **Estrés negativo o diestrés** Tipo de estrés se define como la respuesta de las personas a exigencias superiores y a sus capacidades naturales cuando estas sobrepasan, en este caso el estrés se constituye en un problema

porque afecta lentamente al sistema fisiológico y psicológico, además pueden generar enfermedades irreversibles, invalidantes y mortales. En síntesis, es negativo porque el estrés genera cansancio físico y emocional, la sobrecarga en el individuo conlleva a la irritabilidad, el mal humor y serias y graves afecciones en la salud de la persona.

2.2.1.7.2. En base a su duración.

- **Estrés agudo.** Es el más común ya que aparece del pasado inmediato y sus precisiones y se pronostica a las demandas y precisiones del futuro próximo, en pequeñas dosis es vivificante, pero al ser agudo es demasiado agotador puede producir molestias psicológicas, tensión, dolor en el estómago, etc., sus síntomas son el desequilibrio emocional, problemas musculares, problemas en la digestión y manifestaciones generales (Hans Selye, 1995).
- **Estrés episódico.** Se produce en personas cuyo estilo de vida es desordenado, están inmersos en crisis, caos, van siempre corriendo y alcanzan tarde, algo puede ir bien o mal son incapaces de organizarse en lo referido a sus vidas (Hans Selye, 1995).
- **Estrés crónico.** Su propio nombre lo indica cuando permanecen en el tiempo los agentes estresantes en el individuo, producen enfermedades de carácter más permanente de mayor importancia y relevancia, produce inicialmente alteraciones fisiológicas y sus persistencias crónicas alteraciones de carácter psicológico como la gastritis, ansiedad, depresión, insomnio, agresividad, disfunción familiar, infarto, trombosis cerebral, etc. (Hans Selye, 1995).

2.2.1.8. Dimensiones del estrés.

La evaluación del estrés se va a llevar a cabo mediante el abordaje de sus dos dimensiones: síntomas físicos y los síntomas psicológicos; las cuales constan de indicadores y serán detallados a continuación:

2.2.1.8.1. *Dimensión 1: Síntomas físicos.*

Concierne a la serie de experiencias vividas y/o reportadas que posee un correlato biológico directamente localizado en regiones del funcionamiento del organismo como del sistema nervioso y el sistema hormonal (Monterrosa-Castro et al., 2020, pp. 209-210).

- **Indicador: Somatización.** Se define como un complejo proceso en tres órdenes cognitivo, afectivo y conductual donde el ser humano, dentro un acontecimiento vital y estresante, vivencia una sintomatología física que es atribuida a una enfermedad biológica, presuntamente, aparece como un mecanismo de defensa para lidiar con las amenazas. Comprende reacciones motoras como la descoordinación, el desequilibrio, la parálisis; síntomas dolorosos, trastornos del sueño, respuestas cardiopulmonares como la dificultad respiratoria y palpitaciones; además de las gastrointestinales (Rodríguez et al., 2020, p. 20).

2.2.1.8.2. *Dimensión 2: Síntomas psicológicos.*

Dimensión que hace alusión a los comportamientos contextuales que afectan el correcto desenvolvimiento de un individuo en distintas áreas como la académica, profesional, laboral y social; implicando una alteración en el ánimo y la reactividad emocional (Andrades-Tobar et al., 2021, pp. 19-20). La dimensión abarca tres dimensiones: Depresión, sensibilidad interpersonal y la ansiedad.

- **Indicador: Depresión.** Alude a una colección de síntomas generalmente hipoactivos como el agotamiento mental, anhedonia, indiferencia, apatía, distanciamiento; así como también, sentimientos de desesperanza (Muñoz-Fernández et al., 2020, p. 131).
- **Indicador: Sensibilidad interpersonal.** Es también tipificado como sensibilidad social y se conceptúa como la actitud expuesta para sentir, percibir y responder en circunstancias sociales; por tanto, incluye criterios como la emoción, la personalidad y el rol desempeñado en el grupo social (Cruces et al., 2019, p. 252).

- **Indicador: Ansiedad.** Se trata de una respuesta sobre el temor a la incertidumbre y posee como sintomatología genérica a la sensación de pérdida del control, y las alteraciones psicofisiológicas; problematizando una adecuada toma de decisiones que viabilice una interacción saludable y efectiva para asegurar la concreción de sus metas y objetivos personales (Muñoz-Fernández et al., 2020, p. 132).

2.2.2. Variable 2: Ansiedad.

2.2.2.1. Definición de ansiedad.

La ansiedad ha sido definida como un estado emocional displacentero y desproporcionado cuya aparición se vincula a un estímulo atemorizante pero que, a diferencia del miedo, dicho estímulo no es de carácter observable, sino que posee una naturaleza cognitiva en tanto, ha sido creado por el sujeto debido a sus creencias, experiencias previas, etc., además, reúne como síntomas más frecuentes a la paralización y la sensación de incapacidad; en lugar de las conductas de escape (Díaz y De la Iglesia, 2019, p. 43).

De otro lado, según el Diccionario de la Real Academia Española (edición tricentenario, actualizado al año 2021), la palabra ansiedad deriva del vocablo en latín *anxietas*, de cuyo significado quiere decir estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo”.

Para la Asociación Estadounidense de Psicología (APA), la ansiedad es la emoción que se manifiesta a través de sentimientos de tensión, por pensamientos de preocupación y a través de cambios físicos del individuo.

Según Wolpe (1958) la ansiedad todo lo empapa, está condicionada en el ambiente, pues hace que un individuo se encuentre ansioso de manera continua y sin una causa que la justifique.

Freud (1964) define la ansiedad como aquel estado afectivo desagradable, cuya característica es la aprensión y una combinación de pensamientos y sentimientos para el individuo, que se concibe como resultado de la percepción, que puede ser consciente o inconsciente, de una situación de peligro, lo que se

convierte en estímulos sexuales o agresivos, que dan paso a la anticipación del ego. De ello, se advierte que la ansiedad constituye característica primordial de la neurosis, aquella respuesta no realista ante una situación que el individuo teme, pero que implica poco o ningún miedo real.

De acuerdo a la teoría tridimensional de Lang (1968), las emociones se exteriorizan mediante reacciones que se agrupan a categorías disímiles: cognitiva o subjetiva, fisiológica y motora o comportamental, y éstas se hallan escasamente correlacionadas entre sí, lo que significa que un individuo podría dar muestras de una reacción muy intensa en la categoría subjetiva, moderada en la categoría fisiológica e incluso leve en la motora, mientras tanto, otra persona puede dar muestras absolutamente contrarias, lo que da lugar a concluir que existe alta variabilidad en la reacción de las personas.

Para Marks (1986), las manifestaciones del miedo y de la ansiedad guardan semejanzas porque ambas representan pensamientos de peligro, impresiones de aprensión, reacciones a nivel fisiológico y respuestas motoras.

Por su parte, Sandín y Chorot, (1995) sostienen que la ansiedad cumple la función de activar y facilitar la capacidad de respuesta de un individuo, siendo que se concibe a la ansiedad, como el mecanismo biológico adaptativo para la protección y preservación ante los posibles daños que se pudiera causar desde su edad más temprana.

Miguel - Tobal (1996), concibe a la ansiedad como aquella reacción emocional frente a la percepción de una amenaza o un peligro, y esta se exterioriza mediante un conjunto de respuestas asociadas en tres sistemas: cognitivo o subjetivo, fisiológico o corporal y motor.

De otro lado, López (2019) estatuye que la ansiedad es la emoción que todas las personas experimentan o han experimentado en algún momento de su vida, y esta emoción cumple el papel de apoyar al organismo a tomar medidas para hacer alguna cosa importante. La ansiedad promueve una reacción psicofisiológica de activación intensa del sistema nervioso central y de todo el organismo.

2.2.2.2. Síntomas de ansiedad.

La ansiedad puede manifestarse en respuestas a una amenaza, incomodidad, sufrimiento, caracterizados por temores perturbatorios del normal funcionamiento, caracterizándose, en palabras de Sandin y Chorot (1995), es una condición anticipatoria; es decir, la persona, prevé un peligro de gran significación.

Muriel et. al. (2013), sostienen los síntomas de la ansiedad, dividiéndolo en los tipos siguientes:

2.2.2.2.1. Síntomas cognitivos.

Constituidas por las situaciones en las que las persona pueden encontrarse en el desempeño de alguna relación o actividades diarias, siendo estas preocupaciones, inseguridades, dificultad de decisión, pensamientos negativos de su propia actuación y ante terceros, problemas para pensar, los estudios o la concentración, temores a que las otras personas noten sus dificultades, entre otros.

2.2.2.2.2. Síntomas fisiológicos.

Entre este tipo se síntomas, encontramos a las dificultades respiratorias, los temblores, la sudoración, la tensión muscular, la resequedad bucal, náuseas, dolores de cabeza, entre otras que tienen lugar afectando la fisiología de la persona que sufre de ansiedad.

2.2.2.2.3. Síntomas psicomotrices.

Son los síntomas que se manifiestan en un individuo a través de movimientos repetitivos, intranquilidad motora, tartamudear, llorar, quedarse paralizado o seco, evitar situaciones que teme, entre otros. Se pueden dar a conocer en la comunicación y la expresividad que el individuo requiere dentro de su medio social, cuya repercusión denota un padecimiento de ansiedad.

La sintomatología ansiosa ha sido contemplada y analizada por diversas construcciones teorías; entre las cuales se halla la Teoría cognitiva elaborada Dugas (1995) afirma que el fenómeno de la ansiedad se mantiene a través de cuatro procesos cognitivos:

- **Intolerancia a la incertidumbre** el individuo convierte una preocupación normal a una preocupación extrema e incontrolable, que se relaciona con los factores cognitivos internos, pone mayor atención a las causas que provocaron la ansiedad y no a las alternativas de solución. (Moreno-Proañó, 2020).
- **Tendencia a sobreestimar utilidad de la preocupación.** Existe la creencia que presentar preocupación es saludable y protege de las emociones negativas a futuro; es decir la preocupación es un rasgo de personalidad positiva. (Moreno-Proañó, 2020).
- **Orientación ineficaz frente a los problemas.** El individuo que padece de ansiedad tiene la creencia errónea que la preocupación es la mejor alternativa para resolver un problema, sin embargo la mejor solución a los problemas es enfrentarlos inmediatamente sin perder el tiempo en preocupaciones improductivas, esta situación no es posible equiparar en el trastorno de ansiedad. (Moreno-Proañó, 2020).
- **La evitación cognitiva.** El individuo con síntomas de ansiedad sufre por hechos negativos del pasado e incertidumbres del futuro que le generan preocupación extrema ante lo cual, se intensifica la visión negativa del futuro y por ende la presencia de pensamientos distorsionados (Moreno-Proañó, 2020).

Ahora bien, la inclinación a otro importante esquema teórico es el Modelo de la Incubación, enmarcado en la Teoría Conductual, establecida por Eysenck, quien aseveró que la presentación del estímulo condicionado (produce la respuesta no condicionada al aparearse con el estímulo neutro), cuando este no es reforzado; no necesariamente direcciona a la extinción de la respuesta condicionada; puesto que, en específicas condiciones, la respuesta de ansiedad podía mantenerse o, incluso, acrecentarse. De esta manera, existiría una misma motivación para evitar el estímulo condicionado que para eludir el estímulo incondicionado. El autor, concibió que el sujeto entonces evitaba el estímulo incondicionado en lugar del condicionado; así que este último actuaba cual estímulo discriminativo que definía la oportunidad para

emitir la conducta evitativa (Díaz y De la Iglesia, 2019, p. 45).

2.2.2.3. Causas de la ansiedad.

Muriel, Aguirre, Varela y Cruz (2013), sostienen que existen dos causas primordiales para dar lugar a los factores que originan la ansiedad, los mismos que se relacionan entre sí debido a que la persona los exterioriza al exponerse en el medio donde vive, por su desarrollo cultural, su misma sociedad, situaciones diversas que pueden dar lugar a los factores para que una persona desarrolle ansiedad; siendo los factores principales los siguientes:

2.2.2.3.1. Factor genético.

Son aquellos factores que pueden surgir debido a una posible predisposición, siendo la propensión hereditaria, que influirán en su acción, reacción, estado, para afrontar alguna afección en su estado emocional, en este sentido se ven involucrados las características más resaltantes del individuo, como su temperamento que es parte del constructo de su papel en la vida y refleja cómo enfrentará los diversos ámbitos de su vida.

2.2.2.3.2. Factor ambiental.

Estas las constituyen aquellas experiencias estresantes de las que fue parte la persona que, en algún momento de su vida, y dentro de un contexto escenario, realidad, los mismos que van a ser detonadores para dar lugar a la ansiedad.

2.2.2.4. Enfoques de la ansiedad.

2.2.2.4.1. La teoría psicoanalítica de la ansiedad.

Según esta teoría la ansiedad es producto de un conflicto entre un impulso inaceptable y una contrafuerza aplicada por el ego, Freud (1971) identifica tres teorías sobre la ansiedad:

- La ansiedad real que aparece ante la relación que se establece entre el yo y el mundo exterior; se manifiesta como una advertencia para el individuo, es decir, le avisa de un peligro real que hay en el ambiente que lo rodea.
- La ansiedad neurótica, es una señal de peligro, que aparece de los impulsos

reprimidos del individuo, se relaciona el peligro con el castigo casual de los impulsos reprimidos, originado por los cambios de ansiedad objetiva, el neurótico se siente a menudo un ser inferior e inseguro.

- La ansiedad moral o la ansiedad de la vergüenza, se puede definir como el miedo a uno mismo ya que espontáneamente el ser humano puede expresarse o encontrarse ante situaciones contrarias a la moral o a lo que generalmente se considera bueno; sin embargo, será la propia conciencia que lo haga sentirse mal o culpable, generándole ansiedad, es decir, aquí el super – yo, amenaza al sujeto con la posibilidad de que el yo pierda el control sobre los impulsos.

2.2.2.4.2. Enfoque conductual.

Hull (1921, 1943, 1952) conceptualiza la ansiedad como un impulso motivacional responsable de la capacidad del individuo para responder ante una estimulación determinada. La ansiedad se relaciona con un conjunto de estímulos condicionados o incondicionados que elicitan a la misma en forma de respuesta emocional; además, ésta se concibe como un estímulo discriminativo, considerando que la ansiedad conductual está mantenida a partir de una relación funcional con un refuerzo obtenido en el pasado. Todo ello indica que se puede entender el escenario en el que se aprende la conducta de ansiedad a través del aprendizaje por observación y el proceso de modelado.

2.2.2.4.3. Enfoque cognitivo.

Desde este enfoque, el individuo percibe la situación, la evalúa y valora sus implicaciones; si el resultado de dicha evaluación es amenazante, entonces se iniciará una reacción de ansiedad modulada por otros procesos cognitivos; situaciones similares producirán reacciones de ansiedad parecidas en su grado de intensidad. Las situaciones que elicitan una mayor reacción de ansiedad se evitan y, aún en su ausencia, la mera imagen de éstas también produce una reacción de ansiedad; esto se explica de diversas formas, pero, en general, se asume que la reacción se genera a raíz del significado o interpretación individual que el sujeto confiere a la situación.

Algunas veces, el individuo reconoce que tal situación no es una amenaza objetiva, a pesar de lo cual no puede controlar voluntariamente su reacción de ansiedad. En definitiva, el eje cognitivo del individuo muestra los pensamientos, ideas, creencias e imágenes que acompañan a la ansiedad; estos pensamientos inductores de ansiedad giran en torno al peligro de una situación.

2.2.2.4.4. Enfoque cognitivo-conductual.

Bowers (1973), Endler (1973) o Endler y Magnusson (1976), refieren que la conducta de un individuo está determinada a partir de la interacción entre las características individuales de la persona y las condiciones situacionales que se presentan. Cuando un individuo siente o afirma tener ansiedad, intervienen en dicho proceso distintas variables tales como:

- Variables cognitivas del individuo (pensamientos, creencias, ideas, etc.).
- Variables situacionales (estímulos discriminativos que activan la emisión de la conducta).

Según esto, la ansiedad pasa de ser concebida como rasgo de personalidad a ser considerada como un concepto multidimensional, existiendo áreas situacionales específicas asociadas a diferencias relativas al rasgo de personalidad, dando inicio a la teoría interactiva multidimensional de acuerdo a Endler, Magnusson, Ekehammar y Okada, 1976; las mismas que concuerdan con la hipótesis de la congruencia propuesta por Endler en 1977, hipótesis que defiende que, es imprescindible la congruencia entre el rasgo de personalidad la situación amenazante para que la interacción entre ambos dé lugar al estado de ansiedad.

En el caso de la teoría tridimensional de Lang (1968), se considera a la ansiedad como un sistema triple de respuesta en el que interactúan manifestaciones cognitivas, fisiológicas y motoras.

2.2.2.5. Dimensiones de la ansiedad.

La variable de ansiedad estará sujeta a evaluación a través de sus dos dimensiones: Ansiedad estado y ansiedad rasgo; que se componen de determinados indicadores. Todos serán descritos en los párrafos sucesivos:

2.2.2.5.1. *Dimensión 1: Ansiedad - estado.*

De acuerdo a Miguel-Tobal (1996) la ansiedad entendida como estado es una fase emocional transitoria, de variable intensidad y duración; experimentada por un individuo como patológica en circunstancias particulares, se caracteriza por una activación autonómica y somática, además de una percepción consciente de la tensión subjetiva de una amenaza, la intensidad de la emoción aumenta independientemente del peligro real, mientras que cuando las mismas son valoradas como no amenazantes, la intensidad de la emoción será baja, aunque exista dicho peligro real. Los indicadores de la ansiedad estado son:

- **Indicador: La tranquilidad.** Se conceptúa como una condición de sosiego y calma que experimenta un individuo dentro de una circunstancia establecida. Conciernen además un bienestar que apertura y fomenta las acciones pacíficas; evitando innecesariamente la aceleración del desarrollo de una tarea (Astrês et al, 2018, p. 2214).
- **Indicador: La incomodidad y sudoración.** Surge cuando el individuo se enfrenta a hechos intimidantes y/o vergonzosos; suscitándose una activación del sistema nervioso, principalmente, propiciándose reacciones físicas (Astrês et al, 2018, p. 2214).
- **Indicador: El desconfort.** Se presenta cuando el sujeto se halla disconforme con algunas disposiciones, con compañeros, la experiencia, etc., que le reducen el entusiasmo o los inclina a experimentar irritabilidad y enfado; produciéndose incomodidad en el ambiente en el que se encuentre como el profesional, educativo, económico, laboral y/o social (Caldeira et al., 2017, p. 148).
- **Indicador: Contrariado.** La persona experimenta displacer cuando identifica que algo o alguien resulta contrario a sus valores, normas y/o expectativas. El sentirse contrariado también se vincula con una sensación de frustración ante una falta de satisfacción (Astrês et al, 2018, p. 2214).
- **Indicador: Malestar físico.** Se refiere al agotamiento y a las dolencias que vivencia el individuo durante o después de llevar a cabo una tarea; aunque

también tiene otros factores como enfermedades que sufre el sujeto (Caldeira et al., 2017, p. 148).

- **Indicador: Concentración y somatización.** Supone la relación entre ambos donde la presencia de cansancio físico o mental que originan malestar; provocan la pérdida de concentración, afectando la ejecución de funciones y actividades planeadas (Astrês et al, 2018, p. 2214).
- **Indicador: Comodidad.** Respecto a las ocasiones en que la persona experimenta gusto y disfrute en un sitio o contexto en concreto; no obstante, otras condiciones pueden generar tal sensación como el estado emocional previo y el estado de salud (Caldeira et al., 2017, p. 148).
- **Indicador: Inquietud motora y bienestar.** Sugiere que la dificultad para conservar una posición o postura corporal de acuerdo con unas condiciones que deben cumplirse. De este modo, la persona puede movilizarse con recurrencia, repercutiendo en su bienestar psicológico (Astrês et al, 2018, p.2214).
- **Indicador: La preocupación y la presión.** Se conceptúan como un patrón de inquietud donde la persona vacila constantemente en torno a una cuestión. Dicho estado puede ser observado mediante signos físicos. En el caso de la presión, se define como la capacidad límite de exigencia correspondiente a una persona (González et al., 2017, pp. 32-33).
- **Indicador: Sosiego y temblor físico.** Se concibe como una versión agravada de la preocupación dado que el individuo ingresa en una fase de shock en tanto que se originan disfunciones en el sistema nervioso y el cuerpo puede sufrir desmayos y temblores (Caldeira et al., 2017, p. 148).
- **Indicador: Despreocupación.** Consiste en la experiencia de libertad en la medida de que se desestima la responsabilidad en las decisiones o en las actividades a efectuar. Expresado, en otros términos, el sujeto evade sus compromisos (Astrês et al, 2018, p.2214).

2.2.2.5.2. *Dimensión 2: Ansiedad - rasgo.*

Se contempla como una predisposición incorporada en la personalidad y, como tal, relativamente estable en el tiempo; generando que el individuo sea propenso a percibir circunstancias amenazantes (Centella-Centeno, 2021, p. 104).

Tiene como indicadores:

- **Indicador: Somatización y autoconfianza.** La somatización alude a los malestares físicos derivados de las exigencias y a la carga de las actividades asignadas; más aún si el individuo sobrestima sus capacidades dado su exceso de autoconfianza (Caldeira et al., 2017, p. 148).
- **Indicador: Preocupación somatizada.** Viene a ser la “vivencia” que siente un individuo en el organismo a través de dolencias físicas que lo aquejan como el vértigo, cefaleas, fatiga, etc. (Rodríguez et al., 2020, p. 20).
- **Indicador: Seguridad.** Se concibe como trascendente debido a que el sujeto percibe una suerte de valoración y de garantía en el lugar donde se desenvuelve ya que puede demostrar sus competencias y sus conocimientos (Pastor, 2020, pp. 417-418).
- **Indicador: Vacilación conductual.** Se conceptualizan como modificaciones comportamentales que pueden acontecer por diversos motivos como los problemas económicos, disyuntivas académicas, conflictos entre compañeros de trabajo, etc. (Caldeira et al., 2017, p. 148).
- **Indicador: Reacciones físicas.** Se califican como cambios corporales al ser efecto de un elevado nivel de ansiedad, derivado de las perturbaciones ocasionadas en el sistema nervioso (Monterrosa-Castro et al., 2020, pp. 209-210).
- **Indicador: Intranquilidad.** Se refiere a la dificultad para ejercer un control en una situación específica; concibiéndose como una condición de incapacidad para el sujeto cuando se requiere que opere con paciencia (Hernández, 2020, p. 584).
- **Indicador: Expresión oral.** Se cataloga como una modalidad de comunicación humana que se aturde y se perjudica cuando se experimenta

un alto grado de ansiedad; primando problemas de vocalización y la organización de las ideas al manifestarlas (Caldeira et al., 2017, p. 148).

- **Indicador: Convicción.** Alude a la aceptación sólida algún tema o algo determinado; presumiéndose estar en lo correcto y utilizar argumentos que defiendan la postura adoptada (Mortensen, 2015, p. 179).
- **Indicador: Exposición a situaciones locales.** Implica que el individuo se halla en contacto con circunstancias que originarán sucesos desfavorables; los cuales irregularizarán su rendimiento y su satisfacción personal (Caldeira et al., 2017, p. 148).
- **Indicador: Autocontrol.** Se conceptúa como la habilidad capacidad para regular el comportamiento, las actitudes, las cogniciones y las emociones con la finalidad de suprimir, modificar o interrumpir impulsos y abstenerse de actuar de acuerdo con estos; no obstante, frente a un estado de ansiedad grave, el autocontrol no se consigue (Pérez-Villalobos et al., 2018, p. 50).

2.3. Definición de términos básicos

Agotamiento emocional. Pérdida de atractivo, tedio y disgusto causado por las tareas y el trabajo; disminución del interés y satisfacción laboral. Además, hay sentimientos de fracaso e indefinición por haber intentado modificar su situación sin resultado Maslach y Jackson (1979).

Angustia. Es la emoción más universalmente experimentada por el ser humano, tiene un efecto de inmovilización y conduce al sobrecogimiento en innumerables ocasiones; se define como una emoción compleja, difusa y desagradable que conlleva serias repercusiones psíquicas y orgánicas en el sujeto; la angustia es visceral, obstructiva y aparece cuando un individuo se siente amenazado por algo (Ayuso, 1988).

Ansiedad. Estado emocional displacentero y desproporcionado cuya aparición se vincula a un estímulo atemorizante pero que, a diferencia del miedo, dicho estímulo no es de carácter observable, sino que posee una naturaleza cognitiva en tanto ha sido creado por el sujeto debido a sus creencias, experiencias previas, etc. (Díaz y De la Iglesia, 2019, p. 43).

Ansiedad estado. “Serie de respuestas pasajeras en los planos psicológico y fisiológico; vinculándose con adversidades concretas que se presenten durante la interacción del individuo con su ambiente” (García-Batista et al., 2017, p. 54).

Ansiedad rasgo. “Predisposición incorporada en la personalidad y, como tal, relativamente estable en el tiempo; generando que el individuo sea propenso a percibir circunstancias amenazantes” (Centella-Centeno, 2021, p. 104).

Alarma. Aparición de un peligro o estresor se produce una reacción durante la baja la resistencia por debajo de lo normal. Es muy importante resaltar que todos los procesos que se producen son reacciones encaminadas a preparar el organismo para la acción de afrontar una tarea o esfuerzo. (Selye H., 1936)

Aprensión. Miedo no razonable a supuestos peligros para la persona que lo sufre o para un familiar (estoy siempre con aprensión, con miedo a que le pase algo a mis hijos). formar parte de las manifestaciones psíquicas de ansiedad.

Autocontrol. Habilidad capacidad para regular el comportamiento, las actitudes, las cogniciones y las emociones con la finalidad de suprimir, modificar o interrumpir impulsos y abstenerse de actuar de acuerdo con estos; no obstante, frente a un estado de ansiedad grave, el autocontrol no se consigue (Pérez-Villalobos et al., 2018, p. 50).

Autoridad. Consiste en ciertos derechos de decisión y comando, sin los cuales la responsabilidad no podrá ser cumplida debidamente. (RE- 31-44, edición 2014)

Brigada. Unidad militar compuesta por varios regimientos o batallones de un arma determinada y mandada normalmente por un General de Brigada. (psiquiatría.com 2022)

Castigos. Todo superior en empleo o mando está obligado a intervenir para sancionar las faltas que cometan los subordinados de las FFAA y PNP cualquiera que sea el lugar donde estas se produzcan.

Cognitivo. Está relacionado con el proceso de adquisición de conocimiento (cognición) mediante la información recibida por el ambiente, el aprendizaje

Condición de Militar. La condición de militar se opta por voluntad propia. Se adquiere a través de los centros de formación, procesos de asimilación y servicio

militar. Una vez adquirida, se sujeta a las condiciones de vida y restricciones propias de la carrera militar. El personal militar está sujeto a un régimen especial de servicio a la patria, de acuerdo a las leyes de la república y los reglamentos militares que regulan su organización, funciones, especialidades, preparación, empleo y disciplina, (RE- 31-44, edición 2014)

Control de las emociones. Se refiere al contacto permanente con los pacientes, con el debido manejo de emociones propias como profesional (Rojas, 2020)

Comando. Autoridad que un individuo ejerce sobre sus subordinados por razón de su grado y empleo. El comando involucra la autoridad y responsabilidades propias del empleo, para el planeamiento, organización, dirección, coordinación y control de las unidades militares en el cumplimiento de las misiones y tareas mediante la aplicación de los recursos disponibles, además significa responsabilidades por la salud, bienestar, moral y disciplina del personal asignado. (RE - 31-44, edición 2014)

Comandante de Unidad. Es la persona que ejerce el mando con energía, igualdad y justicia toma decisiones y las traduce en órdenes. La decisión que adopte como forma de acción específica es de su exclusiva responsabilidad; las recomendaciones o sugerencias de su Estado Mayor y de sus subordinados, puede aceptarlas, pero él es el responsable de lo que su Unidad hace o deja de hacer. (RE -31-44, edición 2014)

Depresión. “Colección de síntomas generalmente hipoactivos como el agotamiento mental, anhedonia, indiferencia, apatía, distanciamiento; así como también, sentimientos de desesperanza” (Muñoz-Fernández et al., 2020, p. 131).

Estrés. Respuesta natural del organismo que reúne alteraciones fisiológicas y motoras; surgiendo ante una circunstancia que amenaza la supervivencia y generando una pronta adaptación en aras de garantizar la continuidad del desempeño eficaz del hombre en materia de su quehacer diario (O’Connor et al., 2020, pp. 3-4).

Función Militar. Es un conjunto de tareas o atribuciones del personal militar, que las ejerce de manera sistemática y reiterada, o un individuo que, sin ocupar un cargo, desempeña una función de manera transitoria o definitiva. Para que un

conjunto de tareas o atribuciones constituya una función, se requiere que haya repetición al ejecutarlas. (RE -31-44, edición 2014)

Infantería. Cuerpo del ejército de tierra integrado por tropas de a pie, cuya misión es ocupar y mantener las posiciones sobre el terreno. (RE- 31-44, edición 2014)

Irritabilidad. El concepto de irritabilidad alude a que todo ser vivo cuenta con mecanismo de regulación que le permite responder a estímulos (sonidos, olores, imágenes etc.), cuando estos mecanismos de regulación fallan se tiene cierta dificultad y aparece la irritación la cual puede darse de manera interna (se producen dentro del organismo) o externa (proviene del medio que les rodea). Rodríguez, Dangeolo. (Última edición:3 de mayo del 2022).

Inquietud. Estado de nerviosismo que se produce ante una determinada situación. La persona que está inquieta no tiene paz interior ni puede relajarse, ya que hay algo que le genera preocupación.

Mando Militar. El mando es atributo esencial del militar, mandar es ejercer la autoridad con que se está investido, a fin de conducir a los subordinados en el cumplimiento del deber. Mediante el mando se da unidad a las acciones colectivas, se impone, se afianza y se mantiene la disciplina. (RE - 31-44, edición 2014)

Militar. Se refiere a las personas, armamentos y todo aquello que integre directa e inseparablemente de un ejército o de unas fuerzas armadas. Comando organización armada de personas que luchan contra el orden político vigente. (RE - 31-44, edición 2014)

Orden Militar. Es la expresión verbal o escrita de carácter imperativo que contiene lo que un superior jerárquico militar requiere que cumpla un subordinado. Debe ser, clara, precisa y concisa. b. La legalidad y legitimidad de una orden militar descansa en el respeto a la Constitución Política del Perú, las leyes y reglamentos. (RE - 31-44, edición 2014).

Salud mental. La Organización Mundial de la Salud define la salud mental como: “Un estado de bienestar en el que cada individuo se da cuenta de su propio potencial, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad”.

Sensibilidad interpersonal. “Actitud expuesta para sentir, percibir y responder en circunstancias sociales; por tanto, incluye criterios como la emoción, la personalidad y el rol desempeñado en el grupo social” (Cruces et al., 2019, p. 252).

Servicio Militar. Es una actividad de carácter personal. Mediante ella, todo peruano puede ejercer su derecho y deber constitucional de participar en la Defensa Nacional. Es prestado por varones y mujeres sin discriminación alguna, a partir de los dieciocho (18) años de edad. (Ley N° 29248 – 2007)

Síntomas físicos. “Serie de experiencias experimentadas y/o reportadas que posee un correlato biológico directamente localizado en regiones del funcionamiento del organismo como del sistema nervioso y el sistema hormonal” (Monterrosa-Castro et al., 2020, pp. 209-210).

Síntomas psicológicos. “Comportamientos contextuales que afectan el correcto desenvolvimiento del individuo en distintas áreas como la académica, profesional, laboral y social; implicando una alteración en el ánimo y la reactividad emocional” (Andrades-Tobar et al., 2021, pp. 19-20).

Somatización. Complejo proceso en tres órdenes cognitivo, afectivo y conductual donde el ser humano, en un acontecimiento vital y estresante, vivencia una sintomatología física que es atribuida a una enfermedad biológica, que presuntamente, aparece como un mecanismo de defensa para lidiar con las amenazas (Rodríguez et al., 2020, p. 20).

Subordinación. La subordinación implica la obediencia a las órdenes y el debido respeto al superior jerárquico, independientemente de pertenecer a distintas instituciones armadas. (RE - 31-44, edición 2014)

Unidad. Cuerpo del ejército de tierra integrado por tropas de a pie, cuya misión es ocupar y mantener las posiciones sobre el terreno. (RE - 31-44, edición 2014)

III. MÉTODOS Y MATERIALES

3.1. Hipótesis de la investigación

3.1.1. Hipótesis general.

H_i: El estrés se relaciona significativamente con la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022.

H₀: El estrés no se relaciona significativamente con la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022.

3.1.2. Hipótesis específicas.

H1: Los síntomas físicos del estrés se relacionan significativamente con la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022.

H2: Los síntomas psicológicos del estrés se relacionan significativamente con la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022.

3.2. Variables de estudio

- Variable 1: Estrés
- Variable 2: Ansiedad

3.2.1. Definición conceptual.

3.2.1.1. Definición conceptual del estrés.

Respuesta natural del organismo que reúne alteraciones fisiológicas y motoras; surgiendo ante una circunstancia que amenaza la supervivencia y generando una pronta adaptación en aras de garantizar la continuidad del desempeño eficaz del hombre en materia de su quehacer diario (O'Connor et al., 2020, pp. 3-4).

3.2.1.2. Definición conceptual de la Ansiedad.

Estado emocional displacentero y desproporcionado cuya aparición se vincula a un estímulo atemorizante pero que, a diferencia del miedo, dicho estímulo no es de carácter observable, sino que posee una naturaleza cognitiva en tanto ha sido creado por el sujeto debido a sus creencias, experiencias previas, etc. (Díaz y De la Iglesia, 2019, p. 43).

3.2.2. Definición operacional.

3.2.2.1. Definición operacional del estrés.

La variable será evaluada mediante las dimensiones de síntomas físicos y síntomas psicológicos. (Ver Tabla 1)

Tabla 1.

Variable 1: estrés

Dimensiones	Indicadores
Síntomas físicos	Somatización Depresión
Síntomas psicológicos	Sensibilidad interpersonal Ansiedad

3.2.2.2. Definición operacional de la ansiedad.

La variable estará sujeta a evaluación por medio de las dimensiones de ansiedad estado y ansiedad rasgo. (Ver Tabla 1)

Tabla 2.
Variable 2: ansiedad

Dimensiones	Indicadores
Ansiedad Estado	Tranquilidad
	Incomodidad y sudoración
	Desconfort
	Contrariado
	Malestar físico
	Concentración y somatización
	Comodidad
	Inquietud motora y bienestar
	Preocupación y presión
	Sosiego y temblor físico
	Despreocupación
	Somatización y autoconfianza
	Preocupación somatizada
	Seguridad
Vacilación conductual	
Ansiedad rasgo	Reacciones físicas
	Intranquilidad
	Expresión oral
	Convicción
	Exposición a situaciones locales
	Autocontrol

3.3. Tipo y nivel de la investigación

3.3.1. Tipo de investigación.

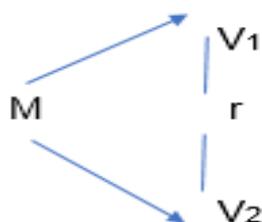
Según Hernández Sampieri (2014) la investigación básica o denominada pura, teórica o dogmática, se caracteriza porque se origina en un marco teórico y permanece en él. El objetivo es incrementar los conocimientos científicos, pero sin contrastarlos con ningún aspecto práctico.

Asimismo, el enfoque del estudio fue cuantitativo, pues mediante el uso ordenado y secuencial del método científico, así como el uso eficaz de la información recopilada mediante los instrumentos de recolección de datos permitió dar respuesta a la hipótesis planteada (Hernández y Mendoza, 2018, p.5). Con ello, se tiene que las investigaciones cuantitativas permiten dar una mejor proyección de la realidad estudiadas, al mismo tiempo de poder cuantificar la información obtenida y lograr dar un contraste a las hipótesis planteadas.

3.3.2. Nivel de investigación.

El nivel o alcance del estudio fue correlacional, dado que a partir de poder caracterizar las variables abordadas y describirlas, conlleva a analizar su vinculación o asociación, a fin de encontrar un comportamiento similar entre las variables (Hernández y Mendoza, 2018, p.109), esto permitió conocer cómo el estrés y la ansiedad se encuentran asociadas a partir de la descripción del comportamiento de cada variable en la muestra estudiada.

Cuyo esquema fue el siguiente:



Dónde:

M: Muestra

V1 = Estrés

V2 = Ansiedad

r = relación entre variables de estudio.

3.4. Diseño de la investigación

Se contó con un diseño de investigación no experimental, pues el investigador no toma control deliberado sobre la variable independiente, es decir, no existe manipulación deliberada dentro del contexto en el cual se estudia (Hernández y Mendoza, 2018, p.174). Esto significa que tanto las variables estrés

como ansiedad solo serán observadas y analizadas dentro del entorno en el cual se estudian sin tomar participación activa durante el proceso.

Para Sampieri (2003), el diseño no experimental se divide tomando en cuenta el tiempo durante se recolectan los datos, estos son: diseño Transversal, donde se colectan datos en un solo momento, en un tiempo único, su propósito es describir variables y su incidencia de interrelación en un momento dado.

3.5. Población y muestra de estudio

3.5.1. Población

Conforme con Ñaupas et al (2018) la población se define como un grupo el cual se encuentra conformado por una cantidad de elementos los cuales presentan características similares (p.334). A partir de ello, la población en estudio está conformada por 200 soldados del servicio militar voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería en Huamanga.

3.5.2. Muestra

Mientras que la muestra de estudio se enmarca como un subgrupo de la población, en donde este grupo debe ser representativo, y, por lo tanto, debe poseer características homogéneas que determinen su similitud con la población (Ñaupas et al, 2018, p.338). Para el cálculo del tamaño muestral se aplicará la siguiente fórmula:

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

Donde:

N = Tamaño de la población

Z = Valor de la distribución de la curva normal estandarizada con un nivel de confianza de 95%, 1,96

p = proporción de la probabilidad de la variable en estudio, 50% (0,50)

q = p – 1

E = error permisible en el cálculo de la muestra, 5% (0,05)

$$n = \frac{(1.96)^2(200)(0.5)(0.5)}{(0.05)^2(200 - 1) + (1.96)^2(0.5)(0.5)}$$

$$n = 132 \text{ soldados}$$

Por lo tanto, la muestra de estudio se encontró conformada por 132 soldados del servicio militar voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga, 2022.

3.5.3. Muestreo

Para la conformación de la muestra se hizo empleo de un muestreo probabilístico, el cual la intervención es al azar, partiendo del principio de que todos los elementos que forman parte de la población tienen la misma posibilidad de formar parte de la muestra, siendo para este caso, el muestreo probabilístico aleatorio simple, ya que la intervención por parte del investigador en la selección de la muestra se realiza de manera aleatoria partiendo de la totalidad de la población (Ñaupas et al, 2018, p.339).

3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.6.1. Técnicas de recolección de datos.

A efectos de llevar a cabo la recogida de información, se recurrirá a la técnica de la encuesta; que se caracteriza por facilitar el contacto con la muestra dada su sencilla, práctica y versátil aplicación. Y es que puede ser llevada a cabo vía telefónica, por correo; así como también en modalidad presencial o vía internet (Espinoza, 2019, p. 177).

3.6.2. Instrumentos de recolección de datos.

El instrumento que se ha empleado a partir de la técnica señalada es el cuestionario, que se define como un recurso en formato de formulario; el cual consta de preguntas o enunciados (ítems) redactados y cuyo contenido se fundamenta en la operacionalización de las variables que se aspira a medir. Vale sostener que tales reactivos son dispuestos bajo la premisa de que el participante los resuelva (Córdova, 2018).

En el presente proyecto, dos son los cuestionarios que serán administrados y se detallarán en los párrafos sucesivos:

- **Cuestionario de estrés** de elaboración propia: Consta de 18 reactivos distribuidos en dos dimensiones: Síntomas físicos y síntomas psicológicos. Los citados reactivos pueden ser puntuados en una escala de tipo Likert cuyos valores y sus interpretaciones son las siguientes: 1= “Nunca”, 2= “Casi nunca”, 3= “En ocasiones”, 4= “Casi siempre” Y 5= “Siempre”. La sumatoria de tales puntuaciones puede ubicarse en uno de los niveles sucesivos: Bajo, regular y alto. La escala fue sometida a las evaluaciones psicométricas requeridas: Validez y confiabilidad. Se realizó una validez de contenido por juicio de expertos y la confiabilidad, se efectuó mediante un análisis de Alfa de Cronbach.
- **Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo de Spielberger et al. (1970)**, adaptación española, por Buela et al. (1982): Contiene 40 reactivos distribuidos en dos dimensiones: Ansiedad estado (7 directos y 13 inversos) y ansiedad rasgo (10 directos y 10 inversos). Los ítems pueden puntuarse de acuerdo con una escala Likert cuyas valoraciones e interpretaciones varían por cada escala. En el caso de la dimensión Ansiedad estado: 0= “Nada”, 1= “Algo”, 2= “Bastante” y 3= “Mucho”.
- En cuanto a la dimensión Ansiedad rasgo: 0= “Casi nunca”, 1= “A veces”, 2= “A menudo” y 3= “Casi siempre”. La puntuación final se obtiene mediante una fórmula por cada dimensión, para la Ansiedad estado=30+(Sumatoria de puntajes directos) - (Sumatoria de puntajes inversos); mientras que para Ansiedad rasgo= 21 + (Sumatoria de puntajes directos) – (Sumatoria de puntajes inversos). Tales sumatorias pueden clasificarse a través de un baremo asignado a cada dimensión; es decir, para Ansiedad estado: Bajo (11 – 22), medio (23 – 28) y Alto (> 28); mientras que para Ansiedad rasgo: Bajo (< 28), medio (28 – 33) y alto (>33). Ahora bien, acerca de las propiedades psicométricas del inventario, fue validada mediante juicio de expertos y su confiabilidad, a partir del coeficiente de Alfa de Cronbach, resultó ser de .95.

3.7. Métodos de análisis de datos

Para un correcto tratamiento de los datos se empleó como método el análisis descriptivo, en donde la información obtenida de las variables se categorizó mediante el empleo de baremos para su interpretación; mediante tablas de frecuencia y gráficos de barra. Mientras que para el contraste de las hipótesis se empleó el análisis inferencial, siendo útil para determinar el estadístico a emplear, previamente se realizó la prueba de normalidad a fin de determinar el uso de una prueba paramétrica o no paramétrica (Ñaupas et al, 2018, p. 419).

3.8. Aspectos éticos

Para la presente investigación se tuvo en cuenta los principios establecidos en el Código de Ética Profesional del Psicólogo peruano (2018), tales como la responsabilidad, las normas legales y morales, la confidencialidad. Se observa lo especificado en el capítulo IV del referido Código, donde establece los parámetros de la actividad de investigación, resaltando el de salvaguardar los derechos humanos de los participantes, las prácticas éticas que toda investigación debe observar; se consideró también el Código de ética de la Universidad Privada Telesup, que recomienda propiciar las buenas prácticas científicas y la responsabilidad ética en la investigación, la confidencialidad y la propiedad intelectual en cuanto a las políticas de antiplagio Magister by Compilatipo.net y el uso del Asentimiento y Consentimiento informado al realizar la investigación.

La redacción del proyecto de investigación se realizó contemplando los derechos de propiedad intelectual en tanto que los datos mencionados en su contenido pertenecieran a otros autores, se referenció de acuerdo con los preceptos que integran la normativa APA. Por otro lado, respecto a los principios éticos que regularán el procedimiento de investigación, desde la perspectiva Álvarez (2018), se toman en cuenta los siguientes:

- **Autonomía:** El principio alude al compromiso de informar el objetivo del estudio, el consentimiento informado; así como también en torno a la protección de la privacidad y la confidencialidad de la información conferida por el participante. Asimismo, hacer extensivo a cada uno de ellos, su derecho para retirarse del estudio cuando lo deseen; sin ser sujeto de

represalias (p. 127).

- Beneficencia: El principio compete a brindar una garantía para la conservación o mantenimiento del bienestar de los participantes mediante una exploración precedente y minuciosa de los potenciales riesgos y ventajas (Álvarez, 2018, p. 128).

IV. RESULTADOS

4.1. Resultados de la validación del instrumento

4.1.1. Validez del instrumento.

El instrumento de medición en la investigación “ANSIEDAD Y ESTRÉS EN LOS SOLDADOS DEL SERVICIO MILITAR VOLUNTARIO DE LAS UNIDADES DE LA SEGUNDA BRIGADA DE INFANTERÍA DEL CUARTEL LOS CABITOS - HUAMANGA, 2022”, fue sometido a la validación de contenidos a través del juicio de expertos, utilizándose el formato de evaluación de los ítems de la tabla de Evaluación de Instrumentos por expertos, el resultado se detalla en el anexo 4.

Los expertos que participaron en la validación de contenidos fueron los profesores: Mg Raúl Gualberto Quispe Taya y Mg. Juan Ulises Quispe Palomino; con el resumen del resultado como se muestra en la tabla 2.

Tabla 3.

Resultado de la validación por juicio de expertos

EXPERTO	Institución	Precisar si hay suficiencia
Mg. Juan U. Quispe Palomino	U. Privada Telesup	Si hay suficiencia
Mg Raúl G. Quispe Taya	U. Privada Telesup	Si hay suficiencia

4.1.2. Confiabilidad de los instrumentos.

Para determinar la confiabilidad del instrumento de la investigación “ANSIEDAD Y ESTRÉS EN LOS SOLDADOS DEL SERVICIO MILITAR VOLUNTARIO DE LAS UNIDADES DE LA SEGUNDA BRIGADA DE INFANTERÍA DEL CUARTEL LOS CABITOS - HUAMANGA, 2022”, se analizó calculando el coeficiente Alfa de Cronbach, mediante la varianza de los ítems y la varianza de puntaje total, cuya fórmula es la siguiente:

$$\alpha = \frac{K}{K - 1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

Donde:

K: número de preguntas o ítems

S_i^2 : suma de varianzas de cada ítem

S_t^2 : varianza del total de filas (puntaje total de los jueces)

Cuanto menor sea la variabilidad de respuesta, es decir haya homogeneidad en la respuesta de cada ítem, mayor será el alfa de Cronbach.

Tabla 4.

Tabla resumen de procesos de datos para la variable estrés

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	132	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	132	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Tabla 5.

Alfa de Cronbach para la variable estrés

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,922	18

Los resultados mostrados en tabla 3 y tabla 4 anterior, el alfa de Cronbach 0.922; nos permiten concluir que el instrumento que mide la variable estrés es altamente confiable.

Tabla 6.

Tabla resumen de procesos de datos para la variable ansiedad

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	132	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	132	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Tabla 7.

Alfa de Cronbach para la variable ansiedad

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,810	40

Los resultados mostrados en tabla 5 y tabla 6 anterior, el alfa de Cronbach 0.810; nos permiten concluir que el instrumento que mide la variable ansiedad es altamente confiable.

4.2. Resultados de la Estadística Descriptiva

4.2.1. Estadística descriptiva para la variable estrés.

Tabla 8.

Tabla de frecuencia de resultados baremados de la variable estrés

ESTRÉS

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Nivel bajo	45	34,1	34,1	34,1
Nivel medio	42	31,8	31,8	65,9
Nivel alto	45	34,1	34,1	100,0
Total	132	100,0	100,0	

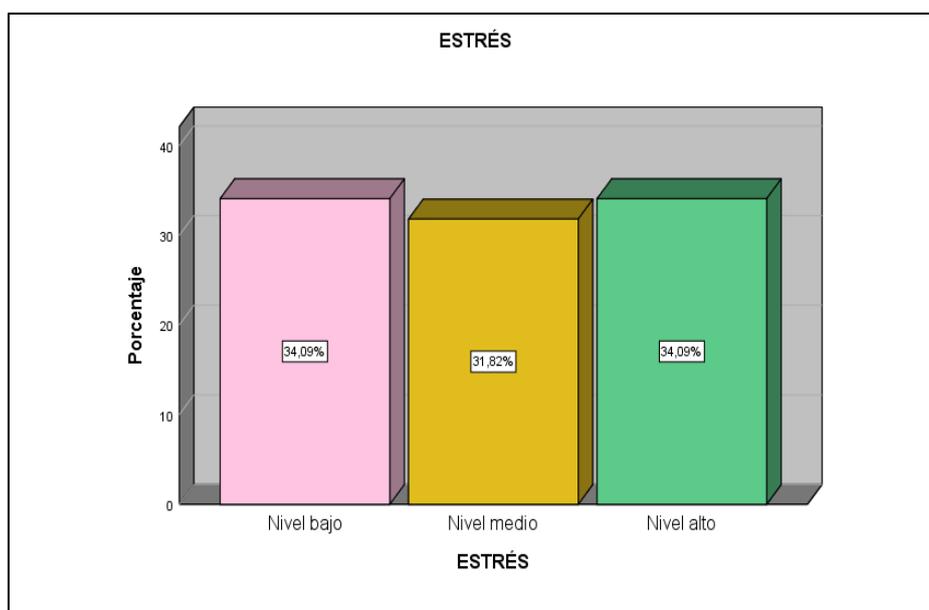


Figura 1. Gráfico de resultados baremados de la variable estrés

En la tabla 8 y figura 1; el 34,1% de los 132 soldados del Servicio Militar Voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022, presenta un nivel bajo de estrés; mientras que 31,8% evidencia un nivel medio; y por último el 34,1% manifiesta un nivel alto.

4.2.1.1. Dimensión síntomas físicos.

Tabla 9.

Tabla de frecuencia de resultados baremados de la dimensión síntomas físicos
Síntomas físicos

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nivel bajo	59	44,7	44,7	44,7
	Nivel medio	33	25,0	25,0	69,7
	Nivel alto	40	30,3	30,3	100,0
	Total	132	100,0	100,0	

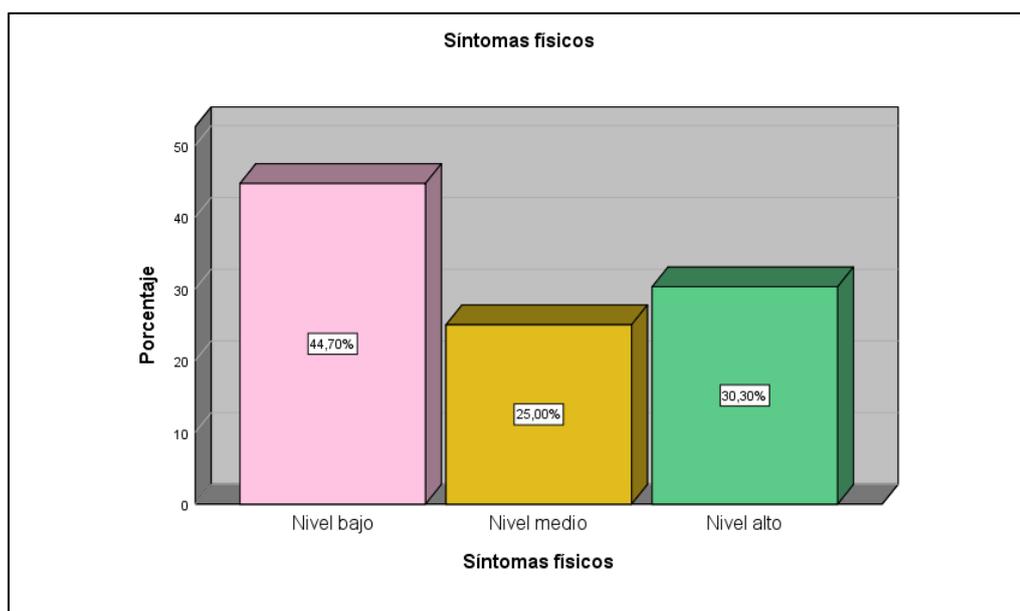


Figura 2. Gráfico de resultados baremados de la dimensión síntomas físicos

En la tabla 9 y figura 2; el 44,7% de los 132 soldados del Servicio Militar Voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022, presenta un nivel bajo de síntomas físicos; mientras que 25,0% evidencia un nivel medio; y por último el 30,3% manifiesta un nivel alto.

4.2.1.2. Dimensión síntomas psicológicas.

Tabla 10.

Tabla de frecuencia de resultados baremados de la dimensión síntomas psicológicos

		Síntomas psicológicos			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nivel bajo	43	32,6	32,6	32,6
	Nivel medio	46	34,8	34,8	67,4
	Nivel alto	43	32,6	32,6	100,0
Total		132	100,0	100,0	

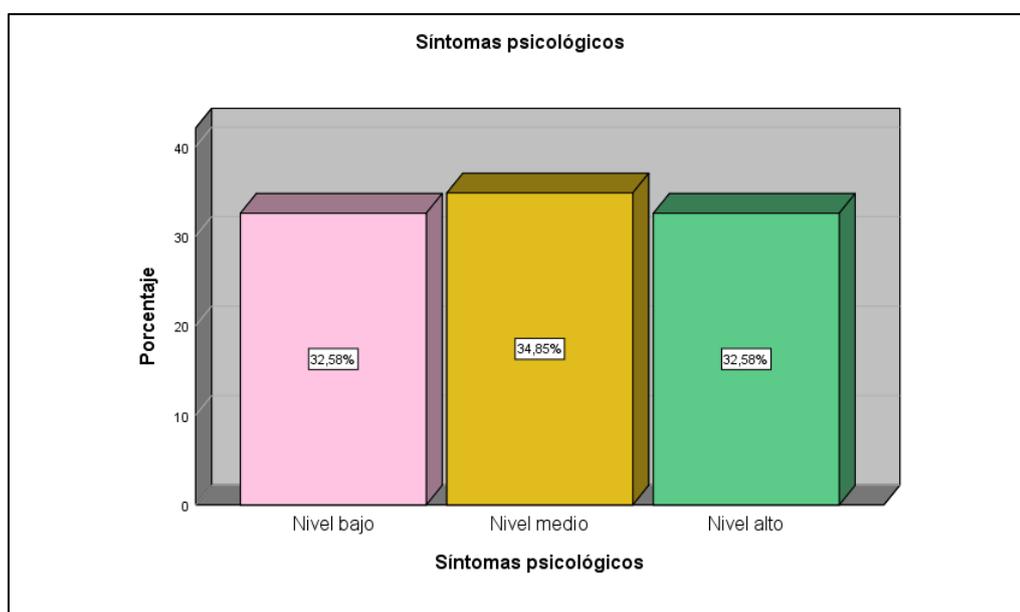


Figura 3. Gráfico de resultados baremados de la dimensión síntomas psicológicos

En la tabla 10 y figura 3; el 32,6% de los 132 soldados del Servicio Militar Voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022, presenta un nivel bajo de síntomas psicológicos; mientras que 34,8% evidencia un nivel medio; y por último el 32,6% manifiesta un nivel alto.

4.2.2. Estadística descriptiva para la variable ansiedad.

Tabla 11.

Tabla de frecuencia de resultados baremados de la variable ansiedad

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nivel bajo	46	34,8	34,8	34,8
	Nivel medio	43	32,6	32,6	67,4
	Nivel alto	43	32,6	32,6	100,0
Total		132	100,0	100,0	

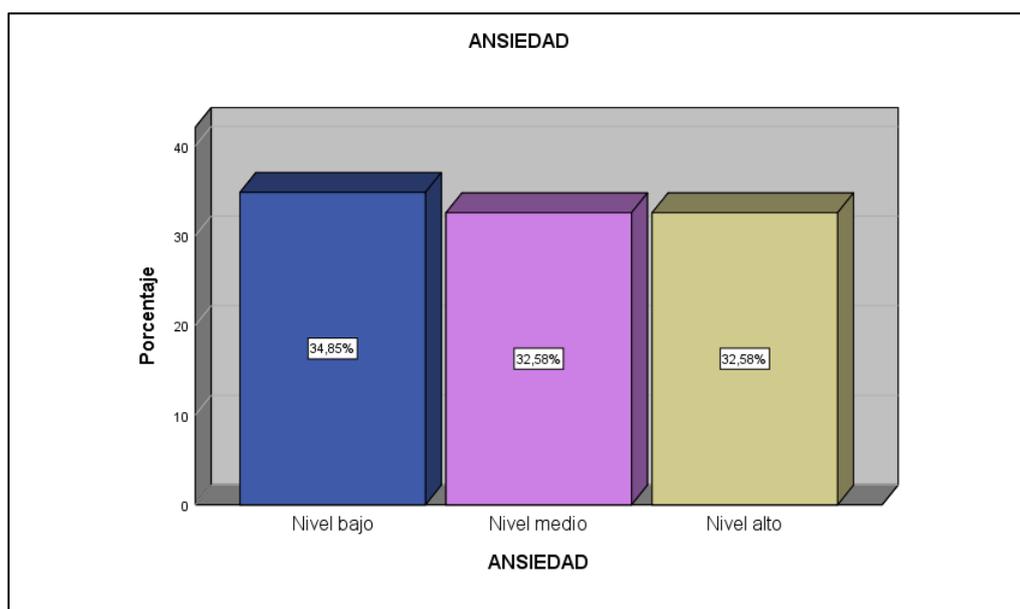


Figura 4. Gráfico de resultados baremados de la variable ansiedad

En la tabla 11 y figura 4; el 34,8% de los 132 soldados del Servicio Militar Voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022, presenta un nivel bajo de ansiedad; mientras que 32,6% evidencia un nivel medio; y por último el 32,6% manifiesta un nivel alto.

4.2.3. Dimensión ansiedad estado.

Tabla 12.

Tabla de frecuencia de resultados baremados de la dimensión ansiedad estado

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nivel bajo	53	40,2	40,2	40,2
	Nivel medio	34	25,8	25,8	65,9
	Nivel alto	45	34,1	34,1	100,0
	Total	132	100,0	100,0	

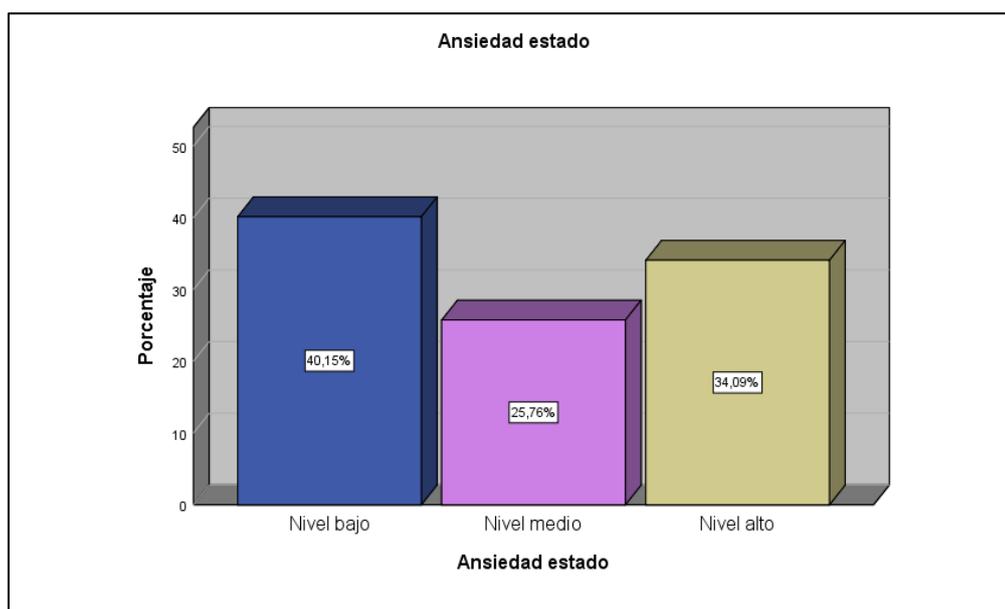


Figura 5. Gráfico de resultados baremados de la dimensión ansiedad estado

En la tabla 12 y figura 5; el 40,2% de los 132 soldados del Servicio Militar Voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022, presenta un nivel bajo de ansiedad estado; mientras que 25,8% evidencia un nivel medio; y por último el 34,1% manifiesta un nivel alto.

4.2.3.1. Dimensión ansiedad rasgo.

Tabla 13.

Tabla de frecuencia de resultados baremados de la dimensión ansiedad rasgo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nivel bajo	48	36,4	36,4	36,4
	Nivel medio	44	33,3	33,3	69,7
	Nivel alto	40	30,3	30,3	100,0
	Total	132	100,0	100,0	

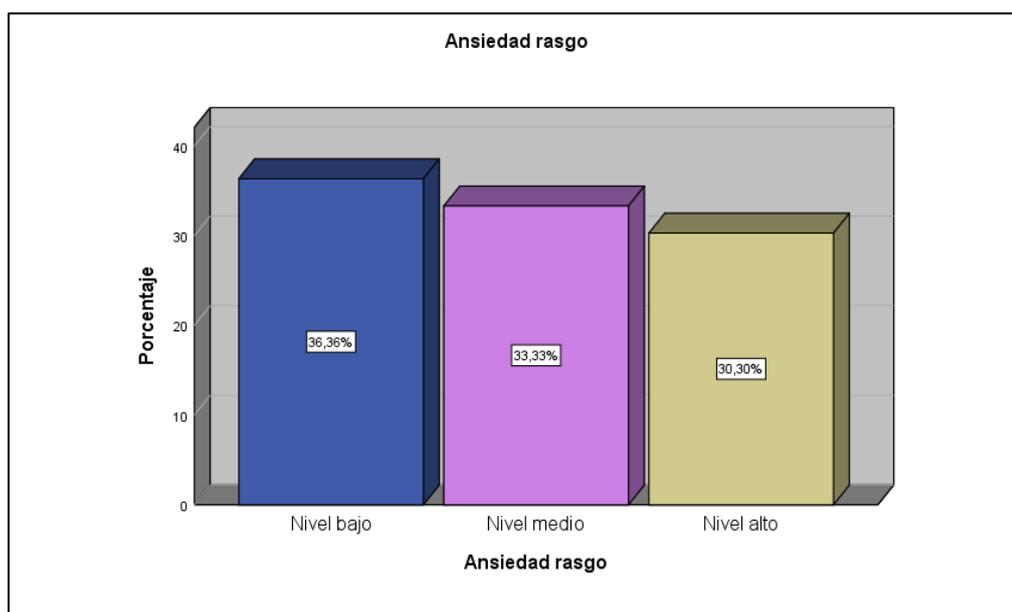


Figura 6. Gráfico de resultados baremados de la dimensión ansiedad rasgo

En la tabla 13 y figura 6; el 36,4% de los 132 soldados del Servicio Militar Voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022, presenta un nivel bajo de ansiedad estado; mientras que 33,3% evidencia un nivel medio; y por último el 30,3% manifiesta un nivel alto.

4.3. Resultados de la Estadística Inferencial para la Contrastación de las hipótesis

4.3.1. Prueba de normalidad.

Para determinar el comportamiento de los datos recopilados, por tener una muestra mayor a 50 elementos, se utilizó la Prueba de Kolmogórov-Smirnov los resultados se muestran en la tabla 13.

Tabla 14.

Prueba de Normalidad de datos para las variables estrés y ansiedad
Pruebas de normalidad

	Kolmogórov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
ESTRÉS	,086	132	,018	,971	132	,006
ANSIEDAD	,083	132	,026	,981	132	,060

a. Corrección de significación de Lilliefors

Teniendo en cuenta que:

Ho: Hipótesis nula = Demuestra homogeneidad (datos paramétricos)

Hi: Hipótesis alterna = Demuestra diferencias (datos no paramétricos)

Con un nivel de significancia de 0,05 (5%),

Toma de decisión: Al haberse obtenido un valor de significancia de 0,018 para la variable Estrés y 0,026 para la variable Ansiedad; al ser ambas de $p < 0,05$ rechazamos la Ho; y aceptamos la hipótesis alterna; se decide que los datos procesados demuestran una tendencia no paramétrica.

Por lo tanto, para la contrastación de las hipótesis y establecer el grado de relación se utilizará el coeficiente de correlación Rho de Spearman.

4.3.2. Contrastación de la hipótesis general.

Ho: El estrés no se relaciona significativamente con la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022.

Hi: El estrés se relaciona significativamente con la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022.

Tabla 15.

Prueba Rho de Spearman para contrastar la hipótesis general
Correlaciones

			ESTRÉS	ANSIEDAD
Rho de Spearman	ESTRÉS	Coeficiente de correlación	1,000	,629*
		Sig. (bilateral)	.	,006
		N	132	132
	ANSIEDAD	Coeficiente de correlación	,629*	1,000
		Sig. (bilateral)	,006	.
		N	132	132

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Los resultados mostrados en la tabla 14, nos permiten afirmar, que la variable Estrés y la variable Ansiedad, se relacionan significativamente; al tener un coeficiente de correlación de 0,629; que nos indica una relación positiva o directa considerable.

Decisión estadística:

Al tener un valor de significancia de 0,006 siendo este valor menor que 0,05 ($p < 0,05$) se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

Por lo tanto:

Hi: El estrés se relaciona significativamente con la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022. **Es válida.** A mayor estrés mayor ansiedad.

4.3.3. Contrastación de las hipótesis específicas.

4.3.3.1. Contrastación de la primera hipótesis específica.

Ho: Los síntomas físicos del estrés no se relacionan significativamente con la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022.

H1: Los síntomas físicos del estrés se relacionan significativamente con la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022.

Tabla 16.

Prueba de Rho de Spearman para contrastar la primera hipótesis específica
Correlaciones

		Síntomas físicos	ANSIEDAD
Rho de Spearman	Síntomas físicos	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,509*
		N	132
ANSIEDAD	ANSIEDAD	Coefficiente de correlación	,509*
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	,016

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Los resultados mostrados en la tabla 15, nos permiten afirmar, que la dimensión Síntomas físicos y la variable Ansiedad, se relacionan significativamente; al tener un coeficiente de correlación de 0,509; que nos indica una relación positiva o directa considerable.

Decisión estadística:

Al tener un valor de significancia de 0,016 siendo este valor menor que 0,05 ($p < 0,05$) se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

Por lo tanto:

Hi: Los síntomas físicos del estrés se relacionan significativamente con la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022.

Es válida. A mayor síntomas físicos mayor ansiedad.

4.3.3.2. **Contrastación de la segunda hipótesis específica.**

Ho: Los síntomas psicológicos del estrés no se relacionan significativamente con la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022.

H2: Los síntomas psicológicos del estrés se relacionan significativamente con la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022.

Tabla 17.

Prueba de Rho de Spearman para contrastar la segunda hipótesis específica
Correlaciones

		Síntomas psicológicos	ANSIEDAD
Rho de Spearman	Síntomas psicológicos	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,739*
		N	,026
	ANSIEDAD	Coeficiente de correlación	132
		Sig. (bilateral)	,739*
		N	,026
			132

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Los resultados mostrados en la tabla 16, nos permiten afirmar, que la dimensión Síntomas psicológicos y la variable Ansiedad, se relacionan significativamente; al tener un coeficiente de correlación de 0,739; que nos indica una relación positiva o directa considerable.

Decisión estadística:

Al tener un valor de significancia de 0,026 siendo este valor menor que 0,05 ($p < 0,05$) se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

Por lo tanto:

Hi: Los síntomas psicológicos del estrés se relacionan significativamente con la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022.

Es válida. A mayor síntomas psicológicos mayor ansiedad.

V. DISCUSIONES

5.1. Discusión de los resultados de la estadística descriptiva

5.1.1. Discusión de los resultados estadísticos descriptivos de la variable: Estrés.

Los resultados permitieron evaluar a la variable Estrés por intermedio de las dimensiones: Ansiedad estado y Ansiedad rasgo; a través de sus respectivos indicadores, obteniéndose como resultados el 34,1% de los 132 soldados del Servicio Militar Voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022, presenta un nivel bajo de estrés; mientras que 31,8% evidencia un nivel medio; y por último el 34,1% manifiesta un nivel alto, coincidentes en la tendencia con las investigaciones reportadas de Chana Medina, G. y Huamán Diaz, L. L. (2021), Feria Pinto, L. P. y Hallasi Ramos, M. P. (2021), Loaiza Chávez, C. A y Garces Rivera, M. I. (2020) y Huayanay Yauli, M. M. (2019).

5.1.2. Discusión de los resultados estadísticos descriptivos de la variable: Ansiedad.

Los resultados permitieron evaluar a la variable Ansiedad por intermedio de las dimensiones: Síntomas físicos y Síntomas psicológicos; a través de sus respectivos indicadores, obteniéndose como resultados el 34,8% de los 132 soldados del Servicio Militar Voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022, presenta un nivel bajo de ansiedad; mientras que 32,6% evidencia un nivel medio; y por último el 32,6% manifiesta un nivel alto, coincidentes en la tendencia con las investigaciones reportadas de Chana Medina, G. y Huamán Diaz, L. L. (2021), Feria Pinto, L. P. y Hallasi Ramos, M. P. (2021), Apaza Apaza, M. T., & Rocca Novoa, D. D. (2021), Loaiza Chávez, C. A y Garces Rivera, M. I. (2020) y Barrea Gómez N. A. & Reyes Meneses J. L. (2020).

5.2. Discusión de los resultados de la estadística inferencial

5.2.1. Discusión de la contrastación de la hipótesis general.

La validez de la hipótesis general queda demostrada porque la variable Estrés se relaciona significativamente con la variable Ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022, por intermedio de la Prueba de Correlación Rho de Spearman donde se obtiene un valor de correlación 0,629 que nos determina una relación directa positiva o directa considerable. Y con un valor de significancia de 0,006 menor para el alfa 0,05 ($p < 0,05$) se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación coincidentes con las investigaciones reportadas de Chana Medina, G. y Huamán Diaz, L. L. (2021), Feria Pinto, L. P. y Hallasi Ramos, M. P. (2021), Loaiza Chávez, C. A y Garces Rivera, M. I. (2020),

5.2.2. Discusión de la contrastación de las hipótesis específicas.

5.2.2.1. *Discusión de la contrastación de la primera hipótesis específica.*

La validez de la primera hipótesis específica queda demostrada porque la dimensión síntomas físicos del estrés se relaciona significativamente con la variable ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022, por intermedio de la Prueba de Correlación Rho de Spearman donde se obtiene un valor de correlación 0,509 que nos determina una relación directa o positiva media. Y con un valor de significancia de 0,016 menor para el alfa 0,05 ($p < 0,05$) se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación; coincidentes con las investigaciones reportadas de Chana Medina, G. y Huamán Diaz, L. L. (2021), Feria Pinto, L. P. y Hallasi Ramos, M. P. (2021)

5.2.2.2. *Discusión de la contrastación de la segunda hipótesis específica.*

La validez de la segunda hipótesis específica queda demostrada porque la dimensión síntomas psicológicos del estrés se relaciona significativamente con la variable ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de

la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022, por intermedio de la Prueba de Correlación Rho de Spearman donde se obtiene un valor de correlación 0,739 que nos determina una relación directa o positiva considerable. Y con un valor de significancia de 0,026 menor para el alfa 0,05 ($p < 0,05$) se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación; coincidentes con las investigaciones reportadas de Loaiza Chávez, C. A y Garces Rivera, M. I. (2020).

VI. CONCLUSIONES

Se estableció la relación entre el estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga- 2022, por intermedio del coeficiente de correlación Rho de Spearman que al ser 0,629 nos confirma una relación positiva o directa considerable. y en la prueba de hipótesis el nivel de significancia es menor que 0,05 ($0,006 < 0,05$) donde se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

Se estableció la relación entre los síntomas físicos del estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga- 2022, por intermedio del coeficiente de correlación Rho de Spearman que al ser 0,509 nos confirma una relación positiva o directa considerable. y en la prueba de hipótesis el nivel de significancia es menor que 0,05 ($0,016 < 0,05$) donde se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

Se estableció la relación entre los síntomas psicológicos del estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga, 2022, por intermedio del coeficiente de correlación Rho de Spearman que al ser 0,739 nos confirma una relación positiva o directa considerable. y en la prueba de hipótesis el nivel de significancia es menor que 0,05 ($0,026 < 0,05$) donde se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

VII. RECOMENDACIONES

Realizar campañas preventivas promocionales, sesiones de talleres que incluyan dinámicas grupales, que mediante técnicas de relajación ayuden a los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga, manejen adecuadamente el estrés y de esa manera no presenten niveles altos de ansiedad.

Brindar, a los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga, de técnicas y estrategias de planificación de horarios con fin de prevenir la aparición de síntomas físicos de estrés, de la misma forma abastecer de técnicas adecuadas de afronte al estrés.

Realizar un seguimiento, a lo largo de la permanencia de los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga, con la finalidad de observar los cambios que pronostiquen síntomas psicológicos de estrés, para prevenir niveles de ansiedad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvarez, P. (2018). Ética e investigación. , . *Boletín Redipe*, 7(2), 122-149. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6312423>
- Andrades-Tobar, M., García, F., Concha-Ponce, P., Valiente, C., & Lucero, C. (2021). Predictores de síntomas de ansiedad, depresión y estrés a partir del brote epidémico de COVID-19. *Revista De Psicopatología Y Psicología Clínica*, 26(1), 13-22. doi:<https://doi.org/10.5944/rppc.28090>
- Apaza-Llantoy, K., Cedillo-Ramirez, L., & Correa-López, L. (2021). Factors associated with depression, anxiety, and stress in the context of the covid-19 pandemic in police officers of Lima Metropolitana, Peru. *Rev. Fac. Med. Hum.*, 21(4), 809-818. doi:<http://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v21i4.4227>.
- Astrês, M., Pinho, H., Marques, J., Ferreira, C., Santos, R., & Silva, R. (2018). Prevalence of anxiety disorders as a cause of workers' absence. *Revista Brasileira de Enfermagem*. Obtenido de <https://www.scielo.br/pdf/reben/v71s5/0034-7167-reben-71-s5-2213.pdf>
- Baimyrzaeva, M. (2018). Begginers' guide for applied research process: what is it, and why and how to do it? [Guía para principiantes para el proceso de investigación aplicada: ¿qué es y por qué y cómo hacerlo?]. *Occasional paper*(4). Obtenido de <https://www.ucentralasia.org/Content/Downloads/UCA-IPPA-OP4-Beginners%20Guide%20for%20Applied%20Research%20Process-Eng.pdf>
- Bairero, M. (2017). El estrés y su influencia en la calidad de vida. *Revista Médica. Granma*, 21(6), 971-982. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/multimed/mul-2017/mul176u.pdf>
- Bastidas, A., Tuta, E., Hincapié, G., Rueda, A., Piotrostanalsky, A., & Contreras, S. (2021). Trastorno de estrés postraumático en una cohorte de militares con trauma de guerra. *REvista Cubana de Medicina Militar*, 50(4), 1-14. Obtenido de <http://www.revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/1591/1124>
- Bazán, C., & Espinoza, A. (2021). Dolor lumbar relacionado con ansiedad y

depresión en policías de una comisaria en lima. *REvista de la Facultad de Medicina Humana*, 21(1), 75-81. Obtenido de <http://www.scielo.org.pe/pdf/rfmh/v21n1/2308-0531-rfmh-21-01-75.pdf>

Caldeira, P., Costa, T., Ferreira, L., & Teixeira, F. (2017). Trait vs. state anxiety in different threatening situations. *Trends Psychiatry Psychother*, 39(3), 147-157. Obtenido de <https://www.scielo.br/pdf/trends/v39n3/2238-0019-trends-2237-6089-2016-0044.pdf>

Carranza, M., & Ortiz, S. (2021). *Estrés laboral, bienestar psicológico y miedo al COVID-19 en policías de Trujillo durante la pandemia*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12692/77687>

Castillo, B., & Gonzales, M. (2021). Miedo al Covid-19 en residentes de un asentamiento humano en Puente Piedra, Lima. *Revista de Investigación Científica Ágora*, 8(1), 69-74. Obtenido de <https://www.revistaagora.com/index.php/cieUMA/article/view/165/130>

Cedeño, H., & Ordóñez, L. (2021). Niveles de estrés en militares en servicio pasivo de la asociación de militares en servicio pasivo de las FF.AA. “Veteranos de guerra y anexos” de Santo Domingo de los Tsáchilas, durante el periodo del 2020-2021. *Revista Científica Arbitrada En Investigaciones De La Salud GESTAR*, 4(7), 61-73. doi:<https://doi.org/10.46296/gt.v4i7.0021>

Centella-Centeno, D. (2021). Funcionalidad familiar y ansiedad estado-rasgo por contexto de la COVID- 19 en discentes de enfermería. *Investigación E Innovación: Revista Científica De Enfermería*, 1(1), 103–112. Obtenido de <https://revistas.unjbg.edu.pe/index.php/iirce/article/view/1144>

Choque, J., & Guzmán, S. (2021). *Estrés laboral y ansiedad por COVID 19 en agentes policiales, del Complejo de la Región Policial, Tacna, 2021*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12692/67282>

Córdova, I. (2018). *Instrumentos de investigación* (Primera ed.). Lima: San Marcos.

- Cruces, S., Medina, Y., Romero, A., Gil-Olarte, P., & Zayas, A. (2019). Inteligencia emocional y ajustada interacción social como factor competencial de comunicación. Un estudio universitario. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 251-262. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/3498/349859739026/html/>
- Díaz, I., & De la Iglesia, G. (2019). Ansiedad: Revisión y Delimitación Conceptual. *Summa Psicológica UST*, 16(1), 42-50. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7009167>
- Espinoza, E. (2019). Las variables y su operacionalización en la investigación educativa. Segunda parte . *Conrado*, 15(69), 171-180. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000400171&lng=es&tlng=pt.
- Esteves, A., Loaiza, C., & Garces, M. (2021). *Ansiedad y estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid-19, Cuzco 2020*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de Ica]. Obtenido de <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/866>
- Fernández-Arata, J., & Calderón-De la Cruz, G. (2017). Modelo Demandas-Control-Apoyo social en el estudio del estrés laboral en el Perú. *Revista Medica Herediana*, 28(4), 281-282. doi:<https://dx.doi.org/https://doi.org/10.20453/rmh.v28i4.3233>
- Gaibor, J., Liger, T., Safla, J., Fernández, M., & Cholota, L. (2018). El estrés en las fuerzas armadas: la situación de estrés en los aspirantes a soldados en la esforce, promoción 2015-2017. *Revista de Ciencias de Seguridad y Defensa*, 3(3), 50-60. Obtenido de <http://geo1.espe.edu.ec/wp-content/uploads/2018/06/5.pdf>
- García-Batista, Z., Guerra-Peña, K., Cano-Vindel, A., Herrera-Martínez, S., Flores-Kanterd, P., & Medrano, L. (2017). Propiedades psicométricas del Inventario de ansiedad estado-rasgo en población general y hospitalaria de República Dominicana. *Ansiedad y estrés*, 23(2 – 3), 53-58. doi:<http://dx.doi.org/10.1016/j.anyes.2017.09.004>

- González, M., Ibáñez, I., & Barrera, A. (2017). Rumiación, preocupación y orientación negativa al problema: procesos transdiagnósticos de los trastornos de ansiedad, de la conducta alimentaria y del estado de ánimo. *Acta Colombiana de Psicología*, 20(2), 30-41. doi:<http://www.dx.doi.org/10.14718/ACP.2017.20.2.3>
- Hernández, J. (2020). Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. *Medicentro Electrónica*, 24(3), 578-594. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432020000300578
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *La metodología de la investigación*. Ciudad de México: Mc Graw Hill Education.
- Marinho, M., Batista, M., Santos, M., Alves de Albuquerque, M., & Iansã de Lima, B. (2018). Factores geradores de estresse em policiais militares: revisão sistemática. *Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto*, 2, 637-648. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497956940013>
- Marquina-Lujan, R., & Benavides-Román, A. (2021). Estrés y actitudes resilientes en el personal de la Policía Nacional del Perú frente a la pandemia causada por el Covid-19. *Revista ConCiencia EPG*, 6(2), 132-142. doi:<https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.6-2.9>
- Marrero, M., & Aguilera, M. (2018). Estrés psicosocial laboral según modelo desbalance esfuerzo-recompensa en gestantes cubanas. *Salud & Sociedad*, 9(2), 172-178. Obtenido de <https://doi.org/10.22199/S07187475.2018.0002.00004>
- Martín.ez, J. (2021). Trastornos de estrés agudo: consideraciones a partir de un caso clínico en el ámbito militar. *Ansiedad y Estrés*, 27(1), 15-21. Obtenido de https://www.ansiedadyestres.es/sites/default/files/rev/2021/anyes2021_a3.pdf
- Martínez, L. (2020). Riesgos psicosociales y estrés laboral en tiempos de COVID-19: instrumentos para su evaluación. *Revista De Comunicación Y Salud*, 10(2), 301-321. doi:<http://www.revistadecomunicacionysalud.es/index.php/rcys/article/view/212>

- Mieles, C. (2021). Factores de estrés laboral y efectos en la salud, modelo desbalance esfuerzo recompensa y modelo demanda control. *Centro Sur*, 5(2), 93-108. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8064425>
- Monterrosa-Castro, A., Dávila-Ruiz, R., Mejía-Mantilla, A., Contreras-Saldarriaga, J., Mercado-Lara, M., & Flores-Monterrosa, C. (2020). Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. *MedUNAB*, 13(2), 195-213. doi:10.29375/01237047.3
- Moreno-Proañó, G. (2020). Pensamientos distorsionados y ansiedad generalizada en COVID-19. *CienciAmérica*, 9(2), 251-255. doi:<http://dx.doi.org/10.33210/ca.v9i2.314>.
- Muñoz-Fernández, S., Molina-Valdespino, D., Ochoa-Palacios, R., Sánchez-Guerrero, O., & Esquivel-Acevedo, J. (2020). Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la pandemia por COVID-19. *Acta Pediatr Mex*, 41(1), 127-136. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/actpedmex/apm-2020/apms201q.pdf>
- Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J., & Romero, H. (2018). *Metodología de la investigación: Cuantitativa, Cualitativa y Redacción de la Tesis* (Ed. 5ta ed.). Bogotá: Ediciones de la U.
- O'Connor, D., Thayer, J., & Vedhara, K. (2020). Stress and Health: A Review of Psychobiological Processes. *Annual Review of Psychology*, 72(1), 1-26. doi:10.1146/annurev-psych-062520-122331
- Ozamiz-Etxebarria, N., Dosil-Santamaria, M., Picaza-Gorrochategui, M., & Idoiaga-Mondragon, N. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cadernos de Saúde Pública*, 36(4). doi:<https://doi.org/10.1590/0102-311X00054020>
- Pastor, J. (2020). Psychological effects of COVID-19. Los efectos psicológicos de la COVID-19. *Archivos de la Sociedad Espanola de Oftalmologia*, 95(9), 417–418. doi:<https://doi.org/10.1016/j.ofal.2020.06.010>

- Pérez-Villalobos, M., Cobo-Rendón, R., Sáez, F., & Díaz-Mujica, A. (2018). Revisión Sistemática de la Habilidad de Autocontrol del Estudiante y su Rendimiento Académico en la Vida Universitaria. *Formación universitaria*, 11(3), 49-62. doi: <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062018000300049>
- Peterson, A., Hal, W., Baker, M., Cigrang, J., Moore, B., Dukes, S., . . . Ant-Daigle, D. (2018). Psychiatric Aeromedical Evacuations of Deployed Active Duty U.S. Military Personnel During Operations Enduring Freedom, Iraqi Freedom, and New Dawn. *Military Medicine AMSUS*, 183(11), 649-658. Obtenido de <https://academic.oup.com/milmed/article/183/11-12/e649/5074326>
- Robles-Sánchez, J. (2021). Salud Mental en tiempos de pandemia: la pandemia paralela. *Sanidad Militar*, 77(2), 69-72. doi:<https://dx.doi.org/10.4321/s1887-85712021000200001>
- Rodríguez, A., Basurto, A., Giniebra, R., & Loor, R. (2020). Reacciones psicósomáticas producidas por el estrés y la salud mental de los docentes universitarios. *Rehuso*, 5(3), 16-25. Obtenido de <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/Rehuso/article/view/1684>
- Stevenlink, S., Jones, M., Hull, L., Pernet, D., MacCrimmon, S., Goodwin, L., . . . Wessly, S. (2018). Mental health outcomes at the end of the British involvement in the Iraq and Afghanistan conflicts: a cohort study. *The British Journal of Psychiatry*, 213(6), 690-697. Obtenido de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30295216/#:~:text=Results%3A%20The%20prevalence%20was%206.2,and%2010.0%25%20for%20alcohol%20misuse>
- Taghva, A., Seyedi, A., Rahnejat, A., & Elikae, M. (2020). Resilience, Emotions, and Character Strengths as Predictors of Job Stress in Military Personnel. *Iran J Psychiatry Behav Sci*, 14(2), 1-6. doi:10.5812/ijpbs.86477
- Tirado, G., Llorente-Alonso, M., & Topa, G. (2019). Desequilibrio esfuerzo-recompensa y quejas subjetivas de salud estudio exploratorio entre médicos en España. *EJIHPE: European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 9(2), 59-70. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7109634>

- Vallejo-Noguera, F., Rubio-Endara, O., López-Zambrano, J., & Véliz-Gutiérrez, Ó. (2020). Acercamientos conceptuales a los modelos de riesgos psicosociales para la salud de Karasek y Siegrist en trabajadores de Ecuador. *Polo del Conocimiento*, 5(9), 707-721. doi:<http://dx.doi.org/10.23857/pc.v5i9.1722>
- Williams, V., Stahlman, S., & Oh, G. (2017). Medical evacuations, active and reserve components, U.S. Armed Forces, 2013-2015. *Medical Surveillance Monthly Report*, 24(2), 15-21. Obtenido de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28234496/>

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

“Ansiedad y estrés en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022”.

Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	Variables	Metodología
¿Cuál es la relación entre el estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga- 2022?	Establecer la relación entre el estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022.	El estrés se relaciona significativamente con la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022.	Variable 1	Tipo de investigación
			Estrés	Básico
			Dimensiones	Nivel de investigación
			Síntomas físicos	Correlacional
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas	Variable 2:	No experimental
			Ansiedad	Población
			Dimensiones	200 soldados
			Ansiedad estado	Muestra
¿Cuál es la relación entre los síntomas físicos del estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga- 2022?	Establecer la relación entre los síntomas físicos del estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022.	Los síntomas físicos del estrés se relacionan significativamente con la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos- Huamanga, 2022.	Ansiedad rasgo	132 soldados
				Técnica e instrumentos de recolección de datos
				Encuestas
				Cuestionario
¿Cuál es la relación entre los síntomas psicológicos del estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga- 2022?	Establecer la relación entre los síntomas psicológicos del estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022.	Los síntomas psicológicos del estrés se relacionan significativamente con la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga, 2022.	Ansiedad rasgo	132 soldados
				Técnica e instrumentos de recolección de datos
				Encuestas
				Cuestionario

Anexo 2. Matriz de operacionalización

Variable 1:	Definición	Dimensiones	Indicadores
Estrés	Respuesta natural del organismo que reúne alteraciones fisiológicas y motoras; surgiendo ante una circunstancia que amenaza la supervivencia y generando una pronta adaptación en aras de garantizar la continuidad del desempeño eficaz del hombre en materia de su quehacer diario (O'Connor et al., 2020, pp. 3-4).	Síntomas físicos	Somatización
		Síntomas psicológicos	Depresión
			Sensibilidad interpersonal
			Ansiedad
Variable 2:	Definición	Dimensiones	Indicadores
Ansiedad	Estado emocional displacentero y desproporcionado cuya aparición se vincula a un estímulo atemorizante pero que, a diferencia del miedo, dicho estímulo no es de carácter observable, sino que posee una naturaleza cognitiva en tanto ha sido creado por el sujeto debido a sus creencias, experiencias previas, etc. (Díaz y De la Iglesia, 2019, p. 43).	Ansiedad Estado	Tranquilidad
			Incomodidad y sudoración
			Desconfort
			Contrariado
			Malestar físico
			Concentración y somatización
			Comodidad
			Inquietud motora y bienestar
			Preocupación y presión
			Sosiego y temblor físico
			Despreocupación
		Ansiedad Rasgo	Somatización y autoconfianza
			Preocupación somatizada
			Seguridad
		Vacilación conductual	
		Reacciones físicas	
		Intranquilidad	
		Expresión oral	
		Convicción	

Anexo 3. Instrumentos

Cuestionario de estrés

N°.....

Somos alumnos de la Universidad Telesup y estamos realizando un trabajo de investigación titulada “Estrés y ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería - Huamanga, 2022”. Por tal motivo solicito su apoyo en responder las preguntas que se presentan a continuación. Lo resultados se presentarán de manera grupal y su respuesta será confidencial.

Instrucciones

Lea atentamente cada ítem y seleccione marcando una “X” una de las alternativas que mejor represente su respuesta. Recuerde que no existen respuestas “correctas” o “incorrectas”, ni respuestas “buenas” o “malas”; solo se requiere honestidad de acuerdo con su contextualización. Finalmente, la respuesta que marque es totalmente reservada y se guardará confidencialidad.

Sin más que agregar, sírvase contestar a cada uno de los ítems tomando en cuenta los sucesivos valores:

- | | |
|---------------|-----|
| Nunca. | (1) |
| Casi nunca | (2) |
| En ocasiones. | (3) |
| Casi siempre. | (4) |
| Siempre. | (5) |

Estrés						
N°	Síntomas físicos	1	2	3	4	5
	En las últimas semanas...					
1	he sentido dolencias físicas como dolores de cabeza, náuseas, dificultades para respirar, etc.					
2	debido a los malestares físicos, he acudido al médico.					
3	he notado cambios en mi cuerpo cuando siento estrés.					
4	se me complica manejar las reacciones de mi cuerpo cuando estoy estresado.					
N°	Síntomas psicológicos	1	2	3	4	5
	En las últimas semanas...					
5	no he sentido ganas de continuar mis actividades.					
6	me he sentido agotado mentalmente.					
7	he perdido el interés en lo que antes disfrutaba.					
8	me he distanciado de las personas con quienes me gustaba interactuar.					
9	no le encuentro sentido a lo que hago.					
10	me he encontrado indiferente a los acontecimientos diarios.					
11	he pensado que los demás han sido hostiles conmigo.					
12	he generado conflictos con quienes me he relacionado.					
13	he reaccionado con irritabilidad cuando me han pedido algo.					
14	he actuado a la defensiva con las personas.					
15	mi cuerpo reacciona ante lo que pueda suceder a futuro.					
16	he perdido el control de mis acciones.					
17	las dolencias que he experimentado han interferido en la consecución de mis metas.					
18	mis respuestas fisiológicas han impedido que tome decisiones con claridad.					

¡Gracias por su participación!

Cuestionario de ansiedad estado rasgo (S T A I)

N°

Somos alumnos de la Universidad Telesup y estamos realizando un trabajo de investigación titulada “Estrés y ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las Unidades de la Segunda Brigada de Infantería - Huamanga, 2022”. Por tal motivo solicito su apoyo en responder las preguntas que se presentan a continuación. Los resultados se presentarán de manera grupal y su respuesta será confidencial.

Instrucciones

Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor cómo se siente Ud. ahora mismo, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.

Valor AE	Nada	Algo	Bastante	Mucho
Valor AR	Casi nunca	A veces	A menudo	Casi siempre
Puntaje	0	1	2	3

N°	Ansiedad estado	0	1	2	3
1	Me siento calmado.				
2	Me siento seguro.				
3	Estoy tenso.				
4	Estoy contrariado.				
5	Me siento cómodo (estoy a gusto).				
6	Me siento alterado.				
7	Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras.				
8	Me siento descansado.				
9	Me siento angustiado.				
10	Me siento confortable.				
11	Tengo confianza en mí mismo.				
12	Me siento nervioso.				
13	Estoy desasosegado.				

14	Me siento muy "atado" (como oprimido).				
15	Estoy relajado.				
16	Me siento satisfecho.				
17	Estoy preocupado.				
18	Me siento aturdido y sobreexcitado.				
19	Me siento alegre.				
20	En este momento me siento bien.				
N°	Ansiedad rasgo	0	1	2	3
1	Me siento bien.				
2	Me canso rápidamente.				
3	Siento ganas de llorar.				
4	Me gustaría ser tan feliz como otros.				
5	Pierdo oportunidades por no decidirme pronto.				
6	Me siento descansado.				
7	Soy una persona tranquila, serena y sosegada.				
8	Veó que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas.				
9	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.				
10	Soy feliz.				
11	Suelo tomar las cosas demasiado seriamente.				
12	Me falta confianza en mí mismo.				
13	Me siento seguro.				
14	Evito enfrentarme a las crisis o dificultades.				
15	Me siento triste (melancólico).				
16	Estoy satisfecho.				
17	Me rondan y molestan pensamientos sin importancia.				
18	Me afectan tanto los desengaños, que no puedo olvidarlos.				
19	Soy una persona estable.				
20	Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales, me pongo tenso y agitado.				

¡Gracias por su participación!

Anexo 4. Validez de instrumentos

N°	Dimensiones/ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
	VARIABLE 1: ESTRÉS	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Dimensión: Síntomas físicos							
1	En las últimas semanas he sentido dolencias físicas como dolores de cabeza, náuseas, dificultades para respirar, etc.	X		X		X		
2	En las últimas semanas debido a los malestares físicos, he acudido al médico	X		X		X		
3	En las últimas semanas he notado cambios en mi cuerpo cuando siento estrés	X		X		X		
4	En las últimas semanas se me complica manejar las reacciones de mi cuerpo cuando estoy estresado	X		X		X		
	Dimensión: Síntomas psicológicos							
5	En las últimas semanas no he sentido ganas de continuar mis actividades	X		X		X		
6	En las últimas semanas me he sentido agotado mentalmente	X		X		X		
7	En las últimas semanas he perdido el interés en lo que antes disfrutaba	X		X		X		
8	En las últimas semanas me he distanciado de las personas con quienes me gustaba interactuar	X		X		X		
9	En las últimas semanas no le encuentro sentido a lo que hago.	X		X		X		
10	En las últimas semanas me he encontrado indiferente a los acontecimientos diarios.	X		X		X		
11	En las últimas semanas he pensado que los demás han sido hostiles conmigo	X		X		X		
12	En las últimas semanas he generado conflictos con quienes me he relacionado	X		X		X		
13	En las últimas semanas he reaccionado con irritabilidad cuando me han pedido algo	X		X		X		
14	En las últimas semanas he actuado a la defensiva con las personas.	X		X		X		
15	En las últimas semanas mi cuerpo reacciona ante lo que pueda suceder a futuro.	X		X		X		
16	En las últimas semanas he perdido el control de mis acciones.	X		X		X		
17	En las últimas semanas las dolencias que he experimentado han interferido en la consecución de mis metas.	X		X		X		
18	En las últimas semanas mis respuestas fisiológicas han impedido que tome decisiones con claridad.	X		X		X		

N°	Dimensiones/ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
	VARIABLE 1: ANSIEDAD	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Dimensión: Ansiedad estado							
1	Me siento calmado.	X		X		X		
2	Me siento seguro.	X		X		X		
3	Estoy tenso.	X		X		X		
4	Estoy contrariado.	X		X		X		
5	Me siento cómodo (estoy a gusto).	X		X		X		
6	Me siento alterado.	X		X		X		
7	Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras.	X		X		X		
8	Me siento descansado.	X		X		X		
9	Me siento angustiado.	X		X		X		
10	Me siento confortable.	X		X		X		
11	Tengo confianza en mí mismo.	X		X		X		
12	Me siento nervioso.	X		X		X		
13	Estoy desasosegado.	X		X		X		
14	Me siento muy "atado" (como oprimido).	X		X		X		
15	Estoy relajado.	X		X		X		
16	Me siento satisfecho.	X		X		X		
17	Estoy preocupado.	X		X		X		
18	Me siento aturdido y sobreexcitado.	X		X		X		
19	Me siento alegre.	X		X		X		
20	En este momento me siento bien.	X		X		X		
	Dimensión: Ansiedad rasgo							
1	Me siento bien.	X		X		X		
2	Me canso rápidamente.	X		X		X		
3	Siento ganas de llorar.	X		X		X		
4	Me gustaría ser tan feliz como otros.	X		X		X		
5	Pierdo oportunidades por no decidirme pronto.	X		X		X		

6	Me siento descansado.	X		X		X		
7	Soy una persona tranquila, serena y sosegada.	X		X		X		
8	Veó que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas.	X		X		X		
9	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.	X		X		X		
10	Soy feliz.	X		X		X		
11	Suelo tomar las cosas demasiado seriamente.	X		X		X		
12	Me falta confianza en mí mismo.	X		X		X		
13	Me siento seguro.	X		X		X		
14	Evito enfrentarme a las crisis o dificultades.	X		X		X		
15	Me siento triste (melancólico).	X		X		X		
16	Estoy satisfecho.	X		X		X		
17	Me rondan y molestan pensamientos sin importancia.	X		X		X		
18	Me afectan tanto los desengaños, que no puedo olvidarlos.	X		X		X		
19	Soy una persona estable	X		X		X		
20	Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales, me pongo tenso y agitado.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia) **HAY SUFICIENCIA**

Opinión de aplicabilidad: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Apellidos y nombres del juez validador

MG. JUAN ULISES QUISPE PALOMINO

DNI: 28273559

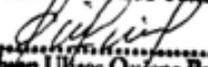
Especialidad del validador

MAGISTER EN PSICOLOGIA EDUCATIVA

1. Pertinencia: el ITEM corresponde concepto teórico formulado
2. Relevancia: e ITEM es apropiado para representar al componente o dimensiones específicas del constructo.
3. Claridad: se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ITEM es conciso, exacto y directo.

Nota: suficiencia, se dice suficiencia cuando los ÍTEMS planteados son suficientes para medir la dimensión

31 de Julio del 2022


MINISTERIO DE SALUD
CENTRO DE SALUD EDUCATIVA

Mg. Juan Ulises Quispe Palomino
PSICÓLOGO EDUCATIVO
C.Ps.P 25062

N°	Dimensiones/ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
	VARIABLE 1: ESTRÉS	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Dimensión: Síntomas físicos							
1	En las últimas semanas he sentido dolencias físicas como dolores de cabeza, náuseas, dificultades para respirar, etc.	X		X		X		
2	En las últimas semanas debido a los malestares físicos, he acudido al médico	X		X		X		
3	En las últimas semanas he notado cambios en mi cuerpo cuando siento estrés	X		X		X		
4	En las últimas semanas se me complica manejar las reacciones de mi cuerpo cuando estoy estresado	X		X		X		
	Dimensión: Síntomas psicológicos							
5	En las últimas semanas no he sentido ganas de continuar mis actividades	X		X		X		
6	En las últimas semanas me he sentido agotado mentalmente	X		X		X		
7	En las últimas semanas he perdido el interés en lo que antes disfrutaba	X		X		X		
8	En las últimas semanas me he distanciado de las personas con quienes me gustaba interactuar	X		X		X		
9	En las últimas semanas no le encuentro sentido a lo que hago.	X		X		X		
10	En las últimas semanas me he encontrado indiferente a los acontecimientos diarios.	X		X		X		
11	En las últimas semanas he pensado que los demás han sido hostiles conmigo	X		X		X		
12	En las últimas semanas he generado conflictos con quienes me he relacionado	X		X		X		
13	En las últimas semanas he reaccionado con irritabilidad cuando me han pedido algo	X		X		X		
14	En las últimas semanas he actuado a la defensiva con las personas.	X		X		X		
15	En las últimas semanas mi cuerpo reacciona ante lo que pueda suceder a futuro.	X		X		X		
16	En las últimas semanas he perdido el control de mis acciones.	X		X		X		
17	En las últimas semanas las dolencias que he experimentado han interferido en la consecución de mis metas.	X		X		X		
18	En las últimas semanas mis respuestas fisiológicas han impedido que tome decisiones con claridad.	X		X		X		

N°	Dimensiones/ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
	VARIABLE 1: ANSIEDAD	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Dimensión: Ansiedad estado							
1	Me siento calmado.	X		X		X		
2	Me siento seguro.	X		X		X		
3	Estoy tenso.	X		X		X		
4	Estoy contrariado.	X		X		X		
5	Me siento cómodo (estoy a gusto).	X		X		X		
6	Me siento alterado.	X		X		X		
7	Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras.	X		X		X		
8	Me siento descansado.	X		X		X		
9	Me siento angustiado.	X		X		X		
10	Me siento confortable.	X		X		X		
11	Tengo confianza en mí mismo.	X		X		X		
12	Me siento nervioso.	X		X		X		
13	Estoy desasosegado.	X		X		X		
14	Me siento muy "atado" (como oprimido).	X		X		X		
15	Estoy relajado.	X		X		X		
16	Me siento satisfecho.	X		X		X		
17	Estoy preocupado.	X		X		X		
18	Me siento aturdido y sobreexcitado.	X		X		X		
19	Me siento alegre.	X		X		X		
20	En este momento me siento bien.	X		X		X		
	Dimensión: Ansiedad rasgo							
1	Me siento bien.	X		X		X		
2	Me canso rápidamente.	X		X		X		
3	Siento ganas de llorar.	X		X		X		

4	Me gustaría ser tan feliz como otros.	X		X		X		
5	Pierdo oportunidades por no decidirme pronto.	X		X		X		
6	Me siento descansado.	X		X		X		
7	Soy una persona tranquila, serena y sosegada.	X		X		X		
8	Veó que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas.	X		X		X		
9	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.	X		X		X		
10	Soy feliz.	X		X		X		
11	Suelo tomar las cosas demasiado seriamente.	X		X		X		
12	Me falta confianza en mí mismo.	X		X		X		
13	Me siento seguro.	X		X		X		
14	Evito enfrentarme a las crisis o dificultades.	X		X		X		
15	Me siento triste (melancólico).	X		X		X		
16	Estoy satisfecho.	X		X		X		
17	Me rondan y molestan pensamientos sin importancia.	X		X		X		
18	Me afectan tanto los desengaños, que no puedo olvidarlos.	X		X		X		
19	Soy una persona estable	X		X		X		
20	Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales, me pongo tenso y agitado.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia) **HAY SUFICIENCIA**

Opinión de aplicabilidad: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Apellidos y nombres del juez validador

MG. RAUL GUALBERTO QUISPE TAYA

DNI : 08086028

Especialidad del validador

MAESTRO EN DOCENCIA UNIVERSITARIA

4. Pertinencia: el ITEM corresponde concepto teórico formulado
5. Relevancia: e ITEM es apropiado para representar al componente o dimensiones específicas del constructo.
6. Claridad: se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ITEM es conciso, exacto y directo.

Nota: suficiencia, se dice suficiencia cuando los ITEMS planteados son suficientes para medir la dimensión



31 de Julio del 2022



Anexo 5. Matriz de datos

Variables	ESTRÉS																	
Dimensiones	Síntomas físicos				Síntomas psicológicos													
	P_1	P_2	P_3	P_4	P_5	P_6	P_7	P_8	P_9	P_10	P_11	P_12	P_13	P_14	P_15	P_16	P_17	P_18
Enc. 1	1	1	3	3	3	2	3	3	1	1	1	1	1	3	2	1	1	1
Enc. 2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	3	2	3	1	1	1	2
Enc. 3	3	1	3	1	2	1	2	3	2	1	3	4	3	3	1	1	2	2
Enc. 4	2	1	2	5	5	3	2	4	4	4	2	2	1	1	2	1	3	1
Enc. 5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1
Enc. 6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1
Enc. 7	3	1	3	3	3	2	2	4	5	5	1	1	2	2	3	2	5	5
Enc. 8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Enc. 9	3	3	2	2	3	3	2	5	2	2	3	1	2	2	3	1	1	3
Enc. 10	3	1	3	1	3	1	3	1	3	1	3	3	1	5	3	3	1	5
Enc. 11	3	1	3	3	3	3	5	3	5	3	3	2	3	3	5	3	3	4
Enc. 12	3	1	3	1	2	1	3	3	2	1	4	1	1	3	3	3	3	1
Enc. 13	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	3
Enc. 14	1	1	1	1	1	3	1	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1
Enc. 15	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	1	1	2	2	2	2
Enc. 16	3	3	2	2	3	2	2	3	2	1	1	1	3	3	2	1	3	3
Enc. 17	2	1	3	3	4	3	3	3	1	1	2	2	3	5	3	2	3	3
Enc. 18	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2
Enc. 19	2	3	3	3	1	1	2	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Enc. 20	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	5	2	2	2
Enc. 21	3	2	3	3	2	2	4	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3
Enc. 22	2	3	2	1	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	1	2	3	2
Enc. 23	2	1	2	2	2	5	3	3	5	3	5	3	3	5	3	1	1	1
Enc. 24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	3
Enc. 25	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Enc. 26	3	1	4	4	3	5	5	2	5	3	3	5	5	5	5	5	5	5
Enc. 27	3	3	5	5	5	5	5	4	4	4	3	2	5	3	5	3	4	4
Enc. 28	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3
Enc. 29	1	1	3	3	1	1	3	2	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1
Enc. 30	1	1	1	1	1	2	2	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1
Enc. 31	1	1	2	1	1	2	3	3	1	1	3	3	4	3	1	1	1	1
Enc. 32	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Enc. 33	2	1	2	3	1	3	1	3	2	2	4	2	2	1	2	1	1	1

Enc. 34	3	1	3	3	3	2	3	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1
Enc. 35	1	1	3	1	1	2	1	3	2	3	3	1	1	2	3	3	3	2
Enc. 36	3	2	2	2	1	1	3	1	2	2	3	3	1	2	2	3	2	3
Enc. 37	4	2	3	1	2	3	3	4	3	3	2	2	1	2	4	4	3	4
Enc. 38	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2
Enc. 39	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1
Enc. 40	1	3	2	2	2	3	2	1	5	4	1	2	3	1	3	5	2	4
Enc. 41	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1
Enc. 42	3	1	3	5	5	3	3	3	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3
Enc. 43	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1
Enc. 44	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1
Enc. 45	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Enc. 46	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1
Enc. 47	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	5	3	4	2
Enc. 48	3	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Enc. 49	3	1	5	5	2	3	2	2	5	2	3	3	4	5	5	2	2	5
Enc. 50	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Enc. 51	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Enc. 52	3	2	2	2	2	2	1	5	2	2	3	3	1	3	5	2	2	3
Enc. 53	3	3	1	1	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	1	3	3
Enc. 54	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1
Enc. 55	2	1	2	2	1	1	2	3	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2
Enc. 56	3	2	3	3	3	3	2	2	3	1	2	3	1	1	3	1	3	2
Enc. 57	2	1	3	2	2	4	2	2	2	1	3	3	2	2	1	2	3	2
Enc. 58	3	3	3	4	1	4	3	3	1	1	5	2	2	1	3	1	1	1
Enc. 59	3	1	3	3	2	2	3	3	2	3	3	1	2	3	3	1	3	3
Enc. 60	5	1	3	3	3	2	3	3	4	3	1	3	2	2	3	3	4	3
Enc. 61	3	5	4	3	2	2	4	1	4	5	5	3	1	3	5	4	4	4
Enc. 62	2	1	5	5	3	3	3	5	2	5	1	2	3	2	2	2	1	1
Enc. 63	3	1	2	3	5	1	3	3	3	1	3	3	3	3	5	3	3	3
Enc. 64	3	3	5	4	5	4	5	1	2	1	5	3	4	1	2	1	4	3
Enc. 65	3	1	3	5	4	3	3	1	1	1	4	1	1	3	1	1	5	5
Enc. 66	3	1	2	3	4	4	4	4	3	3	1	2	3	3	3	2	4	3
Enc. 67	3	1	3	4	1	1	1	5	1	1	5	5	1	3	5	1	5	5
Enc. 68	1	1	2	2	2	1	3	4	3	1	2	1	1	3	2	1	3	2
Enc. 69	5	5	4	4	5	5	5	4	4	4	2	1	1	1	2	2	2	3
Enc. 70	2	2	3	3	2	3	3	5	5	2	2	2	1	3	3	3	3	3
Enc. 71	2	2	3	3	2	3	3	5	5	2	2	2	1	3	3	3	3	3
Enc. 72	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3
Enc. 73	3	5	3	5	2	5	5	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2

Enc. 74	3	1	2	1	1	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2
Enc. 75	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Enc. 76	2	1	2	2	1	2	3	1	1	1	1	1	2	3	5	1	1	1
Enc. 77	3	1	4	4	3	4	3	4	3	2	3	3	4	5	3	3	2	4
Enc. 78	2	2	3	2	3	3	2	4	2	1	2	1	2	2	4	2	2	2
Enc. 79	3	3	5	5	3	5	5	5	4	5	4	5	5	4	3	3	3	3
Enc. 80	3	2	2	2	3	3	3	1	3	2	1	2	2	2	3	3	3	2
Enc. 81	3	1	4	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2
Enc. 82	5	2	1	5	3	4	3	5	3	1	2	3	3	3	4	1	1	2
Enc. 83	5	1	2	5	3	4	3	5	4	5	4	4	3	3	5	5	4	5
Enc. 84	5	3	5	4	5	5	3	5	4	5	3	3	5	4	5	5	5	5
Enc. 85	3	1	3	4	1	3	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2
Enc. 86	3	2	3	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	3	4	3	4	3
Enc. 87	3	1	3	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2
Enc. 88	3	1	3	3	3	4	4	5	1	2	1	1	2	1	1	1	2	5
Enc. 89	2	3	2	3	3	3	4	4	2	3	2	1	1	1	2	3	3	2
Enc. 90	4	3	4	4	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3
Enc. 91	4	1	1	5	3	5	5	5	3	3	3	3	2	2	4	2	3	4
Enc. 92	3	2	1	1	3	2	3	5	2	1	3	3	2	3	4	2	2	3
Enc. 93	3	2	5	5	1	2	5	3	2	2	1	1	1	1	1	1	5	1
Enc. 94	1	5	3	1	5	3	2	5	4	5	2	2	4	2	5	2	5	3
Enc. 95	4	2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3
Enc. 96	3	2	1	2	1	1	1	1	1	2	5	2	1	1	4	2	5	5
Enc. 97	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2
Enc. 98	2	3	2	3	1	1	3	2	3	2	2	2	3	2	3	0	4	3
Enc. 99	3	1	3	5	2	3	3	2	2	1	2	1	1	2	3	1	1	3
Enc. 100	3	1	3	3	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	3	2	2
Enc. 101	2	1	3	5	2	2	1	3	3	1	2	2	2	3	5	3	4	3
Enc. 102	1	1	4	4	3	2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	2
Enc. 103	2	1	3	2	4	3	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	3	3
Enc. 104	3	1	4	5	3	3	3	3	2	2	5	5	5	3	3	5	1	3
Enc. 105	1	1	3	4	2	2	2	3	2	2	2	1	4	2	1	1	1	1
Enc. 106	3	2	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4
Enc. 107	4	1	3	1	2	3	2	1	3	2	3	2	1	2	2	1	3	2
Enc. 108	4	1	3	2	2	3	2	1	3	2	3	2	1	2	2	1	3	2
Enc. 109	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1
Enc. 110	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1
Enc. 111	1	3	4	1	1	1	3	1	1	4	1	1	1	3	5	3	1	3
Enc. 112	1	1	2	1	3	4	3	3	1	3	1	1	2	2	3	1	1	2
Enc. 113	1	1	1	2	4	2	1	4	1	3	5	1	2	2	4	2	2	2

Enc. 114	1	1	2	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	3	1	1	1
Enc. 115	3	1	5	2	4	3	3	5	3	3	2	3	1	3	3	2	3	3
Enc. 116	1	1	1	3	3	3	3	2	2	2	2	3	1	2	5	3	1	3
Enc. 117	5	2	5	3	5	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	1	3	3
Enc. 118	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2
Enc. 119	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2
Enc. 120	1	4	5	4	1	4	4	4	1	4	1	1	1	1	4	1	1	1
Enc. 121	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1
Enc. 122	3	1	3	5	5	3	3	3	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3
Enc. 123	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1
Enc. 124	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1
Enc. 125	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Enc. 126	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1
Enc. 127	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	5	3	4	2
Enc. 128	3	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Enc. 129	3	1	5	5	2	3	2	2	5	2	3	3	4	5	5	2	2	5
Enc. 130	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Enc. 131	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Enc. 132	3	2	2	2	2	2	2	1	5	2	2	3	3	1	3	5	2	3

Variables	ANSIEDAD																																								
	Ansiedad estado																	Ansiedad rasgo																							
Dimensiones	P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P 10	P 11	P 12	P 13	P 14	P 15	P 16	P 17	P 18	P 19	P 20	P 21	P 22	P 23	P 24	P 25	P 26	P 27	P 28	P 29	P 30	P 31	P 32	P 33	P 34							
Enc. 1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	0	2	2	1	2	1	2	0	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2					
Enc. 2	2	3	1	2	1	0	1	0	0	0	3	0	2	1	2	3	2	2	1	2	2	2	1	0	1	0	1	0	2	2	0	3	1	2	0	2	0	1	3	1	
Enc. 3	2	2	1	2	3	1	2	1	2	1	3	1	2	1	0	2	2	3	3	3	3	3	1	1	1	1	2	3	2	1	3	3	2	3	2	1	3	1	2	3	1
Enc. 4	2	3	1	0	2	0	1	2	0	2	2	0	0	0	2	2	1	0	2	2	2	0	0	2	1	3	3	1	1	2	2	0	3	1	2	3	1	1	3	1	
Enc. 5	0	2	0	0	3	3	0	0	0	0	1	0	0	0	3	0	0	0	3	3	3	0	2	3	1	3	3	0	0	0	3	1	0	0	0	2	3	3	0	0	
Enc. 6	2	3	1	0	3	0	0	3	3	3	3	0	0	0	2	2	0	0	3	3	2	1	1	0	1	2	2	1	1	2	2	3	1	1	0	2	1	0	2	1	
Enc. 7	3	3	0	0	3	0	0	3	3	3	3	3	2	1	2	3	0	0	2	3	2	1	1	0	1	2	2	1	0	2	3	1	2	1	1	3	0	1	3	1	
Enc. 8	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	0	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	0	1	2	1	1	1	2	1	0	3	1	1	2	1	0	2	1	
Enc. 9	2	3	3	3	1	1	0	1	3	3	3	1	0	1	2	3	3	1	3	2	1	1	1	3	1	2	3	2	3	3	3	2	2	1	3	2	2	2	3	3	
Enc. 10	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	2	0	1	0	1	1	0	0	1	2	0	1	1	1	0	0	2	0	0	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	0
Enc. 11	1	1	1	1	1	3	3	0	0	1	3	1	1	1	2	3	1	3	1	3	3	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	0	2	1	0	2	1	
Enc. 12	1	1	3	2	1	2	0	1	1	1	0	1	0	2	0	1	2	0	1	1	1	2	2	2	3	2	1	2	2	0	2	3	2	2	1	1	1	3	1	3	
Enc. 13	1	1	1	1	1	2	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	2	1	2	2	2	0	0	0	0	0	1	2	2	0	0	1	1	1	1	1	0	2	1	
Enc. 14	2	1	1	2	1	0	2	2	1	1	2	0	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	3	2	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1		
Enc. 15	0	1	3	1	2	1	3	1	2	1	3	1	3	1	2	1	2	0	2	0	0	2	3	1	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	2	1	2	1	2	1	
Enc. 16	3	3	0	0	2	0	0	1	0	0	3	2	0	0	3	2	3	0	1	2	2	2	1	3	1	1	3	1	0	1	1	0	3	3		2	0	1	3	1	
Enc. 17	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	3	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	0	
Enc. 18	2	3	1	1	3	0	0	1	0	2	3	0	0	0	2	3	1	0	2	3	3	0	0	0	0	1	2	0	0	3	2	0	2	1	0	2	0	1	2	1	
Enc. 19	2	2	1	1	2	0	2	1	1	2	2	0	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2
Enc. 20	1	2	1	2	2	0	3	1	1	1	2	1	1	1	0	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	3	1	2	3	1	1	2	2	1	3	3	2	2	1		
Enc. 21	1	3	2	1	3	1	0	0	1	2	3	0	0	2	3	3	0	1	3	3	3	2	0	0	1	1	3	0	2	3	3	0	3	1	3	3	2	0	3	0	
Enc. 22	2	3	2	2	3	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	3	2	3	1	0	2	2	2	2	2	1	3	2	1	1	2	0	3	2	1	2	1	
Enc. 23	3	3	2	2	2	2	0	1	1	3	1	0	2	1	0	1	0	1	1	0	0	2	1	1	2	2	2	1	0	3	0	3	1	1	1	1	1	2	2	2	
Enc. 24	1	0	1	1	2	1	3	1	1	1	0	1	1	1	0	1	2	0	1	1	1	2	2	1	1	0	2	1	2	2	3	2	1	2	0	1	3	1	3	1	
Enc. 25	1	2	1	1	1	0	0	1	1	3	0	0	0	1	1	1	2	1	1	3	3	0	0	3	1	2	2	1	0	3	3	0	2	3	1	3	0	2	2	2	
Enc. 26	2	3	0	0	2	0	0	2	0	2	3	0	0	0	2	2	0	0	3	2	3	1	0	3	0	2	3	0	1	3	3	0	3	3	0	3	0	0	3	0	
Enc. 27	2	3	0	0	2	0	1	2	2	3	3	3	3	3	2	3	0	0	2	0	3	1	0	0	0	2	2	2	0	2	2	3	2	1	2	2	0	1	0	1	
Enc. 28	2	3	0	0	3	3	1	0	3	2	3	3	0	0	2	3	0	0	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	2	3	0	0	1	3	1	1	1	
Enc. 29	3	3	1	1	3	0	0	2	0	3	0	0	1	0	3	3	0	0	3	3	3	1	1	1	0	2	0	3	0	3	2	1	1	1	0	3	0	0	1	1	
Enc. 30	2	2	2	1	1	1	2	0	1	1	2	0	1	2	1	1	3	1	0	1	1	0	1	1	1	1	3	0	0	1	3	0	3	3	1	2	1	0	1	1	
Enc. 31	2	3	0	0	3	0	0	1	0	3	3	0	0	0	3	3	0	0	3	3	3	1	0	0	0	2	3	0	0	3	3	0	3	0	0	3	0	0	3	0	
Enc. 32	2	2	1	0	3	0	0	2	0	2	3	0	0	0	2	2	0	0	3	3	2	0	0	1	1	1	1	0	0	2	2	0	2	1	0	2	0	0	2	0	

Enc. 33	2	1	3	2	3	3	1	0	3	2	1	1	2	0	3	1	2	3	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	0	2	2	0	2	1								
Enc. 34	3	3	0	0	3	1	1	0	1	1	3	1	0	0	3	3	3	1	0	1	1	0	3	1	0	3	3	1	3	1	0	3	1	1	3	1							
Enc. 35	3	3	0	0	3	0	0	1	0	3	3	0	0	0	3	3	3	0	0	0	1	3	3	0	0	3	3	0	3	0	0	3	0	0	3	0							
Enc. 36	1	0	1	2	0	1	1	0	0	0	3	0	0	0	1	1	3	0	0	0	1	1	1	3	0	0	1	3	0	3	3	1	2	1	0	1	1						
Enc. 37	2	2	1	1	2	0	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	0	1	2	2	2	1	0	1	1	1	2	1	1	2	2	0	2	1	1	2	1						
Enc. 38	2	2	2	0	2	0	0	2	2	2	2	1	1	0	2	2	1	1	3	3	0	0	0	0	0	3	3	2	2	3	3	0	3	3	1	3	1	1	3	1			
Enc. 39	2	2	0	1	3	0	0	1	0	2	2	0	1	0	2	2	0	1	2	2	3	0	0	3	0	1	2	0	0	3	2	0	2	0	0	3	0	0	3	0			
Enc. 40	1	1	2	2	0	0	2	1	1	1	1	1	1	1	0	0	2	1	2	1	1	1	0	3	0	1	1	2	1	0	1	1	1	2	1	1	1	0	1	1			
Enc. 41	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	3	3	2	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	0	0	0	1	0	1	0	0				
Enc. 42	2	2	0	0	2	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0			
Enc. 43	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2			
Enc. 44	3	3	1	0	3	0	0	1	0	3	3	1	1	0	3	3	1	0	0	3	1	0	0	3	1	2	3	1	1	3	1	1	1	3	1	3	1	0	3	1			
Enc. 45	2	2	0	0	3	0	1	2	0	3	3	0	0	0	3	3	1	0	3	3	0	1	0	0	0	0	3	1	0	3	1	0	3	0	0	3	0	0	2	0			
Enc. 46	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	2	0	1	2	0	2	1	1	1	1	1	0	1	2	1	0	2	2	2	3	2	0	3	2	1	2	1	2	2	0			
Enc. 47	2	3	3	3	3	1	0	2	2	2	3	1	1	0	2	2	1	1	2	3	2	0	1	1	1	0	2	2	2	2	1	1	3	2	1	2	1	2	2	1			
Enc. 48	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			
Enc. 49	3	2	2	1	2	0	0	1	0	1	2	1	1	1	2	2	1	0	2	1	2	1	1	0	1	2	2	1	1	3	3	1	2	1	1	3	1	0	3	0			
Enc. 50	3	3	0	0	3	0	0	0	0	3	3	0	0	0	2	3	0	0	3	3	3	0	1	0	0	0	3	0	0	3	0	0	3	0	0	3	0	0	3	0	0	3	v
Enc. 51	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	0	1	1	0	1	2	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	2	2			
Enc. 52	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	0	1	1	0	1	2	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2	2		
Enc. 53	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	0	1	1	1	2	1	2	1	0	3	2	0	1	1			
Enc. 54	0	1	2	1	1	0	0	1	1	2	3	0	2	1	1	1	2	1	1	1	1	0	0	3	2	0	0	0	0	1	3	3	1	1	3	1	2	1	0	1			
Enc. 55	1	3	1	1	2	1	2	0	1	1	3	0	0	0	0	1	2	1	2	2	0	3	1	1	1	0	2	1	0	3	2	1	2	1	0	3	1	1	3	3			
Enc. 56	2	2	1	0	2	0	1	2	0	2	2	1	0	0	1	1	0	0	2	2	0	3	1	1	0	2	3	0	0	2	1	0	2	0	3	2	0	0	2	0			
Enc. 57	1	3	0	0	3	0	0	0	0	3	3	0	0	0	0	0	0	0	3	3	0	0	0	1	0	0	3	0	0	0	0	0	0	3	3	3	0	0	0	3	0		
Enc. 58	0	3	1	3	3	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0			
Enc. 59	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	2	0	0	3	1	1	2	0	0	1	0	0	1	1			
Enc. 60	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	2	1	1	0	0	0	0	2	0	0	3	3	1	1	1	2	0	0	0	1	1			
Enc. 61	1	1	2	2	1	0	1	0	1	2	2	1	0	2	1	2	1	0	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1		
Enc. 62	2	2	0	0	1	0	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	3	1	1	1	2	2	1	1	3	2	3	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1		
Enc. 63	0	0	2	1	0	0	2	0	1	2	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2	1	3	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1		
Enc. 64	2	2	0	1	2	0	0	1	0	1	2	1	1	1	2	1	1	0	2	2	2	1	0	2	1	1	2	1	0	2	2	1	2	1	0	1	1	0	2	1			
Enc. 65	0	1	1	0	1	1	2	0	2	0	1	2	1	1	0	1	1	0	1	1	1	3	1	1	1	0	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			
Enc. 66	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	3	1	0	1	1	2	2	1	2	2	1	1	3	1	1	0	3	1	1	2	1	2	1	1	3	1	1	2	1	2			
Enc. 67	3	2	1	0	2	0	0	2	1	3	3	1	0	0	1	3	0	0	3	3	3	2	0	1	0	1	2	0	0	3	2	0	2	1	0	2	0	0	2	1			
Enc. 68	2	1	1	2	1	1	1	1	0	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	3	0	1	2	0	1	1	0	0	2	0	0	0	1	1	1	0	1	1				
Enc. 69	3	1	3	1	2	3	0	3	2	0	3	1	3	0	3	2	3	0	0	3	3	1	2	2	1	0	3	1	0	2	3	1	2	1	3	1	2	3	1	2			
Enc. 70	2	3	1	1	2	0	0	0	0	3	3	3	3	0	0	3	0	1	3	1	3	0	0	3	0	3	2	2	3	2	1	1	3	1	2	3	1	0	3	1			
Enc. 71	3	3	1	1	3	0	0	0	1	1	3	0	1	0	0	2	0	0	3	3	3	1	0	2	0	0	2	1	1	2	3	0	3	1	0	3	1	2	3	2			
Enc. 72	0	2	0	1	0	3	1	2	0	0	1	0	2	0	2	2	3	1	2	1	0	0	2	1	0	2	0	1	2	1	2	1	2	3	1	2	3	0	1	2			

Enc. 73	3	3	0	1	3	0	0	1	0	3	3	1	0	0	2	3	0	0	2	3	3	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	2	1	1	2	1	1	
Enc. 74	3	3	1	0	3	0	1	1	0	3	3	0	0	0	2	3	0	1	3	3	3	1	0	1	1	1	0	0	0	3	2	0	3	2	0	2	0	1	2	1	
Enc. 75	2	2	0	0	1	1	1	1	1	2	3	1	1	1	0	2	0	0	2	3	2	3	1	3	2	0	0	1	1	2	2	3	2	2	2	3	2	1	3	3	
Enc. 76	0	3	0	0	2	0	1	2	3	0	0	0	0	0	0	1	2	0	0	1	0	1	0	1	0	2	0	0	1	0	0	1	2	1	0	1	0	0	0		
Enc. 77	2	2	1	1	1	2	0	2	0	1	3	1	2	0	1	1	1	0	3	3	1	1	0	1	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2		
Enc. 78	1	3	0	0	0	0	0	0	0	3	1	0	0	3	3	0	0	3	0	3	0	3	1	1	2	1	1	2	1	0	2	1	1	2	1	1	2	0	1	2	1
Enc. 79	1	1	2	1	0	2	2	0	2	0	2	1	2	2	0	0	2	2	0	0	1	2	2	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	2	0	3	0	2	1	
Enc. 80	1	1	2	1	1	1	1	0	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	0	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	
Enc. 81	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	3	1	1	2	0	0	1	1	0	0	1	3	2	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	2	0	1	0	1	1	0	
Enc. 82	1	2	1	0	3	0	1	1	0	3	3	0	1	1	1	1	1	0	3	3	3	0	0	3	0	3	1	1	0	3	3	0	3	3	0	3	3	3	2	0	
Enc. 83	1	3	2	1	1	1	2	1	2	1	3	1	1	1	3	3	1	1	2	2	2	1	2	3	3	2	3	2	2	3	1	1	3	3	1	3	3	1	3	2	
Enc. 84	1	1	3	2	1	3	3	0	2	1	1	2	2	3	0	1	3	2	1	0	0	2	3	2	2	0	1	2	3	1	1	3	0	1	3	0	3	2	0	3	
Enc. 85	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	
Enc. 86	1	1	3	2	1	3	3	0	2	1	1	2	2	3	0	1	0	2	1	0	0	2	3	2	2	0	1	2	3	1	1	3	0	1	3	0	3	2	0	3	
Enc. 87	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	3	1	1	1	3	2	1	1	2	2	2	1	1	3	2	1	3	1	1	3	1	0	3	1	1	2	1	1	3	3	
Enc. 88	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	
Enc. 89	0	2	1	0	0	1	0	0	0	1	3	0	1	0	3	2	0	0	3	2	3	0	2	1	1	2	0	0	1	3	1	0	1	0	0	2	1	2	1	2	
Enc. 90	3	3	0	0	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	0	2	2	2	3	0	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	
Enc. 91	1	1	1	0	1	1	3	1	1	1	1	2	3	3	2	1	1	0	1	1	0	1	1	2	1	2	2	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	
Enc. 92	2	3	0	0	3	0	0	3	2	3	1	0	0	2	2	0	0	3	3	3	1	0	1	1	1	3	1	1	2	1	0	2	1	0	3	0	1	1	2	1	
Enc. 93	1	2	0	1	3	1	1	0	0	1	3	1	1	1	3	2	1	1	3	3	3	1	1	1	1	1	1	3	2	3	1	3	3	1	1	3	1	2	1	3	
Enc. 94	1	1	3	3	0	2	3	3	3	0	3	1	1	3	0	0	3	3	0	0	1	1	1	1	1	0	2	1	0	0	2	1	2	1	2	0	0	0	3	1	
Enc. 95	2	2	0	1	3	1	1	1	1	2	3	1	1	1	0	2	0	0	2	3	2	3	1	3	2	0	0	1	1	2	2	3	2	2	2	3	2	1	3	3	
Enc. 96	1	2	1	0	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	0	1	2	1	0	2	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	2	0	1	0	2	0	1	0	2	
Enc. 97	1	3	0	1	3	0	2	1	2	1	3	1	0	1	0	2	1	0	3	3	3	0	0	1	2	0	0	1	2	0	3	0	0	1	0	1	2	0	2	0	
Enc. 98	1	2	1	0	2	0	0	1	0	2	2	1	1	0	1	2	1	0	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	0	2	1	1	2	1	1	2	0	1	2	0	
Enc. 99	2	2	0	1	2	0	0	2	0	1	2	0	1	0	2	2	0	0	2	3	3	1	0	3	1	3	3	3	1	2	3	0	2	3	2	2	2	1	3	0	
Enc. 100	2	2	1	0	2	0	1	1	0	0	3	1	0	1	2	2	1	0	2	2	3	0	1	0	0	3	3	0	0	3	3	0	3	1	1	3	0	0	3	0	
Enc. 101	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1	2	1	2	0	0	2	1	1	1	1	3	1	3	3	0	3	1	2	1	3	1	1	1	2	0	1	1	1	2	
Enc. 102	0	3	1	2	2	1	3	1	2	1	3	3	1	3	1	1	1	2	1	1	1	2	2	3	2	1	3	2	0	2	3	0	3	3	1	1	2	2	2	0	
Enc. 103	2	2	0	0	2	0	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	3	2	2	2	3	3	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	
Enc. 104	2	0	0	2	1	1	3	1	0	2	3	0	0	0	2	3	1	0	3	2	2	1	1	1	2	2	1	3	1	1	2	1	1	1	0	1	2	1	2	1	
Enc. 105	1	1	2	2	0	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	0	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	0	1	2	2	1		
Enc. 106	3	3	0	0	0	3	0	0	2	0	3	0	0	0	3	3	0	0	3	3	2	2	0	0	0	2	3	0	0	3	2	0	3	1	0	3	0	0	3	0	
Enc. 107	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	0	0	1	1	0	3	1	1	1	1	1	3	1	1	1	2	0	0	1	3	1	2	0	2	0	1	1	2	0	
Enc. 108	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	0	2	2	1	0	1	3	2	2	1	1	1	2	1	1	0	3	0	1	1	1	2	2	2	2	2	1	3	2	
Enc. 109	2	1	2	3	0	0	0	0	2	3	0	2	0	3	0	0	0	2	0	0	2	0	3	2	0	3	3	2	3	0	0	1	3	1	3	0	3	1	3	0	
Enc. 110	1	1	1	2	1	0	1	2	1	1	3	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	3	1	3	2	0	0	2	0	1	1	2	2	2	1	
Enc. 111	2	3	2	2	2	1	0	0	2	2	3	2	1	1	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	1	0	2	1	1	2	1	0	3	2	1	3	0
Enc. 112	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Enc. 113	3	2	0	0	3	0	1	2	1	2	3	1	0	0	3	3	1	0	3	3	2	0	0	1	0	1	0	1	1	3	3	1	3	1	0	3	1	1	2	0		
Enc. 114	1	2	1	1	2	1	0	1	0	3	3	1	1	0	3	2	1	0	3	3	3	1	1	1	2	1	1	1	0	3	2	0	3	1	1	1	1	1	3	2		
Enc. 115	2	2	1	1	1	0	0	1	1	1	3	1	1	0	1	2	1	1	2	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	2	1	0	3	3	0	2	2	1	2	1		
Enc. 116	1	2	0	0	2	0	0	1	0	2	3	0	0	0	2	2	0	0	1	3	1	0	0	0	0	1	0	0	1	3	2	0	3	1	0	2	0	0	2	0		
Enc. 117	1	1	2	2	0	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	0	1	3	1	2	3	1	1	1	2	1	0	0	2	1	2	2	1	1		
Enc. 118	1	0	2	2	1	2	2	1	3	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	3	3	3	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	
Enc. 119	3	3	1	0	1	1	1	0	0	0	2	1	1	1	0	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	2	1	0	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	
Enc. 120	1	2	0	0	1	1	2	1	0	2	2	0	1	0	2	2	0	0	2	2	1	0	2	0	3	2	1	1	0	2	3	0	3	1	0	0	3	3	3	3		
Enc. 121	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	3	3	2	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	0	0	0	1	0	1	0	0			
Enc. 122	2	2	0	0	2	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	
Enc. 123	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
Enc. 124	3	3	1	0	3	0	0	1	0	3	3	1	1	0	3	3	1	0	0	3	1	0	0	3	1	2	3	1	1	3	1	1	1	3	1	3	1	0	3	1		
Enc. 125	2	2	0	0	3	0	1	2	0	3	3	0	0	0	3	3	1	0	3	3	0	1	0	0	0	0	3	1	0	3	1	0	3	0	0	3	0	0	2	0		
Enc. 126	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	2	0	1	2	0	2	1	1	1	1	1	0	1	2	1	0	2	2	2	3	2	0	3	2	1	2	1	2	2	0		
Enc. 127	2	3	3	3	3	1	0	2	2	2	3	1	1	0	2	2	1	1	2	3	2	0	1	1	1	0	2	2	2	2	1	1	3	2	1	2	1	2	2	1		
Enc. 128	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
Enc. 129	3	2	2	1	2	0	0	1	0	1	2	1	1	1	2	2	1	0	2	1	2	1	1	0	1	2	2	1	1	3	3	1	2	1	1	3	1	0	3	0		
Enc. 130	3	3	0	0	3	0	0	0	0	3	3	0	0	0	2	3	0	0	3	3	3	0	1	0	0	0	3	0	0	3	0	0	3	0	0	3	0	0	3	0	v	
Enc. 131	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	0	1	1	0	1	2	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2	2
Enc. 132	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	0	1	1	0	1	2	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2	2

Anexo 6. Propuesta de valor

Teniendo en cuenta que la Ley 30220 (Ley Universitaria) en los artículos 48 y 124 nos dice:

Artículo 48°. De la investigación. La investigación constituye una función esencial y obligatoria de la universidad, que la fomenta y realiza, respondiendo a través de la producción de conocimiento y desarrollo de tecnologías a las necesidades de la sociedad, con especial énfasis en la realidad nacional. Los docentes, estudiantes y graduados participan en la actividad investigadora en su propia institución o en redes de investigación nacional o internacional, creadas por las instituciones universitarias públicas o privadas.

Artículo 124. Responsabilidad social universitaria. La responsabilidad social universitaria es la gestión ética y eficaz del impacto generado por la universidad en la sociedad debido al ejercicio de sus funciones: académica, de investigación y de servicios de extensión y participación en el desarrollo nacional en sus diferentes niveles y dimensiones; incluye la gestión del impacto producido por las relaciones entre los miembros de la comunidad universitaria, sobre el ambiente, y sobre otras organizaciones públicas y privadas que se constituyen en partes interesadas.

Desde estos puntos de vista, la propuesta de valor de la investigación se basa en la transferencia de conocimiento hacia los beneficiarios de la investigación, mediante la conclusión y recomendación siguiente:

Conclusión general:

Se estableció la relación entre el estrés y la ansiedad en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga- 2022, por intermedio del coeficiente de correlación Rho de Spearman que al ser 0,629 nos confirma una relación positiva o directa considerable. y en la prueba de hipótesis el nivel de significancia es menor que 0,05 ($0,006 < 0,05$) donde se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

Recomendación general:

Realizar campañas preventivas promocionales, sesiones de talleres que

incluyan dinámicas grupales, que mediante técnicas de relajación ayuden a los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la Segunda Brigada de Infantería del Cuartel Los Cabitos – Huamanga, manejen adecuadamente el estrés y de esa manera no presenten niveles altos de ansiedad.

Anexo 7. Reporte antiplagio menor a 30%



CERTIFICADO DE ANÁLISIS

Compilatio informa de las tasas de similitudes recuperadas. No son tasas de plagio. La puntuación por sí sola no permite interpretar si las similitudes encontradas son plagiadas o no. Consulte el informe de análisis detallado para interpretar el resultado.

Similitudes del documento :

16%

Similitudes de las partes 2 :

17%

ANALIZADO EN LA CUENTA

Apellido :	Quispe Taya
Nombre :	Raul
E-mail :	quispetaya1957@gmail.com
Carpeta :	Carpeta predeterminada

INFORMACIÓN SOBRE EL DOCUMENTO

Autor(es) :	No disponible
Título :	Informe_final_tesis_espinoza_uribe(psicología).docx
Descripción :	No disponible
Analizado el :	21/09/2022 18:27

INFORMACIÓN SOBRE EL DOCUMENTO

Autor(es) :	No disponible
Título :	Informe_final_tesis_espinoza_uribe(psicología).docx
Descripción :	No disponible
Analizado el :	21/09/2022 18:27

ID Documento :	hnpzpbs8x
Nombre del archivo :	INFORME_FINAL_TESIS_ESPINOZA_URIBE(Psicología).docx
Tipo de archivo :	docx
Número de palabras :	9 356
Número de caracteres :	62 564
Tamaño original del archivo (kB) :	507.79
Tipo de carga :	Entrega manual de los trabajos
Cargado el :	21/09/2022 17:56

FUENTES ENCONTRADAS

Fuentes muy probables :	47 fuentes
Fuentes poco probables :	96 fuentes
Fuentes accidentales :	45 fuentes
Fuentes descartadas :	40 fuentes

SIMILITUDES ENCONTRADAS EN ESTE

DOCUMENTO/ESTA PARTE

Similitudes idénticas :	14%
Similitudes supuestas :	3%
Similitudes accidentales :	<1%

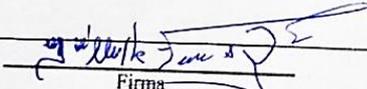
TOP DE FUENTES PROBABLES - ENTRE LAS FUENTES PROBABLES

Fuentes	Similitud
1. www.studocu.com/.../ansiedad-angustia-y-estres/15468964	4%
2. www.davpo.com/.../rpa-3.html	3%
3. Fuente Compilatio.net bzto72h	2%
4. Fuente Compilatio.net jczi3wtn	2%
5. Fuente Compilatio.net sdlf9rph	2%

Anexo 8. Autorización del depósito de tesis al repositorio



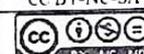
Formulario de autorización de depósito de tesis en el Repositorio Digital de Tesis
UPT/TELESUP

Datos del Autor			
Nombre y Apellidos:	JUAN JOSÉ URIBE TAPAHUASCO		
DNI:	28237618	Teléfono:	975758663
E-Mail:	uribetapahuascojj@gmail.com		
Datos de la Investigación			
<input type="checkbox"/>	Artículo de Investigación		
<input type="checkbox"/>	Trabajo de Investigación		
<input checked="" type="checkbox"/>	Tesis "ANSIEDAD Y ESTRÉS EN LOS SOLDADOS DEL SERVICIO MILITAR VOLUN-		
Título:	TARIO DE LAS UNIDADES DE LA SEGUNDA BRIGADA DE INFANTERÍA DEL CUARTEL LOS		
Asesor:	CABITOS - HUINMANEN 2022 - ASESOR: MG. RAÚL EUNIBERTO QUISPE TAYA		
Año:	2022	Carrera Profesional:	Psicología
Licencias			
<p>A. Licencia estándar:</p> <p>Bajo los siguientes términos, autorizo el depósito de mi Artículo / Trabajo de Investigación / Tesis en el Repositorio Digital de la Universidad Privada Telesup. Con esta autorización de depósito de mi Artículo / Trabajo de Investigación / Tesis, otorgo a la Universidad Privada Telesup una licencia no exclusiva para reproducir (en cualquier tipo de soporte y en más de un ejemplar, sin modificar su contenido, solo con propósitos de seguridad, respaldo y preservación), distribuir, comunicar al público, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición del público mi Trabajo de Artículo / Trabajo de Investigación / Tesis (incluido el resumen), en formato físico o digital, en cualquier medio, conocido o por conocerse, a través de los diversos servicios provistos por la Universidad, creados o por crearse, tales como el Repositorio Digital de Tesis UPT, Colección de Tesis, entre otros, en el Perú y en el extranjero, por el tiempo y veces que considere necesarias, y libre de remuneraciones.</p> <p>Declaro que el presente Artículo / Trabajo de Investigación / Tesis es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad, o coautoría con titularidad compartida, y me encuentro facultado a conceder la presente licencia y, asimismo, garantizo que dicha tesis no infringe derechos de autor de terceras personas.</p> <p>La Universidad Privada Telesup consignará el nombre del/los autor/es de la tesis, y no le hará ninguna modificación más que la permitida en la presente licencia.</p> <p>Autorizo su publicación (marque con una X):</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Sí, autorizo que se deposite inmediatamente.</p> <p><input type="checkbox"/> Sí, autorizo que se deposite a partir de la fecha (dd/mm/aa):</p> <p><input type="checkbox"/> No autorizo.</p>			
 Firma		20/01/23 Fecha	
Opcional			

siguiente es OPCIONAL, pero es importante porque el licenciamiento Creative Commons fija las condiciones de uso de su tesis en la web. Si desea obviar esta parte, vaya a la última hoja del formulario, coloque su firma y fecha para completar su autorización.

B. Licencia Creative Commons: Otorgamiento de una licencia Creative Commons

Si usted concede una licencia Creative Commons sobre su tesis, mantiene la titularidad de los derechos de autor de ésta y, a la vez, permite que otras personas puedan reproducirla, comunicarla al público y distribuir ejemplares de ésta, siempre y cuando reconozcan la autoría correspondiente, bajo las condiciones siguientes:

MARQUE	TIPO LICENCIA	DESCRIPCIÓN
<input type="checkbox"/>	 Reconocimiento CC BY	Esta licencia permite a otros distribuir, mezclar, ajustar y construir a partir de su obra, incluso con fines comerciales, siempre que le sea reconocida la autoría de la creación original. Esta es la licencia más servicial de las ofrecidas. Recomendada para una máxima difusión y utilización de los materiales sujetos a la licencia.
<input type="checkbox"/>	 Reconocimiento- Compartirlgual CC BY-SA	Esta licencia permite a otros re-mezclar, modificar y desarrollar sobre tu obra incluso para propósitos comerciales, siempre que te atribuyan el crédito y licencien sus nuevas obras bajo idénticos términos. Cualquier obra nueva basada en la tuya, lo será bajo la misma licencia, de modo que cualquier obra derivada permitirá también su uso comercial.
<input type="checkbox"/>	 Reconocimiento- SinObraDerivada CC BY-ND	Esta licencia permite la redistribución, comercial y no comercial, siempre y cuando la obra no se modifique y se transmita en su totalidad, reconociendo su autoría.
<input type="checkbox"/>	 Reconocimiento- NoComercial CC BY-NC	Esta licencia permite a otros entremezclar, ajustar y construir a partir de su obra con fines no comerciales, y aunque en sus nuevas creaciones deban reconocerle su autoría y no puedan ser utilizadas de manera comercial, no tienen que estar bajo una licencia con los mismos términos.
<input checked="" type="checkbox"/>	 Reconocimiento- NoComercial- Compartirlgual CC BY-NC-SA	Esta licencia permite a otros entremezclar, ajustar y construir a partir de su obra con fines no comerciales, siempre y cuando le reconozcan la autoría y sus nuevas creaciones estén bajo una licencia con los mismos términos.
<input type="checkbox"/>	 Reconocimiento- NoComercial- SinObraDerivada CC BY-NC-ND	Esta licencia es la más restrictiva de las seis licencias principales, sólo permite que otros puedan descargar las obras y compartirlas con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se pueden cambiar de ninguna manera ni se pueden utilizar comercialmente.

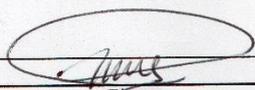

 Firma

20/01/23
 Fecha



Formulario de autorización de depósito de tesis en el Repositorio Digital de Tesis
UPTELESUP

Datos del Autor			
Nombre y Apellidos:	Eulogia Espinoza Conto		
DNI:	28293459	Teléfono:	998040182
E-Mail:	eec1609@gmail.com		
Datos de la Investigación			
<input type="checkbox"/>	Artículo de Investigación		
<input type="checkbox"/>	Trabajo de Investigación		
<input checked="" type="checkbox"/>	Tesis		
Título:	"Ansiedad y estrés en los soldados del servicio militar voluntario de las unidades de la segunda Brigada de infantería del Cuartel Los Cabitos - Huamanga 2022"		
Asesor:	Mg Raul Walberto Quispe Taya		
Año:	2022	Carrera Profesional:	Psicología
Licencias			
A. Licencia estándar: Bajo los siguientes términos, autorizo el depósito de mi Artículo / Trabajo de Investigación / Tesis en el Repositorio Digital de la Universidad Privada Telesup. Con esta autorización de depósito de mi Artículo / Trabajo de Investigación / Tesis, otorgo a la Universidad Privada Telesup una licencia no exclusiva para reproducir (en cualquier tipo de soporte y en más de un ejemplar, sin modificar su contenido, solo con propósitos de seguridad, respaldo y preservación), distribuir, comunicar al público, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición del público mi Trabajo de Artículo / Trabajo de Investigación / Tesis (incluido el resumen), en formato físico o digital, en cualquier medio, conocido o por conocerse, a través de los diversos servicios provistos por la Universidad, creados o por crearse, tales como el Repositorio Digital de Tesis UPT, Colección de Tesis, entre otros, en el Perú y en el extranjero, por el tiempo y veces que considere necesarias, y libre de remuneraciones. Declaro que el presente Artículo / Trabajo de Investigación / Tesis es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad, o coautoría con titularidad compartida, y me encuentro facultado a conceder la presente licencia y, asimismo, garantizo que dicha tesis no infringe derechos de autor de terceras personas. La Universidad Privada Telesup consignará el nombre del/los autor/es de la tesis, y no le hará ninguna modificación más que la permitida en la presente licencia. Autorizo su publicación (marque con una X):			
<input checked="" type="checkbox"/>	Sí, autorizo que se deposite inmediatamente.		
<input type="checkbox"/>	Sí, autorizo que se deposite a partir de la fecha (dd/mm/aa):		
<input type="checkbox"/>	No autorizo.		


Firma

20 de enero de 2023
Fecha

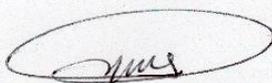
Opcional

* Lo siguiente es OPCIONAL, pero es importante porque el licenciamiento Creative Commons fija las condiciones de uso de su tesis en la Web. Si desea obviar esta parte, vaya a la última hoja del formulario, coloque su firma y fecha para completar su autorización.

B. Licencia Creative Commons: Otorgamiento de una licencia Creative Commons

Si usted concede una licencia Creative Commons sobre su tesis, mantiene la titularidad de los derechos de autor de ésta y, a la vez, permite que otras personas puedan reproducirla, comunicarla al público y distribuir ejemplares de ésta, siempre y cuando reconozcan la autoría correspondiente, bajo las condiciones siguientes:

MARQUE	TIPO LICENCIA	DESCRIPCIÓN
	 Reconocimiento CC BY	Esta licencia permite a otros distribuir, mezclar, ajustar y construir a partir de su obra, incluso con fines comerciales, siempre que le sea reconocida la autoría de la creación original. Esta es la licencia más servicial de las ofrecidas. Recomendada para una máxima difusión y utilización de los materiales sujetos a la licencia.
	 Reconocimiento- CompartirIgual CC BY-SA	Esta licencia permite a otros re-mezclar, modificar y desarrollar sobre tu obra incluso para propósitos comerciales, siempre que te atribuyan el crédito y licencien sus nuevas obras bajo idénticos términos. Cualquier obra nueva basada en la tuya, lo será bajo la misma licencia, de modo que cualquier obra derivada permitirá también su uso comercial.
	 Reconocimiento- SinObraDerivada CC BY-ND	Esta licencia permite la redistribución, comercial y no comercial, siempre y cuando la obra no se modifique y se transmita en su totalidad, reconociendo su autoría.
	 Reconocimiento- NoComercial CC BY-NC	Esta licencia permite a otros entremezclar, ajustar y construir a partir de su obra con fines no comerciales, y aunque en sus nuevas creaciones deban reconocerle su autoría y no puedan ser utilizadas de manera comercial, no tienen que estar bajo una licencia con los mismos términos.
X	 Reconocimiento- NoComercial- CompartirIgual CC BY-NC-SA	Esta licencia permite a otros entremezclar, ajustar y construir a partir de su obra con fines no comerciales, siempre y cuando le reconozcan la autoría y sus nuevas creaciones estén bajo una licencia con los mismos términos.
	 Reconocimiento- NoComercial- SinObraDerivada CC BY-NC-ND	Esta licencia es la más restrictiva de las seis licencias principales, sólo permite que otros puedan descargar las obras y compartirlas con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se pueden cambiar de ninguna manera ni se pueden utilizar comercialmente.



Firma

20 de enero 2023

Fecha