



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA**

**ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA, HUARAZ 2026**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
PREVENCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD MENTAL**

AUTOR

**JARA , MARITZA YOVANA
ORCID:0000-0002-3458-4476**

ASESOR

**VELASQUEZ TEMOCHE, SUSANA CAROLINA
ORCID:0000-0003-3061-812X**

**CHIMBOTE-PERÚ
2026**



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA

ACTA N° 0029-121-2026 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **19:00** horas del día **09** de **Junio** del **2026** y estando lo dispuesto en el Reglamento de Investigación (Versión Vigente) ULADECH-CATÓLICA en su Artículo 34º, los miembros del Jurado de Investigación de tesis de la Escuela Profesional de **PSICOLOGÍA**, conformado por:

GARCIA GARCIA TERESA DEL PILAR Presidente
MILLONES ALBA ERICA LUCY Miembro
ABAD NUÑEZ CELIA MARGARITA Miembro
Dr(a). VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, HUARAZ 2026**

Presentada Por :
(1223141015) **JARA MARITZA YOVANA**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **MAYORIA**, la tesis, con el calificativo de **13**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el **TITULO PROFESIONAL** de **Licenciada en Psicología**.

Los miembros del Jurado de Investigación firman a continuación dando fe de las conclusiones del acta:

GARCIA GARCIA TERESA DEL PILAR
Presidente

MILLONES ALBA ERICA LUCY
Miembro

ABAD NUÑEZ CELIA MARGARITA
Miembro

Dr(a). VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA
Asesor



CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, HUARAZ 2026 Del (de la) estudiante JARA MARITZA YOVANA, asesorado por VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 0% según el reporte de originalidad del programa Turnitin.

Por lo tanto, dichas coincidencias detectadas no constituyen plagio y la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Cabe resaltar que el turnitin brinda información referencial sobre el porcentaje de similitud, más no es objeto oficial para determinar copia o plagio, si sucediera toda la responsabilidad recaerá en el estudiante.

Chimbote, 17 de Junio del 2026



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

Dedicatoria

Dedico esta tesis a mis hijos, quienes han sido mi mayor inspiración, mi motor y mi motivo para seguir adelante en cada momento. A ustedes, que con su amor y paciencia me dieron la fuerza para no rendirme.

También la dedico a mi ángel, que desde el cielo nos cuida y nos guía, brindándonos la fortaleza necesaria para continuar y alcanzar nuestros sueños.

Agradecimiento

Agradezco a mis hijos y a mi ángel, que siempre estuvieron presentes como mi apoyo y fortaleza para seguir adelante con mi tesis, este logro no habría sido posible sin ellos.

Índice de contenidos

Dedicatoria	IV
Agradecimiento.....	V
Lista de tablas	VIII
Resumen	IX
Abstract.....	X
I. Planteamiento del Problema.....	1
II. Marco Teórico	4
2.1 Antecedentes	4
2.2 Bases teóricas	7
2.2.1. Conceptualización de la ansiedad	7
2.2.2. Dimensiones de la ansiedad según la SAS	8
2.2.3. Conceptualización de depresión	8
2.2.4. Dimensiones de la depresión según la ZSDS.....	8
2.2.5. Ansiedad y depresión en la adolescencia	9
2.2.6. Relación entre ansiedad y depresión	9
2.3 Hipótesis	10
III. Metodología.....	11
3.1 Tipo, nivel y diseño de investigación	11
3.2 Población	11
3.3 Operacionalización de las variables/categorías	13
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos/información	15
3.5 Método de análisis de datos/información	16
3.6 Aspectos éticos	16
IV. Resultados	18

V. Discusión	24
VI. Conclusiones.....	26
VII. Recomendaciones	27
Referencias bibliográficas.....	28
ANEXOS	26
Anexo 01. Documento de autorización para el desarrollo de la investigación (Ley N°29733).....	26
Anexo 02. Carta de recojo de datos	26
Anexo 03. Matriz de Consistencia y operacionalización.....	29
Anexo 04. Ficha técnica de los instrumentos	30
Anexo 05. Formato de consentimiento informado u otros que corresponda a la investigación	34

Lista de tablas

Tabla 1 Operacionalización de las Variables	13
Tabla 2 Prueba de normalidad de KS	18
Tabla 3 Relación entre la ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Huaraz, 2026	18
Tabla 4 Relación entre la ansiedad y afectiva en estudiantes de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Huaraz, 2026	19
Tabla 5 Relación entre la ansiedad y cognitiva en estudiantes de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Huaraz, 2026	20
Tabla 6 Relación entre la ansiedad y somática en estudiantes de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Huaraz, 2026	20
Tabla 7 Relación entre la depresión y cognitiva en estudiantes de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Huaraz, 2026	21
Tabla 8 Relación entre la depresión y fisiología: en estudiantes de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Huaraz, 2026	22
Tabla 9 Relación entre la depresión y conductual en estudiantes de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Huaraz, 2026	22

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo, determinar la relación entre ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Huaraz, 2026. La metodología empleada fue de tipo cuantitativo, de nivel correlacional y diseño no experimental; la población estuvo conformada por 50 estudiantes de secundaria, de ambos sexos, con edades entre 15 y 17 años, matriculados en el programa vacacional, se empleó un muestro no probabilístico por conveniencia; los instrumentos empleados para el recojo de datos fue la Escala de Ansiedad de Zung (SAS) y la Escala de Depresión de Zung (ZSDS). Los resultados indican que no hay una correlación estadística significativa entre ambas variables $\text{sig} = 0,08$; $p > 0,05$, aceptando la hipótesis nula. En conclusión, el que no exista relación podría estar determinada por otros factores, pero si existe una relación fisiológica entre depresión y ansiedad.

Palabras clave: adolescencia, salud mental, estudiantes de secundaria

Abstract

This research aimed to determine the relationship between anxiety and depression in high school students at an educational institution in the city of Huaraz, 2026. The methodology employed was quantitative, correlational, and non-experimental. The population consisted of 50 high school students, both male and female, aged 15 to 17, enrolled in the summer program. A non-probability convenience sample was used. The instruments used for data collection were the Zung Anxiety Scale (SAS) and the Zung Depression Scale (ZSDS). The results indicate no statistically significant correlation between the two variables ($p = 0.08$; $p > 0.05$), thus accepting the null hypothesis. In conclusion, the lack of a correlation could be due to other factors, but a physiological relationship between depression and anxiety does exist.

Keywords: adolescence, mental health, high school students

I. Planteamiento del Problema

Desde una perspectiva global, la salud mental de los adolescentes es considerada un asunto de alta importancia en la salud pública mundial, ya que su prevalencia es considerable y sus efectos a largo plazo impactan el desarrollo, el bienestar y el desempeño psicosocial. La literatura científica indica que los trastornos de ansiedad y la depresión son dos de los trastornos mentales más habituales en la adolescencia, y suponen una de las principales razones por las cuales los jóvenes tienen discapacidades. Las investigaciones globales indican que aproximadamente 1 de cada 4 adolescentes tiene síntomas clínicamente altos de depresión, mientras que 1 de cada 5 presentan síntomas significativos de ansiedad, cifras que se duplicaron durante la pandemia del COVID-19 en comparación con periodos anteriores. Estas investigaciones enfatizan que las dificultades emocionales en los adolescentes no son fenómenos únicos, sino que forman parte de una tendencia mundial en aumento, la cual es impulsada por elementos sociales, biológicos y ambientales (Racine et al., 2021).

Liu y Kuai (2025) Mencionan que los estudios globales sobre la carga de los trastornos mentales revelan que en todo el planeta millones de niños y adolescentes desarrollan uno de estos trastornos antes de cumplir 18 años. Asimismo, señalan que la cantidad de años vividos con discapacidad (DALYs) vinculados a la depresión y la ansiedad se ha incrementado notablemente en las últimas décadas, sobre todo en áreas con recursos bajos y medios. Los hallazgos mencionados destacan la urgencia de abordar las condiciones emocionales de los adolescentes como una prioridad que no solo es de salud, sino también educativa y social, por el efecto negativo que tienen en el desempeño académico, las relaciones entre personas y la calidad de vida en el futuro.

En Perú, la situación de salud mental en los adolescentes se ha manifestado como un elemento crucial que impacta a una porción significativa de alumnos de secundaria. Un estudio longitudinal llevado a cabo con adolescentes peruanos durante dos años de enseñanza a distancia descubrió que los síntomas de depresión y ansiedad se incrementaron gradualmente, con cambios de acuerdo al grado escolar y al género, lo que indica que estos trastornos no solo están presentes, sino también evolucionando incluso cuando los alumnos vuelven a clases presenciales (Muñoz et al., 2025)

Además, estudios realizados en regiones del país han evidenciado que un porcentaje importante de alumnos muestra síntomas clínicos de ansiedad y depresión, vinculados con aspectos como el insomnio subclínico, la disfunción familiar y el uso problemático de internet. En un estudio transversal, realizado con alumnos de secundaria en Chiclayo, se observó que aproximadamente el 34.3% de los estudiantes mostraba una sintomatología depresiva significativa y alrededor del 9.3% experimentaba ansiedad severa, lo que demuestra que la salud mental es una preocupación real y cuantificable en las comunidades escolares peruanas (Perez-Oyola et al., 2023)

En las instituciones educativas de la ciudad de Huaraz, se puede visualizar muy a menudo que los adolescentes en fechas de preparación académica generan un cuadro de ansiedad producido por diversos factores, uno de ellos es la presión de poder ingresar a la universidad y ocupar un buen puesto. Seguido a ello también tienen la presión de los padres o familiares que inconscientemente al tratar de motivar a los adolescentes se van al extremo de presionarlos indicando que quizá es la única responsabilidad que tienen. En muchas ocasiones no se toma en cuenta que ellos están pasando por un proceso de cambios, los cuales afectan en su rendimiento académico, más la presión que ellos tienen, se genera un cuadro de ansiedad, el cual puede ser severo, pero en muchas ocasiones se convierte en un cuadro agudo, teniendo así efectos tanto psicológicos como físicos y todo ello por falta de un apoyo.

La depresión es un factor que va creciendo con el pasar del tiempo, y sobre todo en los adolescentes ya que por la misma presión que tienen ya sea por terminar el colegio de manera satisfactoria o ingresar a la universidad en un puesto considerable, logra que los adolescentes se sientan muchas más tensiones, lo cual puede generar una frustración por no lograr lo que tienen en mente o simplemente porque se generan un miedo antes de haber realizado algo. Dicho factor ya mencionado puede ser leve o también alto, teniendo, así como consecuencias el alejarte del mundo, querer estar aislado, no tener ánimos para despertar, comer o hacer cualquier otra actividad que parezca sencilla de realizar para una persona común; esto puede ser tan agresivo que puede generar pensamientos negativos al punto de querer hasta perder a vida. Sin un apoyo continuo o un seguimiento de los padres y no porque lo quieran así; en muchas ocasiones es la falta de tiempo por temas de trabajo y poder brindarles a sus hijos

una mejor vida, pero al realizar eso son muchas las ocasiones que no se dan cuenta por lo que atraviesan los adolescentes.

Frente a todo lo expuesto se planteó el problema general de la investigación ¿Cómo se relaciona ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huaraz 2026? En ese sentido se planteó el objetivo general de la investigación: Determinar la relación entre ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huaraz 2026. De igual forma, para profundizar el estudio se planteó los objetivos específicos: Conocer la relación de las dimensiones (cognitiva, fisiológica y conductual) de ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huaraz 2026. Conocer la relación de ansiedad y las dimensiones de depresión (afectiva, cognitiva y somática) en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huaraz 2026.

La investigación se justificó teóricamente porque permite ampliar el conocimiento sobre la ansiedad y la depresión en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa de Huaraz, contribuyendo a la comprensión de su manifestación en el contexto escolar y de los factores asociados, así como sirviendo de base para futuras investigaciones

La investigación se justificó de manera práctica, ya que los resultados permitirán identificar los niveles de ansiedad y depresión en los estudiantes de educación secundaria, proporcionando información útil para que la institución educativa y los profesionales involucrados puedan diseñar e implementar estrategias de prevención, orientación e intervención que contribuyan al bienestar emocional y al adecuado desempeño académico de los estudiantes.

La investigación se justificó socialmente, ya que aborda una problemática relevante de salud mental que afecta a los estudiantes de educación secundaria, contribuyendo a la sensibilización de la comunidad educativa y de las familias sobre la importancia de la prevención y atención oportuna de la ansiedad y la depresión, promoviendo entornos escolares más saludables y favoreciendo el desarrollo integral de los adolescentes.

II. Marco Teórico

2.1 Antecedentes

En cuanto a los estudios previos, se citó los aportes de Villalón et al (2022) Presencia de síntomas de ansiedad y depresión en estudiantes de medicina durante la pandemia de COVID-19. Empleando una metodología de tipo cuantitativa, nivel descriptivo y diseño transversal; la población fue constituida por 498 estudiantes en los cuales se tuvo la muestra de 359 estudiantes de medicina de la Universidad Diego Portales, Chile. Se aplicó el Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) mediante el cual se buscó investigar los síntomas de depresión, también se aplicó el General Anxiety Disorder-7 (GAD-7) para evaluar los síntomas de ansiedad. Como resultado se obtuvo una alta presencia de síntomas de ansiedad y depresión con promedios de 8.9/21 puntos en GAD-7 y 11.4/27 puntos en PHQ-9. El estudio concluye que existe un alto dominio de síntomas de ansiedad y depresión en mujeres estudiantes de los primeros años de la carrera de medicina durante la pandemia de COVID-19.

Morales y Bedolla (2022) Determinar la presencia de indicadores de ansiedad y depresión en adolescentes y analizar su relación con la implicación paterna. La metodología fue de tipo cuantitativo, nivel descriptivo-correlacional y un diseño no experimental. La muestra estuvo conformada por 246 adolescentes con edad promedio de 11 años, seleccionados en muestreo no aleatorio. Aplicando escala de ansiedad manifiesta CMAS-R (Children's Manifest Anxiety Scale - Revised), escala de depresión (Birlleson) y escala de implicación paterna (Finley y Schwartz). Dando como resultado que el 30% de la muestra mostro rasgos altos de depresión, así como niveles mixtos de ansiedad con reacciones fisiológicas y preocupaciones. Tuvieron como conclusión que entre la depresión y ansiedad existe una proporción significativa; cuando mayor es la implicación afectiva del padre en la crianza, menor es la presencia de rasgos ansiosos y depresión, confirmado que la participación afectiva del padre actúa como un factor protector de salud mental.

Romero et al. (2024) Describir las actitudes y percepciones de estudiantes y profesores universitarios sobre la ansiedad y la depresión en entornos de aprendizaje virtual durante la pandemia de COVID-19. Emplearon una metodología cuantitativa, nivel descriptivo y diseño transversal no experimental. Teniendo como muestra no probabilística a 172 mujeres

y 107 hombres haciendo un total de 279 estudiantes universitarios entre 15 y 50 años, y 17 mujeres y 11 hombres con un total de 28 profesores universitarios de diversas zonas de El Salvador. Aplicando un cuestionario cuantitativo tipo escala de Likert, el cual fue adaptado para evaluar percepciones y actitudes sobre ansiedad y depresión en el aprendizaje virtual en la pandemia. Como resultado se mostró diferencias entre las percepciones de ansiedad y depresión según el rol académico que le corresponda. La ansiedad y depresión crean problemáticas relevantes en estudiantes universitarios durante la educación virtual en la pandemia, afectando más a estudiantes que docentes. Se aporta insumos de mayor relevancia para el diseño e implementación de programas de apoyo y prevención en la salud mental.

Estela y Sanchez (2025) Ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Cajamarca: Analizar la correlación entre ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una I.E.P. pública en Cajamarca. Tipo cuantitativo, nivel correlacional y diseño no experimental de corte transversal. Se incluyó una población de 208 estudiantes de 4to y 5to del nivel secundario de dicha institución educativa. Los instrumentos aplicados fueron el inventario de ansiedad de Beck – BAI con la cual se pudo medir la sintomatología de ansiedad y la escala de depresión para adolescentes de Reynolds – EDAR con dicho instrumento se evaluó los síntomas depresivos. Con respecto a los resultados se mostró una relación positiva y significativa entre ansiedad y depresión, en donde se puede visualizar que a mayor nivel de ansiedad existe mayor nivel de depresión, teniendo un $Rho = 0,255$ y un $p < 0,05$. Los resultados evidencian una alta predominación de ansiedad y depresión en la población indicada, confirmando la relación entre las variables y teniendo niveles severos que afectan significativamente el bienestar emocional y psicológico.

En relación a los estudios previos, Arias (2024) Tuvo como finalidad comparar la ansiedad ante exámenes y de presión según sexo y edad en estudiantes de secundaria de una institución educativa ubicada en el distrito de Los Olivos, Lima. Fue de tipo cuantitativo con un nivel descriptivo comparativo y tuvo un diseño no experimental. La muestra fue conformada por 162 estudiantes del 4º año de secundaria y 74 estudiantes del 5º año de secundaria, teniendo en total a 187 estudiantes de una I.E.P. de Los Olivos. Empleando la adaptación del Test de ansiedad ante exámenes (IDASE), adaptación del Test de depresión infantil de Kovacs (CDI) y el cuestionario sociodemográfico. Donde se tuvo como resultado que existe diferencias en

los niveles de ansiedad antes exámenes entre grupos por sexo; en caso de la depresión no se mostró variación significativa con respecto a la edad en los estudiantes que fueron analizados.

Del mismo modo, Etchebarme (2022) Ansiedad y depresión en adolescentes de 5° de secundaria de la Institución Educativa N° 2050 “República de Argentina”, Carabayllo – Lima 2022. La metodología fue de tipo cuantitativo con un nivel básico y diseño descriptivo no experimental de corte transversal. La población fue constituida por 130 alumnos de 5° de secundaria, mientras que la muestra fue de 56 estudiantes de secundaria de la I.E. N° 2050 “República de Argentina” en Carabayllo, seleccionados mediante muestreo no probabilístico. Aplicando la escala de ansiedad generalizada GAD-7 para identificar síntomas de ansiedad y la escala de autoevaluación de depresión de Zung con las dimensiones somática y afectiva. En el resultado se mostró que hay una relación significativa entre ansiedad y depresión en los estudiantes del 5° de secundaria, con un $R = 0,421$, donde más del 50% presentó ansiedad y el 70% presentó depresión moderada. Teniendo como conclusión que existe una relación estadística de gran significancia entre ansiedad y depresión; observándose una alta prevalencia de niveles moderados y severos en ambas variables, lo que refleja una afectación relevante en la salud emocional de los estudiantes.

Cotrina (2024) Determinar la relación entre los niveles de ansiedad y depresión en adolescentes de una institución educativa de Cajamarca durante el año 2023. Aplicó una metodología cuantitativa de nivel correlacional y diseño no experimental transversal. La población se conformó por 231 alumnas entre 13 y 17 años de secundaria de una institución educativa en Cajamarca, empleando el muestreo no probabilístico. Se emplearon escalas de ansiedad y depresión mediante un cuestionario que fue estructurado, para poder medir los niveles de ansiedad general y dimensiones de la depresión. Se tuvo como resultado una relación moderada y significativa entre ansiedad y depresión, resultando significativo las correlaciones entre ansiedad y las dimensiones cognitivas, físico-conductual y afectiva de la depresión. Se concluyó que existe relación significativa entre los niveles de ansiedad y depresión en adolescentes de secundaria en la institución educativa ya mencionada, evidenciando asociación entre las variables ya mencionadas.

Inga y Falcon (2025) Ansiedad y depresión en alumnos de 4° y 5° de educación secundaria en una institución educativa en la ciudad de Caballococha 2024. Empleo la metodología de tipo cuantitativo, nivel descriptivo correlacional y diseño no experimental transcursal. La población se conformó por 119 alumnos de 4° de secundaria y 124 alumnos de 5° de secundaria haciendo un total de 243 alumnos, obteniendo una muestra de 149 alumnos de la IEPS 60080 “Carlos Patricio Olortegui Sáenz”, Caballococha. Los instrumentos que se emplearon fueron la escala de ansiedad de Zung y la escala de depresión de Zung. Como resultado se mostró que el 49.7% de alumnos presentó ansiedad moderada y el 63,3% presentó depresión moderada, también la relación significativa entre ansiedad y depresión ($X^2 = 56.147$; $p = 0.000$). Se pudo concluir que los estudiantes de 4.º y 5.º de secundaria presentan niveles moderados de ansiedad y depresión, evidenciándose una relación significativa entre ambas, así como la influencia de ciertas características sociodemográficas en su manifestación.

2.2 Bases teóricas

2.2.1. Conceptualización de la ansiedad

La ansiedad es una reacción tanto emocional como fisiológica que se desencadena cuando se percibe estrés, amenaza o peligro, lo cual permite a la persona adquirir habilidades para enfrentarse a situaciones difíciles. Sin embargo, si esta reacción se manifiesta con intensidad, constante o excesiva, puede transformarse en un problema de salud mental que afecta de manera significativa la capacidad personal, social y académica, especialmente durante la adolescencia. A partir del punto de vista clínico, la ansiedad implica el intercambio de procesos de conducta, fisiológicos, así como cognitivos. En el ámbito cognitivo, se hace evidente a través de ideas futuras negativas, inquietudes excesivas y problemas para enfocarse. En lo fisiológico, se manifiesta por medio de temblores, sudoración, fricción del músculo y taquicardia. Por último, en el nivel conductual puede notarse la evitación, la dificultad para relajarse e inquietud (American Psychiatric Association, 2013). Según múltiples estudios, en el ambiente escolar, la ansiedad de los adolescentes suele estar relacionada a las responsabilidades académicas, a la tensión familiar y a los proyectos futuros. Esto puede repercutir negativamente en el desempeño académico y en el estado emocional de los adolescentes.

2.2.2. Dimensiones de la ansiedad según la SAS

Diversos estudios que emplean la Escala de Zung coinciden en agrupar los ítems en tres dimensiones fundamentales para la evaluación de la ansiedad:

- **Dimensión cognitiva:** se refiere a ideas de preocupación en exceso, temor sin razón aparente, predicción negativa de sucesos futuros y dificultad para enfocarse. Esta dimensión muestra cómo el individuo interpreta personalmente la amenaza.
- **Dimensión somática:** incluye señales corporales vinculados al desarrollo del sistema nervioso autónomo, como son las palpitaciones, el aumento del sudor, el temblor, los mareos, la fricción muscular y las incomodidades en el aparato digestivo.
- **Dimensión conductual:** Está vinculada con expresiones que se pueden observar, como problemas para relajarse, las variaciones del sueño, la preocupación corporal y los comportamientos de evitación ante situaciones que se consideran estresantes.

2.2.3. Conceptualización de depresión

La depresión constituye un trastorno anímico que se distingue por la tristeza constante, la falta de interés o satisfacción en actividades cotidianas, sensaciones de desesperación y cambios en el funcionamiento tanto cognitivo como somático. Durante la adolescencia, la depresión puede manifestarse también a través de la tensión, el aislamiento social, la baja eficiencia educativa y la falta de motivación, lo que impacta de manera importante en el desarrollo personal y social del alumno. La depresión, según el DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders), se caracteriza por la presencia de un grupo de síntomas físicos, cognitivos y afectivos que afectan significativamente la vida diaria del sujeto (American Psychiatric Association, 2013). Igualmente, la depresión es considerada por la Organización Mundial de la Salud como uno de los problemas más importantes en cuanto a salud mental en todo el mundo, con una frecuencia elevada entre los adolescentes.

2.2.4. Dimensiones de la depresión según la ZSDS

En la literatura científica, los ítems de la Escala de Depresión de Zung suelen agruparse en tres dimensiones principales:

- Dimensión afectiva: abarca sentimientos duraderos de negatividad, tristeza, irritabilidad, desesperación y falta del interés o la alegría por las tareas diarias.
- Dimensión cognitiva: incluye pensamientos pesimistas acerca de la propia persona, baja autoestima, sentimientos de culpabilidad e inutilidad y problemas con la toma de decisiones.
- Dimensión somática: incluye síntomas corporales, como una fatiga persistente, trastornos del sueño, modificaciones en el apetito, reducción de la energía y dolor físico.

2.2.5. Ansiedad y depresión en la adolescencia

La adolescencia forma una etapa del desarrollo que se caracteriza por cambios físicos, emociones y sociales, estos son capaces de aumentar la susceptibilidad a trastornos mentales como la ansiedad y la depresión, afectando el bienestar psicológico, rendimiento académico y relaciones interpersonales de los adolescentes. El estudio menciona que la ansiedad y depresión está asociada a diversos factores psicosociales, disfunción familiar, conflictos intrafamiliares, discriminación, maltrato y carencia de habilidades sociales, dichas condiciones favorecen la aparición de síntomas como tristeza, baja autoestima, irritabilidad, desmotivación y dificultades en la regulación de emociones, afectando el desempeño escolar y social. También indican que las intervenciones psicopedagógicas basadas en técnicas de relajación, actividades creativas y fortalecimiento emocional contribuyen a la disminución de niveles de ansiedad y depresión, con la mejora de la autoestima, control emocional y adaptación escolar; lo que enfoca la importancia de intervenir temprano dentro del ámbito educativo para fomentar la salud mental en los adolescentes (Basantes et al., 2021).

2.2.6. Relación entre ansiedad y depresión

La ansiedad y la depresión son trastornos psicológicos diferenciados, pero presentan una compatibilidad clínica, esto ha llevado que diversos autores enfatizen la dificultad para establecer una delimitación clara entre ambos debido a la superposición de síntomas afectivos, cognitivos y fisiológicos. Esta comorbilidad es explicada por la presencia de un componente común denominado afectividad negativa quien engloba emociones como tristeza, tensión, irritabilidad y excesiva preocupación, manifestaciones que son frecuentes

en la ansiedad como en la depresión. Aunque ambos trastornos comparten este núcleo emocional se puede diferenciar por algunos elementos específicos; la ansiedad se asocia a una elevada activación fisiológica y anticipación de amenaza, mientras que la depresión se caracteriza por la disminución del afecto positivo, sentimientos persistentes de desesperanza. Esta relación estrecha entre ansiedad y depresión tiene importantes implicancias clínicas, pues su presencia conjunta suele asociarse a mayor gravedad sintomática, evolución más prolongada y mayor complejidad en el abordaje terapéutico, lo que resalta la necesidad de una evaluación integral que considere la interacción entre ambos trastornos (Agudelo et al. 2007)

2.3 Hipótesis

Ho No existe relación entre ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huaraz 2026.

Hi Existe relación entre ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huaraz 2026.

III. Metodología

3.1 Tipo, nivel y diseño de investigación

La presente investigación es de enfoque cuantitativo, debido a que se fundamenta en la recolección y el análisis de datos numéricos, los cuales serán procesados mediante técnicas estadísticas con el fin de obtener resultados objetivos y verificables. Este enfoque permite medir las variables de estudio, establecer relaciones entre ellas y comprobar las hipótesis planteadas. En este sentido, Zamora y Flores (2024) señalan que la investigación cuantitativa se basa en la indagación sistemática de una hipótesis previamente establecida, utilizando análisis estadísticos para la comprobación de teorías y la generación de conclusiones sustentadas en evidencia empírica.

La investigación a emplear será de nivel correlacional, ya que su finalidad es analizar el grado de relación existente entre dos o más variables, sin que estas sean manipuladas. De acuerdo con Hernández-Sanpieri y Mendoza (2023), este tipo de investigación tiene como propósito lograr entender el vínculo que se logra establecer entre las variables de estudio, considerando que no se produce alteraciones por parte del investigador.

Asimismo, se aplicó un diseño no experimental de corte transversal, ya que las variables no fueron manipuladas, se realizó un análisis directo de la información recolectada. Según Hernández-Sanpieri y Mendoza (2023), este diseño se caracteriza por la observación de los fenómenos en su contexto natural sin una influencia ni una exposición a los participantes, puesto que permite evaluar a los sujetos en su propio entorno. Los datos se obtienen mediante la aplicación de un cuestionario en un solo momento, lo que indica un estudio de corte transversal.

3.2 Población

La población del estudio está constituida por 50 estudiantes de secundaria de una institución de la ciudad de Huaraz, sobre los cuales se obtiene una información para el análisis de un estudio. En este sentido, Arias y Covinos (2021) lo definen como un grupo de individuos o componentes que tiene rasgos similares y que son considerados como unidad de análisis dentro de un proceso de investigación, garantizando la validez de los resultados obtenidos.

Los criterios de inclusión serán: estudiantes de ambos sexos, edades entre 15 y 17 años, matrícula activa en el programa vacacional, firma de consentimiento y asentimiento informado. Los criterios de exclusión serán: estudiantes menores de 15 años y mayores de 17 años, sin matrícula activa, sin autorización firmada de los padres o tutores. El muestreo probabilístico será por conveniencia, ya que es más factible la recolección de datos por motivo que son estudiantes de una institución educativa secundaria de la ciudad de Huaraz, que cumplen los criterios de sección.

3.3 Operacionalización de las variables/categorías

Tabla 1

Operacionalización de las Variables

Variable	Definición operativa	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición	Categoría o valoración
Ansiedad	Nivel de ansiedad que presentan los estudiantes de educación secundaria de una institución educativa de Huaraz, medido mediante la Escala de Ansiedad de Zung, a través de la autoevaluación de síntomas cognitivos, fisiológicos y conductuales.	Cognitiva	Preocupación excesiva, temor sin causa aparente, pensamientos negativos, dificultad para concentrarse.	Escala de Likert	Leve Moderada Severa
		Fisiológica	Palpitaciones, sudoración, temblores, mareos, tensión muscular, molestias gastrointestinales	Escala de Likert	Leve Moderada Severa
		Conductual	Dificultad para relajarse, alteraciones del sueño,	Escala de Likert	Leve Moderada

			inquietud, evitación de situaciones estresantes		Severa
Depresión	Nivel de depresión que presentan los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Huaraz, medido mediante la Escala de Depresión de Zung (ZSDS), que evalúa síntomas afectivos, cognitivos y somáticos presentes en los estudiantes.	Afectiva	Tristeza persistente, irritabilidad, pérdida de interés, sentimientos de desesperanza.	Escala de Likert	Leve Moderada Severa
		Cognitiva	Pensamientos negativos, baja autoestima, sentimientos de culpa, dificultad para tomar decisiones.	Escala de Likert	Leve Moderada Severa
		Somática	Fatiga, trastornos del sueño, cambios en el apetito, falta de energía, malestar físico.	Escala de Likert	Leve Moderada Severa

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos/información

La técnica a utilizar será la encuesta, que se administrará a través del cuestionario utilizado como herramienta. Para Arias y Covinos, (2021) se lleva a cabo a través de un cuestionario que ofrece datos sobre puntos de vista, conductas o percepciones de un individuo, facilitando la medición de variables. Asimismo, el autor mencionado indica que el cuestionario registra datos entregados de un grupo de interrogantes planteadas en una tabla, con diversas opciones que elijará el prospecto de acuerdo a su percepción, no existe alternativa correcta o incorrecta.

Instrumento 1:

Como instrumentos de recolección de datos se utilizarán la Escala de Ansiedad de Zung (Self-Rating Anxiety Scale – SAS) y la Escala de Depresión de Zung (Zung Self-Rating Depression Scale – ZSDS). La Escala de Ansiedad de Zung fue desarrollada por Zung (1971) y consta de 20 ítems que evalúan síntomas afectivos, cognitivos y somáticos asociados a la ansiedad, los cuales se califican mediante una escala tipo Likert que permite determinar el nivel de ansiedad presente en los participantes.

Instrumento 2:

Se empleará la Escala de Depresión de Zung, elaborada por el mismo autor (Zung, 1965), también está compuesta por 20 ítems orientados a medir la presencia y severidad de síntomas depresivos, considerando aspectos emocionales, fisiológicos y psicológicos.

Ambos instrumentos han sido ampliamente utilizados en investigaciones nacionales e internacionales, demostrando adecuados niveles de validez y confiabilidad en la evaluación de síntomas depresivos y de ansiedad en diversas poblaciones. Por ejemplo, estudios psicométricos han analizado las propiedades de escalas de auto-evaluación como la *Zung Self-Rating Depression Scale* en adolescentes, demostrando consistencia interna aceptable y estructura factorial que respalda su uso en contextos de investigación con jóvenes (Cogollo, Díaz & Campo, 2006). La aplicación de estos instrumentos permite obtener información precisa y confiable para el análisis de las variables de estudio, contribuyendo al logro de los objetivos planteados en la investigación.

3.5 Método de análisis de datos/información

El análisis de los datos se realizó mediante procedimientos estadísticos, en coherencia con el enfoque cuantitativo de la investigación. Los datos obtenidos a través de la aplicación de la Escala de Ansiedad de Zung (SAS) y la Escala de Depresión de Zung (ZSDS) fueron codificados, tabulados y procesados utilizando un programa estadístico especializado, como el Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), con el fin de garantizar la adecuada organización y precisión de la información recolectada. Posteriormente, se llevó a cabo un análisis estadístico descriptivo que permitió identificar las características generales de la población, así como los niveles de ansiedad y depresión presentes en los estudiantes, empleando frecuencias, porcentajes y medidas de tendencia central y dispersión. Asimismo, para contrastar la hipótesis planteada y determinar la relación entre las variables ansiedad y depresión, se aplicó un análisis estadístico inferencial mediante el coeficiente de correlación Rho de Spearman, considerando que las variables se miden en escala ordinal y no requieren el supuesto de normalidad, estableciendo un nivel de significancia estadística de $p < 0,05$. Finalmente, los resultados obtenidos fueron interpretados y discutidos a la luz del marco teórico y los antecedentes de investigación, permitiendo contrastar los hallazgos con estudios previos y formular conclusiones acordes con los objetivos planteados en la investigación.

3.6 Aspectos éticos

El presente proyecto de investigación será guiado por los principios éticos especificados según la Resolución N° 0495-2025-CU-ULADECH Católica según la V002 del Reglamento de Integridad Científica para la Investigación.

- Respeto y protección de los derechos de los intervinientes: Se respetará la dignidad, privacidad y confidencialidad de los alumnos que participaran. La información obtenida únicamente se empleará para fines del estudio, garantizando que los participantes permanezcan en el anonimato a través de la codificación de datos y evitando discriminación o violación de derechos.
- Cuidado del medio ambiente: La investigación no tendrá efectos adversos en el medio ambiente, porque la recopilación de datos se llevará a cabo a través de instrumentos impresos, fomentando así un uso responsable de los recursos y previniendo prácticas que perjudiquen la naturaleza.

- Libre participación por propia voluntad: Los alumnos participarán totalmente de manera voluntaria. Antes de utilizar los instrumentos, se brindará información, en términos claros y comprensibles, a los participantes a sus padres o tutores acerca de los objetivos, procedimientos, ventajas y posibles riesgos del estudio. Se pedirá que firmen el consentimiento informado y el asentimiento correspondiente, asegurando la libertad para decidir sin ejercer ningún tipo de presión.
- Beneficencia y no maleficencia: La investigación buscará optimizar los aspectos positivos y reducir el posible riesgo para los participantes. No supone ningún riesgo físico o mental la utilización de las escalas de depresión y ansiedad. Sin embargo, cuando se identifiquen casos que necesiten orientación o derivación, se procederá con responsabilidad, poniendo siempre en primer lugar el bienestar emocional de los alumnos.
- Integridad y honestidad: La investigación se llevará a cabo con imparcialidad, transparencia y rigor analítico durante la recolección, el análisis y la interpretación de los datos. Además, se honrarán los principios de honestidad intelectual al no incurrir en plagio y al dar el correspondiente crédito a las fuentes bibliográficas que se empleen.
- Justicia: Se brindará a todos los participantes un trato justo, sin preferencias ni discriminaciones. La población será seleccionada de acuerdo con los criterios preestablecidos, asegurando así la igualdad de oportunidades para participar en el estudio y una evaluación objetiva de los resultados logrados.

IV. Resultados

Tabla 2

Prueba de normalidad de KS

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
ANSIEDAD	,175	50	,001	,893	50	,000
DEPRESIÓN	,122	50	,059	,982	50	,649

Interpretación: En la tabla de pruebas de normalidad, se consideró una muestra de 50 estudiantes, la variable ansiedad presenta $p = 0,001$ (Kolmogorov-Smirnov) y $p = 0,000$ (Shapiro-Wilk) ambas siendo menos a 0,05 indicando que no sigue una distribución normal, mientras que la variable depresión indica $p = 0,059$ (Kolmogorov-Smirnov) y $p = 0,649$ (Shapiro-Wilk) siendo superiores a 0,005 indicando una distribución normal. Por lo cual se optó utilizar el coeficiente de correlación Rho de Spearman como prueba no paramétrica para el uso de análisis inferencial y verificar la hipótesis de estudio.

Tabla 3

Relación entre la ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Huaraz, 2026

		ANSIEDAD	DEPRESIÓN
Rho de Spearman	ANSIEDAD	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,175
		N	50
	DEPRESIÓN	Coefficiente de correlación	,175
	Sig. (bilateral)	,225	1,000
			,225

N	50	50
---	----	----

Interpretación: La tabla 3, presenta una correlación positiva muy baja entre la variable depresión y ansiedad con un valor de $Rho = 0,175$ y $p = 0,225$ es mayor al nivel de significancia ($0,225 > 0,05$) aceptando la H_0 . Se indica que no hay relación estadística significativa entre las variables; a pesar que se observa una tendencia a la asociación entre los niveles más altos de ansiedad y los niveles más altos de depresión, la relación es mínima y no relevante en los estudiantes.

Tabla 4

Relación entre la ansiedad y afectiva en estudiantes de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Huaraz, 2026

		ANSIEDAD		Afectiva
Rho de Spearman	ANSIEDAD	Coeficiente de correlación	1,000	,047
		Sig. (bilateral)	.	,745
		N	50	50
	Afectiva	Coeficiente de correlación	,047	1,000
		Sig. (bilateral)	,745	.
		N	50	50

Interpretación: La tabla 4, indica que existe una correlación muy débil de $Rho = 0,047$ entre la dimensión afectiva de la V2 y la ansiedad, siendo el valor $p = 0,745$ mayor nivel de significancia ($0,745 > 0,05$) aceptando la hipótesis nula. Demostrando que los niveles de ansiedad no tienen un impacto significativo ni están relacionados con la dimensión afectiva de la depresión, lo que demuestra que son variables independientes.

Tabla 5

Relación entre la ansiedad y cognitiva en estudiantes de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Huaraz, 2026

			ANSIEDAD	Cognitiva
Rho de Spearman	ANSIEDAD	Coefficiente de correlación	1,000	-,006
		Sig. (bilateral)	.	,966
		N	50	50
	Cognitiva	Coefficiente de correlación	-,006	1,000
		Sig. (bilateral)	,966	.
		N	50	50

Interpretación: En la tabla 5, se observa una correlación nula de valor Rho = -0,006 entre ansiedad y la dimensión cognitiva de depresión, y el valor $p = 0,966$ siendo de mayor nivel de significancia ($0.966 > 0.05$) aceptando la H_0 , indicando que ambos no se relacionan, mostrando independencia entre ambas variables en esta muestra.

Tabla 6

Relación entre la ansiedad y somática en estudiantes de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Huaraz, 2026

			ANSIEDAD	Somática
Rho de Spearman	ANSIEDAD	Coefficiente de correlación	1,000	,312*
		Sig. (bilateral)	.	,028
		N	50	50

Somática	Coefficiente de correlación	,312*	1,000
	Sig. (bilateral)	,028	.
	N	50	50

Interpretación: En la tabla 6, si evidencio una correlación positiva baja con un valor $Rho = 0,312$ y un valor $p = 0,028$ el nivel de significancia es inferior ($0,028 < 0,05$) aceptando la H_i , por lo cual se observa una relación entre ambas variables donde los estudiantes con niveles altos de ansiedad muestran síntomas somáticos a la depresión.

Tabla 7

Relación entre la depresión y cognitiva en estudiantes de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Huaraz, 2026

		DEPRESIÓN	Cognitiva
DEPRESIÓN	Coefficiente de correlación	1,000	-,019
	Sig. (bilateral)	.	,894
	N	50	50
Rho de Spearman	Cognitiva	-,019	1,000
	Sig. (bilateral)	,894	.
	N	50	50

Interpretación: La tabla 7, indica una correlación nula con el valor $Rho = - 0,019$ y el valor $p = 0,894$ siendo más alto del nivel de significancia ($0,894 > 0,05$) aceptando la H_o . Como conclusión la dimensión cognitiva no se relaciona con la depresión, mostrando que ambos variables son independientes.

Tabla 8

Relación entre la depresión y fisiología: en estudiantes de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Huaraz, 2026

		DEPRESIÓN	Fisiológica
Rho de Spearman	DEPRESIÓN		
	Coeficiente de correlación	1,000	,196
	Sig. (bilateral)	.	,172
	N	50	50
	Fisiológica		
	Coeficiente de correlación	,196	1,000
Sig. (bilateral)	,172	.	
N	50	50	

Interpretación: En la tabla 8, se indica que existe una correlación positiva débil con un valor Rho = 0,196 y un valor p = 0,172 siendo más algo que el nivel de significancia ($0,172 > 0,05$) aceptando la hipótesis nula. Se concluye que la dimensión fisiológica no tiene una correlación importante con los niveles de depresión.

Tabla 9

Relación entre la depresión y conductual en estudiantes de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Huaraz, 2026

		DEPRESIÓN	Conductual
Rho de Spearman	DEPRESIÓN		
	Coeficiente de correlación	1,000	,143
	Sig. (bilateral)	.	,323
N	50	50	

Conductual	Coefficiente de correlación	,143	1,000
	Sig. (bilateral)	,323	.
	N	50	50

Interpretación: Tabla 9, se evidencia una correlación positiva baja tiene un Rho = 0,143 y un valor $p = 0,323$ superior al nivel de significancia ($0,323 > 0,05$) aceptando la H_0 . Así mismo se establece que la depresión no guarda relación significativa dimensión conductual de ansiedad.

V. Discusión

La presente investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huaraz 2026. Se aceptó la H_0 , puesto que los hallazgos mostraron que no hay una correlación estadísticamente significativa entre depresión y ansiedad tiene un valor $p = 0,225$ y $Rho = 0,175$. Dichos resultados son diferentes al de Etchebarne (2022), quien menciona una relación significativa entre las dos variables en estudiantes de secundaria, mostrando así altos niveles de ansiedad y depresión; teóricamente se estableció que las variables mencionadas tienen elementos fisiológicos, emocionales y cognitivos en común de comorbilidad clínica (Agudelo et al., 2007). Pese a que se indique que hay una conexión constante entre las variables mencionadas, en la muestra no se observó una relación relevante, puede ser debido a factores de contexto o rasgos particulares en la población.

En relación a los objetivos específicos, los resultados (Tabla 04) se evidencio que no hay una relación significativa entre la dimensión afectiva y la ansiedad teniendo un valor $Rho = 0,047$ y $p = 0,745$. Dichos resultados son distintos a lo que Morales y Bedolla (2022) dieron a conocer puesto que encontraron que la ansiedad en adolescentes se asocia con síntomas emocionales de la depresión; desde la perspectiva teórica, la parte afectiva de depresión incluye emociones como irritabilidad, tristeza y desesperanza, contrario a la ansiedad que se relaciona con el presentimiento de una amenaza (American Psychiatric Association, 2013). En resumen, los resultados muestran que los elementos afectivos de la depresión no se relacionan con la ansiedad en los estudiantes evaluados.

Según los objetivos específicos, los resultados (Tabla 05) se demostró que no hay correlación importante entre ansiedad y la dimensión cognitiva teniendo un valor $Rho = -0,006$ y $p = 0,966$. Cotrina (2024) halló vínculo entre ansiedad y los pensamientos negativos en adolescentes, lo que se contrasta con el resultado. Desde la perspectiva teórica, la parte cognitiva de la depresión incluye pensamientos negativos, baja autoestima y problemas para tomar decisiones, puesto que la ansiedad se relaciona con preocupaciones anticipadas (Agudelo et al., 2007). Los hallazgos indican que, en la muestra analizada, los procesos cognitivos de depresión no se ven afectados por la ansiedad.

Por otra parte, los objetivos específicos, los resultados (Tabla 06) aceptan la H_1 ya que los resultados muestran una correlación baja y significativa de valor $Rho = 0,312$ y $p = 0,028$. Lo mencionado anteriormente coincide con lo mencionado por Inga y Falcon (2025), ya que observaron una conexión entre ansiedad y síntomas físicos de la depresión en estudiantes de secundaria. Con respecto a la perspectiva teórica, las variables presentan manifestaciones fisiológicas similares, como cambios en el sueño, cansancio y tensión física (American Psychiatric Association, 2013). En resumen, se verifica que la ansiedad está vinculada con el aspecto somático de la depresión, demostrando una relación en los síntomas físicos.

Con respecto a los objetivos específicos, resultados (Tabla 07) los hallazgos revelaron que no se presenta una relación importante teniendo como valor $Rho = -0,019$ y $p = 0,894$. Lo cual no concuerda con lo que Romero et al. (2024) indicaron, la ansiedad tiene efecto en los procesos cognitivos en entornos educativos. Teniendo en cuenta la perspectiva teórica, la depresión es asociada con pensamientos negativos consecutivos, y la ansiedad con dificultad para concentrarse y preocupaciones excesivas (American Psychiatric Association, 2013). Dicho esto, se muestra que en la población la depresión no está relacionada con el aspecto cognitivo de la ansiedad.

En cuanto a los objetivos específicos, los resultados (Tabla 08) se observó que no se presenta correlación significativa con un valor $Rho = 0,196$ y $p = 0,172$. El resultado mencionado es distinto al de Perez-Oyola et al. (2023), quienes revelaron una conexión entre trastornos emocionales y síntomas en estudiantes. Según el enfoque teórico, la ansiedad se logra distinguir por una activación fisiológica con diferencia de la depresión que posee síntomas somáticos como trastornos del sueño y fatiga (Basantes et al., 2021). Teniendo así una inexistencia de asociación directa entre los síntomas fisiológicos en ambas variables.

Como objetivos específicos, los resultados (Tabla 09) No hay una relación significativa con valor $Rho = 0,143$ y $p = 0,323$. Tiene concordancia con Arias (2024), quien no halló correlación significativa en algunos componentes conductuales con los estudiantes. Con respecto a la teoría, la ansiedad se vincula con comportamientos de evitación y la depresión con aislamiento y la ausencia de motivación (Basantes et al., 2021). Se determina que la dimensión conductual de la ansiedad no se relaciona con la depresión de los estudiantes que fueron evaluados.

VI. Conclusiones

Los hallazgos muestran que no hay correlación importante entre la variable ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria, Huaraz 2026. Demostrando que dichas variables no están asociadas estadísticamente en el grupo de estudio.

Los resultados de las dimensiones de depresión con respecto a la dimensión afectiva, se observa que no tiene una relación importante con la variable ansiedad, igualmente la dimensión cognitiva no tiene una correlación importante con la ansiedad y la dimensión somática si muestra un vínculo importante con la variable ansiedad, teniendo en cuenta que los síntomas físicos son un punto de conexión entre las variables.

Los resultados de las dimensiones de ansiedad indican que la dimensión cognitiva no muestra relación significativa con la variable depresión, la dimensión fisiológica no muestra relación importante con la depresión y la conducta tampoco muestra relación relevante con la variable depresión en los estudiantes evaluados.

VII. Recomendaciones

Se recomienda la creación e implementación de estrategias que estén dirigidas a controlar la ansiedad, así también como ejercicios de relajación y formas para afrontar el estrés, teniendo en cuenta que existe relación con los síntomas físicos que se vinculan a la depresión.

Se recomienda investigar más a fondo la depresión y ansiedad, teniendo en cuenta la autoestima, estrés académico y clima familiar.

Se recomienda a futuros investigadores llevar a cabo investigaciones que cuenten con una muestra más grande y en otro contexto, para verificar los resultados y mejorar la generalización de ansiedad y depresión.

Referencias bibliográficas

- Agudelo, D., Buela-Casal, G., & Spielberger, C. (2007). *Ansiedad y estrés*. Salud Mental, 30(2), 33–41. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/salmen/sam-2007/sam072e.pdf>
- Arias y Covinos (2021). Diseño y metodología de la investigación. Primera edición https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf
- Arias, J. (2024). *Ansiedad ante exámenes y depresión en estudiantes de secundaria de una I.E.P. de Los Olivos* [Tesis de maestría]. Universidad Femenina del Sagrado Corazón. <https://repositorio.unife.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/0e8c122a-9dda-4f02-9664-8f2ddad39693/content>
- Basantes, D., Villavicencio, L., Alvear, L., Arteño, R., & Valdes, E. (2021). *Ansiedad y depresión en adolescentes*. Revista Boletín Redipe, 10(2), 182–189. <https://doi.org/10.36260/rbr.v10i2.1205>
- Cogollo, Z., Díaz, C., & Campo, A. (2006). *Exploration of construct validity of the Zung's self-rating depression scale among adolescent students*. Colombia Médica, 37(2), 102–106. <https://doi.org/10.25100/cm.v37i2.420>
- Cotrina, F. (2024). *Ansiedad y depresión en adolescentes de una institución educativa, Cajamarca-2023* [Tesis de licenciatura] Universidad Privada del Norte <https://repositorio.upn.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/f8445fa4-457c-4ae3-b5f5-90eb87461b84/content>
- Chand, S. P., & Arif, H. (2023, julio 17). *Depression*. En StatPearls [Internet]. StatPearls Publishing. Treasure Island (FL). <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK430847/>
- Estela, S. & Sanchez, D. (2025). *Ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Cajamarca* [Tesis de maestría] Universidad Femenina del Sagrado Corazón <https://repositorio.unife.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/4eaac917-f3ef-4bdc-816c-2f6560cfb270/content>

- Etchebarne, N. (2022). *Ansiedad y depresión en adolescentes de 5° de secundaria de la Institución Educativa N° 2050 "República de Argentina", Carabayllo-Lima 2022* [Trabajo de investigación] Universidad César Vallejo https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/113669/Etchebarne_ZNM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2023). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativas, cualitativas y mixtas*. McGrawHill. ISB:978-607-15 2031-9
- Inga, P. & Matute, E. (2025) Ansiedad y depresión en alumnos de 4° y 5° de educación secundaria en una institución educativa en la ciudad de Caballococha 2024 [Tesis de licenciatura] Universidad Científica del Perú <https://repositorio.ucp.edu.pe/server/api/core/bitstreams/a9ad5cc6-33d6-40f6-ba29-23535db2fc0d/content>
- Liu, Z., & Kuai, M. (2025). The global burden of depression in adolescents and young adults, 1990-2021: systematic analysis of the global burden of disease study. *BMC psychiatry*, 25(1), 767. <https://doi.org/10.1186/s12888-025-07201-8>
- Morales, M. & Bedolla, L. (2022). Depresión y Ansiedad en Adolescentes: El papel de la Implicación Paterna. *Revista Electrónica Sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*, 9(17). <https://cagi.org.mx/index.php/CAGI/article/view/251/484>
- Muñoz Lopez, D., Sherwin, E., Quispe Martijena, C., Liu, Y., & Magis-Weinberg, L. (2025). Peruvian Adolescent Mental Health Across Two Years of the COVID-19 Pandemic: A Four Time-Point Longitudinal Study. *The Journal of adolescent health : official publication of the Society for Adolescent Medicine*, 76(1), 62–71. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2024.08.012>
- Muñoz, D., Sherwin, E., Quispe, C., Liu, Y., & Magis-Weinberg, L. (2025). Peruvian Adolescent Mental Health Across Two Years of the COVID-19 Pandemic: A Four Time-Point Longitudinal Study. *The Journal of adolescent health : official publication of the Society for Adolescent Medicine*, 76(1), 62–71. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2024.08.012>

- Perez-Oyola, J., Walter-Chavez, D., Zila-Velasque, J., Pereira-Victorio, C., Dailoc-Rojas, V., Vera-Ponce, V., Valladares-Garrido, D. & Valladares-Garrido, M. (2023) Internet addiction and mental health disorders in high school students in a Peruvian region: a cross-sectional study. *BMC Psychiatry* **23**, 408. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04838-1>
- Racine, N., McArthur, B., Cooke, J., Eirich, R., Zhu, J., & Madigan, S. (2021). Global Prevalence of Depressive and Anxiety Symptoms in Children and Adolescents During COVID-19: A Meta-analysis. *JAMA pediatrics*, *175*(11), 1142–1150. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2021.2482>
- Romero, J., Severino, P., Coreas, E. & Sarmiento, G. (2024). *Ansiedad y depresión: el caso de profesores y estudiantes universitarios en el aprendizaje virtual durante la pandemia en El Salvador*. *Formación Universitaria*, *17*(2), 25-34 <https://www.scielo.cl/pdf/formuniv/v17n2/0718-5006-formuniv-17-02-25.pdf>
- Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote (ULADECH Católica). (2025). *Reglamento de integridad científica en la investigación (Versión 002)*. Aprobado por Resolución N.º 0495-2025-CU-ULADECH Católica, 12 de mayo de 2025. Scribd. <https://es.scribd.com/document/899787270/Reglamento-de-Integridad-Cientifica-v002-OK#content=query:respeto,pageNum:5,indexOnPage:0,bestMatch:false>
- Villalón, F., Moreno, M., González, W., Soto, A., & Arancibia, J. V. (2022). *Presencia de síntomas de ansiedad y depresión en estudiantes de medicina durante la pandemia de COVID-19*. *Revista Médica de Chile*, *150*, 1018-1025. <https://www.scielo.cl/pdf/rmc/v150n8/0717-6163-rmc-150-08-1018.pdf>
- Zamora, W. & Flores, J. (2024). *Metodologías cuantitativa y cualitativa en la investigación científica: Un abordaje desde la epistemología*. *Revista Científica Multidisciplinaria JIREH*, *4*(2), 1–11. https://revistajireh.uml.edu.ni/wp-content/uploads/v4n2_2024/24209.pdf
- Zung, W. (1965) A self-rating depression scale. *Archives of General Psychiatry*, *12*(1), 63–70 <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1965.01720310065008>

Zung, W. (1971). A rating instrument for anxiety disorders. *Psychosomatics*, 12(6), 371–379 [https://doi.org/10.1016/S0033-3182\(71\)71479-0](https://doi.org/10.1016/S0033-3182(71)71479-0)

ANEXOS

Anexo 01. Documento de autorización para el desarrollo de la investigación (Ley N°29733)



UNIVERSIDAD NACIONAL
"SANTIAGO ANTÚNEZ DE MAYOLO"
"Una Nueva Universidad para el Desarrollo"

COLEGIO DE APLICACIÓN
"VÍCTOR VALENZUELA GUARDIA"
Jr. Julián de Morales N° 573 – Huaraz - Celular 943601362



"Año de la Recuperación y Consolidación de la Economía Peruana"

Huaraz, 06 de febrero del 2026.

OFICIO N° 012-2026-UNASAM-FC/COCIAP-VVG-. D.G.

De: DR. VALDERRAMA ARTEAGA JONHSON DIOMEDES
DIRECTOR GENERAL DE ADMINISTRACIÓN - UNASAM

Para: MARITZA YOVANA JARA

ASUNTO: AUTORIZACIÓN PARA EL DESARROLLO DE LA INVESTIGACIÓN

Reciba un cordial saludo de la Institución Educativa Víctor Valenzuela Guardia - COCIAP – UNASAM en respuesta a su comunicación N° 0000000166-2026-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA, fechada el 05 de febrero del 2026, nos dirigimos a usted para infórmale lo siguiente:


Se aprueba su solicitud para:

- Que la estudiante Maritza Yovana Jara realice actividades de recolección de datos en nuestras instalaciones, en el periodo comprendido del 06/02/2026 al 20/02/2026.

Con la condición de que los datos recolectados deberán utilizarse exclusivamente con fines académicos, conforme a lo establecido en la Ley N° 29733 (Ley de Protección de Datos Personales).

Agradecemos su compromiso con la investigación formativa y quedamos a disposición para cualquier consulta adicional




Valderyma Arteaga Jonhson Diomedes
DIRECTOR GENERAL
COCIAP - UNASAM

Atentamente,



Anexo 02. Carta de recojo de datos



Chimbote, 05 de febrero del 2026

CARTA N° 0000000166- 2026-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA

Señor/a:

**DR. VALDERRAMA ARTIAGA JONHSON DIOMEDES
INSTITUCIÓN EDUCATIVA VICTOR VALENZUELA GUARDIA - COCIAP - UNASAM**

Presente.-

A través del presente reciba el cordial saludo a nombre del Vicerrectorado de Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, asimismo solicito su autorización formal para llevar a cabo una investigación titulada ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, HUARAZ 2026, con la LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: PREVENCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD MENTAL, que involucra la recolección de información/datos en 50 ALUMNOS, a cargo de MARITZA YOVANA JARA , perteneciente al PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA, con DNI N° 31677432, durante el período de 06-02-2026 al 20-02-2026.

La investigación se llevará a cabo siguiendo altos estándares éticos y de confidencialidad y todos los datos recopilados serán utilizados únicamente para los fines de la investigación.

Es propicia la oportunidad para reiterarle las muestras de mi especial consideración.

Atentamente.

COCIAP - "VVG" UNASAM RECIBIDO	
Fecha: 05/02/26	Hora: 9:52
Registro N° 007	Folio: 01
Firma:	

Dr. Nilo Albert Velásquez Castillo
Director de Investigación y Postgrado
Universidad Católica Los Angeles de Chimbote.

Anexo 03. Matriz de Consistencia y operacionalización

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
<p>Problema general: ¿Cómo se relaciona ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huaraz 2026?</p>	<p>Objetivo general: Determinar la relación entre ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huaraz 2026.</p> <p>Objetivos específicos: Conocer la relación de las dimensiones (cognitiva, fisiológica y conductual) de ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huaraz 2026.</p> <p>Conocer la relación de ansiedad y las dimensiones de depresión (afectiva, cognitiva y somática) en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huaraz 2026.</p>	<p>Ho No existe relación entre ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huaraz 2026.</p> <p>Hi Existe relación entre ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huaraz 2026.</p>	<p>Variable 1: Ansiedad</p> <p>Dimensiones: Cognitiva, fisiológica y conductual (Escala de Ansiedad de Zung)</p> <p>Variable 2: Depresión</p> <p>Dimensiones: Afectiva, cognitiva y somática (Escala de Depresión de Zung)</p>	<p>Tipo de inv: Cuantitativo</p> <p>Nivel de inv: Correlacional</p> <p>Diseño de inv: no experimental de corte transversal</p> <p>Población y muestra: 50 estudiantes de secundaria de una institución de la ciudad de Huaraz</p>

Anexo 04. Ficha técnica de los instrumentos

FICHA TÉCNICA DE PRUEBAS PSICOLÓGICAS

I. DATOS GENERALES

I.I. TÍTULO ORIGINAL DE LA PRUEBA: SELF-RATING ANXIETY SCALE

I.II. TÍTULO EN ESPAÑOL: ESCALA DE AUTOVALORACIÓN DE ANSIEDAD

I.III. AUTOR: W. ZUNG

I.IV. AÑO DE PUBLICACIÓN: 1971

I.V. PROCEDENCIA: BERLÍN

II. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

VALIDEZ: Disponemos de pocos estudios de validación de sus calores psicométricos. La correlación entre la puntuación de cada ítem y el total oscila entre 0.34 y 0.65.

Fiabilidad: Los coeficientes de correlación fueron estudiados por Zung. Entre ASI y SAS es de 0,66 y entre ASI y Taylor Manifest Anxiety Scale de 0,33.

III. DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA

La Escala de autoevaluación de la Ansiedad comprende un cuestionario de 20 informes o relatos, cada uno referido a manifestaciones características de ansiedad, como síntomas o signo. El conjunto abarca una amplia variedad de síntomas de ansiedad, como expresión de trastornos emocionales.

Los ítems deben ser valorados por el examinador en una entrevista con el paciente y utilizando tanto las observaciones clínicas como la información aportada por el paciente. Las preguntas deben hacer referencia a un periodo anterior de una semana.

IV. NORMAS

Las respuestas son cuantificadas mediante una escala de cuatro puntos (1 a 4) en función de la intensidad, duración y frecuencia de los síntomas. Un ítem es anotado

como positivo y representa cuando el comportamiento es observado, cuando es descrito por el paciente como que le ha ocurrido o cuando él mismo admite que el síntoma es todavía un problema. Por el contrario, es presentado como negativo o ausente cuando no ha ocurrido o no es un problema, el paciente no da información sobre el mismo o cuando la respuesta es ambigua tras una investigación adecuada.

FICHA TECNICA ESCALA DE AUTOEVALUACIÓN DE LA DEPRESIÓN DE ZUNG (EAMD)

Autor: Dr. William Zung.

Año: 1965.

Administración: Individual o colectiva.

Periodo: 20 minutos.

Finalidad: Mediar las llamadas “Depresiones ocultas”.

El uso de la escala en cualquier clase de pacientes que manifestó síntomas físicos sin base orgánica aparente, puede descubrir y medir las llamadas “Depresiones Ocultas”, economizando tiempos valiosos en la clínica y varias sesiones de entrevistas de estudio.

Es una escala auto aplicada formada por 20 frases relacionadas con la depresión, formuladas la mitad en términos positivos y la otra mitad en términos negativos. Tienen gran peso los síntomas somáticos y los cognitivos, con 8 ítems para cada grupo, completándose la escala con dos ítems referentes al estado de ánimo y otros dos a síntomas psicomotores. El paciente cuantifica no la intensidad sino solamente la frecuencia de los síntomas, utilizando una escala de Likert de 4 puntos, desde 1 (raramente o nunca) hasta 4 (casi todo el tiempo o siempre).

Validez

La escala de Zung, (1965) que se validó por primera vez en pacientes con trastornos de ansiedad, depresión y otros tipos, mostró una fuerte correlación entre sus resultados y otras pruebas psicométricas estandarizadas. Esto evidencia su validez concurrente. Asimismo, se detectaron diferencias notables según variables como el nivel educativo, la edad y los ingresos.

Más adelante, en el año 1968, se llevó a cabo una validación transcultural en varias naciones (Checoslovaquia, Alemania, Japón, Inglaterra y Australia). Los resultados mostraron que la escala tiene resultados comparables entre culturas, pero hace distinciones significativas entre individuos normales y pacientes con depresión.

Los estudios también evidencian diferencias significativas en las puntuaciones: en los individuos con depresión, alrededor de 74 puntos; en los sujetos normales, 33. Esto confirma su capacidad para discriminar. De la misma manera, Zung definió grados de gravedad para la depresión y la ansiedad.

Estudios más recientes han reportado que un porcentaje de la población muestra síntomas depresivos significativos, como el 6.8% en Zaragoza y el 13% en EE. UU., con una prevalencia general entre el 13% y el 20%, y cerca del 7% en España.

Confiability: Los índices de fiabilidad son buenos (índices de 0,70-0,80 en la fiabilidad dos mitades, índice de Cronbach entre 0,79 y 0,92) 6,20

Interpretación: La escala de Likert de cada ítem puntúa de 1 a 4 para los de sentido negativo, o de 4 a 1 para los de sentido positivo; el rango de puntuación es:

EQUIVALENCIA CLINICA	INDICE EAMD
Ausencia de depresión	- 40
Depresión leve	40 - 49
Depresión moderada	50 - 59
Depresión severa	60 – 69
Depresión grave	70 a más

Anexo 05. Formato de consentimiento informado u otros que corresponda a la investigación



**PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENCUESTAS
(CIENCIAS MÉDICAS Y DE LA SALUD)**

La finalidad de este protocolo es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula: _____
_____ y es dirigido por _____,
investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es:

Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará _____ minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de _____
_____. Si desea, también podrá escribir al correo _____
para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre: _____

Fecha: _____

Correo electrónico: _____

Firma del participante: _____

Firma del investigador (o encargado de recoger información): _____



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES
CHIMBOTE

PROTOCOLO DE ASENTIMIENTO INFORMADO (Ciencias Médicas y de la Salud)

Mi nombre es _____ y estoy haciendo mi investigación, la participación de cada uno de ustedes es voluntaria.

A continuación, te presento unos puntos importantes que debes saber antes de aceptar ayudarme:

- Tu participación es totalmente voluntaria. Si en algún momento ya no quieres seguir participando, puedes decírmelo y volverás a tus actividades.
- La conversación que tendremos será de ____ minutos máximos.
- En la investigación no se usará tu nombre, por lo que tu identidad será anónima.
- Tus padres ya han sido informados sobre mi investigación y están de acuerdo con que participes si tú también lo deseas.

Te pido que marques con un aspa (x) en el siguiente enunciado según tu interés o no de participar en mi investigación.

¿Quiero participar en la investigación de _____?	Si	No
--	----	----

Fecha: _____