



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**NIVEL DE ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE
TERCERO Y CUARTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA N° 093
EFRAÍN ARCAJA ZEVALLOS DE LA PROVINCIA DE
ZARUMILLA – TUMBES, 2018.**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICÓLOGIA

AUTORA

NAVARRO RAMÍREZ, YADIRA ELIZABETH

ORCID: 0000 – 0003 – 3875 – 6076

ASESOR

ZETA RODRIGUEZ, GUILLERMO

ORCID: 0000 – 0002 – 4031 - 5061

TUMBES – PERÚ

2020

EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

Navarro Ramírez, Yadira Elizabeth

ORCID: 0000 – 0003 – 3875 – 6076

Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de la Salud,

Escuela Profesional de Psicología - Tumbes, Perú.

ASESOR

Zeta Rodríguez, Guillermo

ORCID 0000 – 0002 – 4031 – 5061

Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de la Salud,

Escuela Profesional de Psicología - Tumbes, Perú.

JURADOS

Bravo Barreto, Elizabeth Edelmira

ORCID 0000 – 0004 – 2466 – 6867

Zapata Coronado, Carlos Alberto

ORCID 0000 – 0003 – 3526 – 8069

Reto Otero de Arredondo, Narcisa Elizabeth

ORCID 0000 – 0002 – 8107 – 1657

FIRMA DEL JURADO Y ASESOR

Mg. Elizabeth Edelmira Bravo Barreto

Presidente

Mg. Carlos Alberto Coronado Zapata

Miembro

Mg. Narcisa Reto Otero De Arredondo

Miembro

Mg. Guillermo Zeta Rodríguez

Asesor

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mis asesores de tesis Mabel y Guillermo quienes a lo largo de este tiempo han puesto a prueba mis capacidades y conocimientos en el desarrollo de esta tesis.

A mis profesores a quienes les debo gran parte de mis conocimientos, gracias a su paciencia y enseñanza.

Un eterno agradecimiento a esta prestigiosa universidad la cual abrió abre sus puertas a jóvenes como yo, preparándonos para un futuro competitivo y formándonos como personas de bien.

Al director, a los docentes y a los estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes.

DEDICATORIA

A Dios, por haberme dado la vida y permitirme el haber llegado hasta este momento tan importante de mi formación profesional.

A mis amados progenitores por ser los pilares más importantes en mi vida, donde me han demostrado su cariño y apoyo incondicional sin importar nuestras diferencias de opiniones.

A mi amigo, enamorado y novio, quien es mi mejor amigo y a quien valoro, ya que, compartimos momentos significativos, además por siempre estar dispuesto a escucharme y ayudarme en cualquier momento.

Esta tesis, ha demandado de mi esfuerzo y dedicación, no hubiese sido posible su finalización sin la cooperación desinteresada de cada una de las personas que me acompañaron en el recorrido laborioso de este trabajo.

RESUMEN

La presente investigación se realizó con el propósito de identificar ¿Cuál es el nivel de ansiedad en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la provincia de Zarumilla– Tumbes, 2018? Se utilizó un diseño no experimental, descriptivo; teniendo como población muestral a 130 estudiantes de ambos sexos. La técnica de recolección de datos fue la encuesta; especialmente a través de la aplicación del Inventario de ansiedad de Williams Zung, donde el análisis y procesamiento de los datos se realizó en el Microsoft Excel 2016 y en el programa estadístico SPSS versión 22 dando como resultado que el 36.92% (48) educandos de tercero y cuarto año de secundaria se encuentran dentro del nivel de ansiedad leve moderada, a su vez el 33.84% (44) se halla en el nivel de ansiedad moderada a intensa, un 18.46% (24) se localiza dentro de los límites normales y por último 10.76% (14) se ubican en nivel intensa. Se concluye que los educandos de la Institución Educativa emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos del año 2018 presentan problemas de ansiedad a nivel general ubicándose dentro del nivel de ansiedad leve moderada y en las características sociodemográficas se ubican en los niveles leve moderada y moderada a intensa.

Palabras clave: Estudiantes, Ansiedad, Características sociodemográficas, Niveles y Resultados.

ABSTRACT

This research was carried out with the purpose of identifying What is the level of anxiety in third and fourth year high school students of the Emblematic Educational Institution No. 093 Efraín Arcaya Zevallos of the province of Zarumilla –Tumbes, 2018? A non-experimental, descriptive design was used; having as sample population 130 students of both sexes. The data collection technique was the survey; especially through the application of the Williams Zung Anxiety Inventory, where the analysis and data processing was performed in Microsoft Excel 2016 and in the statistical program SPSS version 22 resulting in 36.92% (48) third-party students and fourth year of secondary school are within the level of moderate mild anxiety, in turn 33.84% (44) is in the level of moderate to intense anxiety, 18.46% (24) is located within the normal limits and by Last 10.76% (14) are at an intense level. It is concluded that the students of the emblematic Educational Institution No. 093 Efraín Arcaya Zevallos of the year 2018 present anxiety problems at a general level, being within the level of moderate mild anxiety and in the sociodemographic characteristics they are located in the mild moderate and moderate to intense levels.

Keywords: Students, Anxiety, Sociodemographic characteristics, Levels and Results.

CONTENIDO

	Pág.
TITULO DE LA TESIS	i
EQUIPO DE TRABAJO	ii
FIRMA DEL JURADO Y ASESOR	iii
DEDICATORIA	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
CONTENIDO	viii
ÍNDICE DE TABLAS	xii
ÍNDICE DE FIGURAS	xiii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. REVISIÓN DE LA LITERATURA	5
2.1. Antecedentes	5
2.1.1. Antecedentes internacionales	5
2.1.2 Antecedentes nacionales	6
2.1.3 Antecedentes locales.....	11
2.2. Bases teóricas	13
2.2.1. Ansiedad.....	13
2.2.1.1. Definición.....	13
2.2.1.2. Enfoques psicológicos en la historia de la ansiedad	14
2.2.1.2.1. Teoría psicodinámica	15
2.2.1.2.2 Teorías conductistas.....	15
2.2.1.2.3. Teorías Cognitivistas.....	16

2.2.1.3. Tipos de ansiedad	17
2.2.1.3.1. Ansiedad estado	17
2.2.1.3.2. Ansiedad rasgo.....	18
2.2.1.4. Niveles de ansiedad.....	18
2.2.1.4.1. Ansiedad leve	19
2.2.1.4.2. Ansiedad moderada.....	19
2.2.1.4.3. Ansiedad grave	20
2.2.1.5. Manifestaciones de la ansiedad	20
2.2.1.5.1. Manifestaciones físicas	21
2.2.1.5.2. Manifestaciones Psicológicas	21
2.2.1.5.3. Manifestaciones en la conducta.....	22
2.2.1.5.4. Manifestaciones intelectuales o cognitivos	23
2.2.1.5.5 Manifestaciones sociales	23
2.2.1.6. Síntomas de la ansiedad en adolescentes	24
2.2.1.7. Causas de la ansiedad.....	25
2.2.1.8. Consecuencias de la ansiedad.....	26
2.2.1.9. Importancia de la ansiedad.....	27
2.2.1.10. Factores que influyen en la ansiedad	28
2.2.1.10.1. Factores genéticos	28
2.2.1.10.2. Factores neurobiológicos.....	29
2.2.1.10.3. Factores psicológicos, sociales y culturales.	29
2.2.1.11. Evolución de la ansiedad.....	30
2.2.1.12. Manifestaciones de la ansiedad	31
2.2.1.13. Características generales de ansiedad	32

2.2.1.14. Trastornos de Ansiedad.....	33
5.2.1.15. Tratamiento de la ansiedad.....	34
5.2.1.16. Dimensiones de la ansiedad.....	35
2.2.1.16.1. Dimensión física	35
2.2.1.16.2. Dimensión social.....	35
2.2.1.16.3. Dimensión afectiva	35
2.2.1.16.4. Dimensión académica	36
2.2.1.16.5. Dimensión ética	36
2.2.2. Influencia de la ansiedad en la adolescencia	36
2.2.2.1. Influencia de la ansiedad en el rendimiento académico.....	37
2.2.2.2 Influencia de la ansiedad en el proceso enseñanza - aprendizaje	38
2.2.2.3. Influencia de la ansiedad en las emociones en los adolescentes	39
2.2.2.4. Influencia de los amigos en la ansiedad.....	39
2.2.2.5. Influencia de los padres en la ansiedad	40
2.2.2.6. Ansiedad ante exámenes	40
2.2.1.7. Estudiante	41
2.2.1.8. La interacción entre profesor y estudiante	42
2.2.1.9. Influencia la ansiedad en la satisfacción del adolescente.....	42
2.2.1.10. Influencia de la ansiedad en los estudiantes de un centro educativo estatal y privado	43
III. METODOLOGÍA.....	44
3.1. Tipo de investigación.....	44
3.2. Nivel de la investigación.....	44
3.3. Diseño de la investigación	44

3.3.1. Esquema del diseño no experimental de la investigación.....	44
3.4. Población y muestra.....	45
3.4.1. Población.....	45
3.4.2. Muestra	45
3.5. Definición y operacionalización de variables	46
3.5.1. Definición conceptual (DC)	46
3.5.2. Definición operacional (DO).....	46
3.5.3. Cuadro de operacionalización de variables.....	47
3.6. Técnica e instrumento de recolección de datos.....	47
3.6.1. Técnica.....	47
3.6.2. Instrumento	47
3.6.2.1. Escala de autoevaluación de Ansiedad (EAA) de William Zung.....	48
3.7. Plan de análisis	50
3.8. Matriz de consistencia	51
3.9. Principios éticos	52
IV. RESULTADOS	53
4.1. Resultados	53
4.2. Análisis de resultados	61
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	67
ANEXOS.....	79
Anexo 01: Escala de autoevaluación de Ansiedad (EAA) de William Zung	79
Anexo 02: Consentimiento informado	81
Anexo 03: Matriz de consistencia	82

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Distribución poblacional de estudiantes según edad, año de estudios, sección y género de estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.....	45
Tabla 02: Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de ansiedad en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.	53
Tabla 03: Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de ansiedad en función al género en estudiantes del tercer y cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.....	55
Tabla 04: Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de ansiedad en función a la edad en estudiantes del tercer y cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.....	57
Tabla 05: Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de ansiedad en función al año de instrucción en estudiantes del tercer y cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.....	59

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 01: Grafico circular de la distribución porcentual del nivel de ansiedad en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.....	53
Figura 02: Gráfico de barra de la distribución porcentual del nivel de ansiedad en función al género en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.....	55
Figura 03: Gráfico de barra de la distribución porcentual del nivel de ansiedad en función a la edad en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.....	57
Figura 04: Gráfico de barra de la distribución porcentual del nivel de ansiedad en función al año de instrucción en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.....	59

I. INTRODUCCIÓN

La presente investigación deriva de la línea de investigación “Problemas de salud mental”. De acuerdo a Bolaños (2014) la ansiedad es una sensación o un estado emocional normal ante determinadas situaciones y que constituye una respuesta habitual a diferentes situaciones cotidianas estresantes. En otras palabras, la ansiedad es incluso deseable para el manejo normal de las exigencias del día a día. Tan solo cuando sobrepasa cierta intensidad o supera la capacidad adaptativa de la persona, es cuando la ansiedad se convierte en patológica, y provoca malestar significativo con síntomas que afectan tanto al plano físico, como al psicológico y conductual. En el Perú, la ansiedad es uno de los trastornos de moda, ya que los malos hábitos en los patrones de alimentación y sueño, junto con otros aspectos como las prisas, el miedo a no conseguir algo, a perder algo que se valora, a la enfermedad, a no ser el mejor, a lo que pensarán los demás, etc.; generan en los estudiantes niveles de ansiedad; en la actualidad, la ansiedad es un estado que se genera en edad donde se experimentan situaciones peligrosas, por ello, muchas veces suele ser una respuesta que permite encontrar la solución al problema. Por otro lado, el comportamiento en el aula que manifiestan algunos de los estudiantes de las diferentes casas de estudios de la Región Tumbes y especialmente los estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos del año 2018, es un tema que inquieta a los docentes y tutores ya que en el salón se observa el escaso interés en el desarrollo de sus actividades, falta de interés de los padres de familia hacia el estudio de sus hijos, situaciones de pobreza, escasa comunicación familiar, lo que causa poca o escasa estimulación en lo relacionado a sus estudios, viéndose reflejado en su rendimiento académico, esta problemática se ha generado por

conflictos familiares, factores biológicos, situaciones de crisis , estrés cotidiano, centrándose en el área socio familiar, ya que los hogares de los estudiantes no son las más adecuadas por ser de escasos recursos económicos; y a la vez no tener una buena comunicación con sus familiares, estos factores que podrían estar ocasionando la ansiedad, debido la problemática explicada anteriormente, se planteó la pregunta: ¿Cuál es el nivel de ansiedad en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la provincia de Zarumilla –Tumbes, 2018? En base a ello el objetivo general es dar respuesta al enunciado del problema que se planteo es: Determinar nivel de ansiedad en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018. Para lograr el objetivo general se hizo necesario trabajar con los objetivos específicos: 1. Describir el nivel de ansiedad en función al género en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018, 2. Describir el nivel de ansiedad en función a la edad en estudiantes del tercer y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018, 3. Describir el nivel de ansiedad en función al año de instrucción en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018. La presente investigación se consideró importante porque ayudo a determinar cómo es la ansiedad en los educandos del tercer año de educación secundaria, así mismo se justificó desde tres puntos de vista: en el ámbito teórico, la información recolectada sirvió para poder corroborar o refutar los resultados de la variable

trabajada, seguido a ello favoreció a las autoridades, docentes, y profesionales para que tengan de conocimiento sobre la ansiedad, estrategias de afrontamiento en los adolescentes y de esta manera les permitió contrastar su información con esta investigación, en el ámbito práctico, el resultado de esta investigación tuvo significancia para la sociedad, puesto que de esta manera se intervino ante alguna problemática presentada, y contribuyo con el bienestar de los adolescente permitiéndoles prevenir la ansiedad y enseñándoles a manejar sus estrategias de afrontamiento ante las situaciones difíciles que se le presenten y en el ámbito metodológico, se argumentó con el fin de cumplir los objetivos específicos, a través de la aplicación del inventario de ansiedad de Williams Zung. Se utilizó un diseño no experimental, descriptivo; teniendo como población muestral a 130 educandos de ambos sexos del nivel secundaria. La técnica de recolección de datos fue la encuesta; especialmente a través de la aplicación del Inventario de ansiedad de Williams Zung donde el análisis y procesamiento de los datos se realizó en el Microsoft Excel 2016 y en el programa estadístico SPSS versión 22 dando como resultado que el 36.92% (48) educandos de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos del año 2018 se encuentran dentro del nivel de ansiedad leve moderada, sin embargo, en las características sociodemográficas las escolares han obtenido 18.46% (24) en el nivel leve moderada y los escolares han alcanzado en el nivel leve moderado 18.46 (24); de acuerdo a la edad los estudiantes de 13 años han obtenido un 4.61% (6) en el nivel de ansiedad moderada a intensa, a su vez los educandos de 14 se ubican en el nivel de ansiedad moderada a intensa con un 16.16% (21), así mismo los escolares de 15 años han alcanzado un 22.30% (29) ansiedad leve

moderada y por último los estudiantes de 16 años en ansiedad leve moderada tienen un 14.61% (19) y en el año de instrucción los educandos de tercer año han obtenido un 28.46% (37) en el nivel moderada a intensa pero cabe resaltar que los escolares de cuarto año tienen un 36.92% (48) en el nivel leve moderada. Se concluye que los educandos de la Institución Educativa emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos del año 2018 presentan problemas de ansiedad a nivel general, así como en función de las características sociodemográficas. La investigación está organizada en la siguiente manera: título de la tesis, equipo de trabajo, firma del jurado, agradecimiento, dedicatoria, resumen, abstract, índice de tablas, tablas de figuras, introducción, revisión de la literatura, se detalla la metodología, los resultados, análisis de resultados y por último las conclusiones, recomendaciones, concluyendo con las referencias bibliográficas y anexos.

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes internacionales

Acevedo y Carrillo (2010) realizaron una investigación sobre “Adaptación, Ansiedad y Autoestima en Niños de 9 a 12 años: una Comparación entre Escuela Tradicional y Montessori” Tuvo como objetivo general determinar la relación entre los niveles de adaptación, ansiedad y autoestima en niños, la muestra estuvo constituida por 72 alumnos de escuela tradicional y 65 de escuela Montessori de la ciudad de Puebla, de entre 9 y 12 años de edad. En los resultados indica que, a menor grado de autoestima, el nivel de inadaptación se incrementa, asimismo a mayor nivel de inadaptación el puntaje de ansiedad se eleva. El análisis entre ansiedad y autoestima muestra una correlación negativa entre débil y moderada, que permite suponer que a mayor nivel de autoestima el grado de ansiedad baja. Se concluye que la adaptación, la ansiedad y la autoestima son mecanismos fundamentales en el desarrollo humano.

Córdova, Arriagada, Orbenes, Berger, Carrasco, Orellana, y Caamaño (2012) elaboraron un estudio titulado “Ansiedad en estudiantes de 7° y 8° básico de escuelas municipales de Chillán - Chile”. Tuvo como objetivo general relacionar la ansiedad con factores sociodemográficos, el ambiente escolar, el consumo de sustancias psicoactivas y el estado de salud, la muestra estuvo conformada por 253 estudiantes de la Comuna de Chillán en Chile de 7° y 8° de básico. Los resultados evidenciaron que el 75.1% presentó un nivel moderada de ansiedad, en el 55.3% las edades oscilaban entre los 13 y 14 años, el 56.5% eran mujeres, el 62.5% percibían un adecuado funcionamiento familiar, un 60.9% presenta una regular situación

económica. Un 49.4% presentaba un 8 rendimiento escolar entre 5.0 a 5.9, estudiaban media jornada escolar un 76.3%, el 98% veía televisión, practicaban algún deporte el 79.45%, un 64.45% presentaba adecuadas relaciones interpersonales. Así mismo, el 16.9% consumía algún tipo de sustancia psicoactiva, el 36.8% presentaba problemas visuales y un 14.2% problemas auditivos.

Martínez, García & Inglés (2013) realizaron un estudio nombrado “Relaciones entre ansiedad escolar, ansiedad rasgo, ansiedad estado y depresión en una muestra de adolescentes españoles” – España; tuvo como objetivo analizar las relaciones entre la ansiedad escolar, ansiedad rasgo, ansiedad estado y depresión en una muestra de adolescentes españoles, la muestra estuvo constituida por 1409 estudiantes españoles de 12 a 18 años de edad. Los resultados indican que en estado rasgo se ha obtenido el 76,6%, en ansiedad estado el 87,3%, en depresión el 73%. Se concluye que las muestras muestran correlaciones positivas y significativas entre las situaciones y respuestas de ansiedad escolar con ansiedad rasgo, ansiedad estado y depresión. Además, la mayoría de factores situacionales y sistemas de respuesta de la ansiedad escolar son predictores significativos y positivos de la ansiedad rasgo, la ansiedad estado y la depresión.

2.1.2 Antecedentes nacionales

Martínez (2016) en su investigación denominada “Relación entre clima social familiar y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa -Trujillo, 2014.”, tuvo como objetivo general establecer la relación entre el clima social familiar y ansiedad en adolescentes de secundaria; la muestra estuvo conformada por 120 alumnos de ambos sexos, cuyas edades oscilan entre los 12 y 17 años. Los resultados de esta investigación demuestran que el 89.2% de los alumnos registraron un nivel

de ansiedad moderado, en tanto que un 8.3% no registro ansiedad y el 2.5% registro un nivel de ansiedad severo, los niveles de clima social familiar encontrándose un nivel promedio con un 82.5% lo que demuestra que los estudiantes en gran parte tienen adecuadas relaciones con la familia, un 60.0% en dimensión relaciones de clima social familiar, en dimensión desarrollo se encontró un nivel malo con un 55.0%, en la dimensión estabilidad el clima social familiar se encontró que un 54.2% se ubica en un nivel malo. Se concluye que, no existe correlación significativa entre las variables Clima Social Familiar y ansiedad en los adolescentes de secundaria del colegio Divino Maestro 80840 del Distrito de La Esperanza.

Sauna (2016) en su investigación denominada “Ansiedad, estrategias de afrontamiento y agresividad en adolescentes de alto Trujillo - Trujillo, 2016”; tuvo como objetivo general determinar la relación entre ansiedad, estrategias de afrontamiento y agresividad en adolescentes. Tuvo como muestra 206 adolescentes que oscilan entre los 13 y 18 años. Los resultados demuestran que el 56.8% de los adolescentes presentan un nivel de ansiedad de mínima a moderada, el 34.5% no presenta ansiedad, el 8.7% registra una ansiedad marcada o severa; en tanto que ningún adolescente muestra un nivel de ansiedad en grado máximo, en estrategia un 9.2% de los adolescentes tiene falta de afrontamiento, en agresividad se observa que el 43.7% a 74.8%; en las dimensiones; irritabilidad, agresión verbal, agresión indirecta, resentimiento y sospecha, oscilan en el nivel medio, mientras que en la dimensión Agresión física predomina el nivel bajo con un porcentaje de 51%. Se concluye que se evidencia la existencia de una correlación altamente significativa positiva y de grado medio de la ansiedad con la agresividad y con las dimensiones irritabilidad, agresión indirecta y resentimiento, así mismo se puede observar la

existencia de una correlación altamente significativa positiva y de grado débil de la ansiedad con las dimensiones agresión física y sospecha de agresividad.

Castro (2017) realizó una investigación titulada “La ansiedad y logros de aprendizaje en el área de matemática en estudiantes del quinto año de secundaria de la institución educativa San José de Nazareth, UGEL N° 4, Puente Piedra, 2016”. Tuvo como objetivo general determinar los niveles de ansiedad y logros de aprendizaje en el área de matemática en estudiantes del quinto año de secundaria de la institución educativa San José de Nazareth ubicado en el distrito de Puente Piedra. La muestra la conformó 115 estudiantes del quinto año de secundaria, elegidos por conveniencia. Los resultados indican que el 69.57% posee un nivel de ansiedad baja mientras que el 21.74% tiene nivel medio, el 8.70% restante la tiene en grado alto, el 8.70% de la muestra tiene un logro de aprendizaje en el área de matemática a nivel en inicio, el 34.78% tiene un logro de aprendizaje en el área de matemática a nivel en proceso, el 50.43% tiene un logro de aprendizaje en el área de matemática a nivel previsto y finalmente el 6.09% tiene un logro de aprendizaje en el área de matemática a nivel destacado. Se concluyó que existe relación significativa e inversa entre la ansiedad y logros de aprendizaje en el área de matemática en estudiantes del quinto año de secundaria de la institución educativa San José de Nazareth, UGEL N° 4, Puente Piedra, 2016; por ende, se rechazó la hipótesis nula (H0) y se aceptó la hipótesis de investigación (H1).

Alva (2017) en su investigación realizada “Ansiedad rasgo - estado en estudiantes de secundaria víctimas y no víctimas de acoso escolar en dos Instituciones Educativas Públicas en San Juan de Lurigancho - Lima, 2017”. Tuvo como objetivo determinar las diferencias en la ansiedad rasgo – estado en estudiantes de secundaria víctimas y no víctimas de acoso escolar en dos Instituciones Educativas, la muestra estuvo

conformada por 318 alumnos de primero a quinto de secundaria cuyas edades se encuentran entre 11 a 18 años. Los resultados demostraron que no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes víctimas y no víctimas de acoso escolar, la mayor parte de los evaluados obtuvo niveles bajos en Ansiedad Estado y niveles medios en Ansiedad Rasgo. Se concluye que la presente investigación no se encontró diferencias estadísticamente significativas entre la Ansiedad Rasgo-Estado y las participantes víctimas y no víctimas de acoso escolar.

Joronda (2017) en su investigación denominada “Ansiedad y agresividad en estudiantes del 4to y 5to de secundaria de Instituciones Educativas Públicas de Los Olivos – Lima, 2017”. Tuvo como objetivo identificar la relación entre ansiedad y agresividad en estudiantes de secundaria de I.E públicas, se utilizó una muestra de 362 estudiantes de 4° y 5° de secundaria. Los resultados evidenciaron que tanto los hombres como las mujeres evaluados pueden presentar en igual proporción ansiedad y agresividad. El nivel predominante de ansiedad es el promedio con 24%; así mismo en la agresividad es el nivel medio con 31.5%. Se concluye que existe una relación muy significativa, de tipo directa y de intensidad fuerte entre la ansiedad y la agresividad, confirmando así que, a más ansiedad, más agresividad.

Málaga (2017) elaboro un estudio denominado “Ansiedad y agresividad en estudiantes de secundaria de instituciones educativas nacionales del distrito de Ancón, 2017”. Tuvo como objetivo general identificar la relación entre ansiedad y agresividad en los estudiantes de secundaria de colegios nacionales del distrito de Ancón, se utilizó una muestra de 306 estudiantes de 1° a 5° de secundaria de ambos sexos de los cuales 173 fueron hombres y 133 mujeres con edades entre los 12 a 16 años. Los resultados

indican que en agresividad el nivel muy alto con un 57.2%, seguido de un nivel muy bajo con un 27.1%, un nivel medio con un 11.4% y finalmente un nivel bajo con un 4.2%, en ansiedad, el nivel alto con un 61.8% dentro de los estudiantes, seguido del nivel leve con un 26.8% y finalmente el nivel moderado con un 11.4%. Se concluye que existe una relación positiva y directa entre ambas variables en los estudiantes, ya que asumen un valor de $\rho=0.813$, siendo significativa.

Clavijo (2017) en su tesis titulada “Ansiedad y la comprensión lectora en estudiantes de primer año de secundaria de la Institución Educativa 6094 Chorrillos – Lima, 2016”. Tuvo como objetivo general determinar la relación entre ansiedad y la comprensión lectora en estudiantes de primer año de secundaria, la muestra fue de 134 estudiantes de primer año de secundaria. Los resultados indican que el 49,3% (66) tiene un nivel medio de ansiedad, el 44,8% (60) tiene un nivel bajo de ansiedad y el 6% (8) tiene un nivel alto de ansiedad, el 48,5% (65) tiene un nivel logrado de comprensión lectora, el 39,6% (53) tiene un nivel en proceso de comprensión lectora y el 11,9% (16) tiene un nivel en inicio de comprensión lectora. Se concluye que existe relación inversa y significativa entre ansiedad y la comprensión lectora en los estudiantes de primer año de secundaria de la institución educativa 6094. Chorrillos. 2016; ya que el nivel de significancia calculada es $p < .01$ y el coeficiente de correlación de Rho de Spearman tiene un valor de $-.715$. Correlación alta

Amoretti (2017) en su investigación titulada “Ansiedad frente a exámenes y afrontamiento de estrés en adolescentes de un Centro Educativo de villa el Salvador” – Lima. Tuvo como objetivo general determinar la relación que existe entre la ansiedad frente a exámenes y el afrontamiento de estrés en adolescentes de un Centro Educativo de Villa el Salvador, la muestra estuvo conformada por 326 estudiantes, de ambos

sexos, cuyas edades oscilaban entre 12 a 18 años. Los resultados indican que el 52,45% (171) de sujetos presentan un nivel promedio de ansiedad frente a exámenes, así mismo el 15,03% (49) sujetos presentan un nivel alto de ansiedad y por último, el 8,59% (28) de sujetos presentan un nivel muy bajo de ansiedad frente a exámenes, respecto al afrontamiento de estrés, se observa que el 49.08% (160) del total de adolescentes escolares de la población se ubicó en el nivel promedio, seguido de un 17.18% (56) que obtuvo un nivel bajo, mientras que un 8.90% (29), se ubicaron en el nivel muy bajo. Se concluye que, si existe relación entre las dos variables de estudio, por lo tanto, decimos que los alumnos del Centro Educativo Cristo El Salvador presentan una capacidad de afrontamiento al estrés y una baja ansiedad ante los exámenes.

2.1.3 Antecedentes locales

Melgar (2017) realizó una investigación “Relación entre autoestima y la ansiedad en los estudiantes de secundaria de la institución educativa N° 019 Isabel Salinas Cuenca de Espinoza del distrito de Corrales –Tumbes”, tuvo como objetivo general determinar la relación entre autoestima y la ansiedad en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa N° 019 Isabel Salinas Cuenca de Espinoza; la población muestral estuvo conformada por 108 estudiantes. Los resultados obtenidos indican que el 36% de los estudiantes de la Institución educativa N° 019 Isabel Salinas Cuenca de Espinoza se ubican en el nivel media de autoestima y el 48% se ubican en un nivel mínimo a moderado de ansiedad. Se concluye que no existe relación significativa entre la autoestima y la ansiedad en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa N° 019 Isabel Salinas Cuenca de Espinoza del distrito de Corrales.

García (2017) realizó un estudio llamado “Relación entre motivación de logro y la ansiedad en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa San Jacinto del distrito de San Jacinto - Tumbes, 2016”. Tiene como objetivo general determinar la relación entre motivación de logro y la ansiedad en los estudiantes de la “Institución Educativa secundaria San Jacinto del Distrito de San Jacinto; la muestra estuvo conformada por 169 estudiantes. Los resultados indican que en la motivación de logro en los estudiantes se ubican en el nivel de tendencia alto con un 95.9%, el 88.8% de los estudiantes se ubican en el nivel de tendencia bajo. Se concluye que con el presente estudio se ha determinado que no existe una relación significativa ($p < 0,01$) entre la motivación de logro y la ansiedad en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa San Jacinto del Distrito de San Jacinto.

Montealegre (2017) llevó a cabo un estudio titulada “Relación entre autoestima escolar y la ansiedad en los estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la institución educativa N° 098 “El gran Chilimasa” de la provincia de Zarumilla -Tumbes, 2017”. La presente investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre autoestima escolar y la ansiedad en los estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa N° 098 “El Gran Chilimasa” de la provincia de Zarumilla, tuvo como muestra a 127 estudiantes. Los resultados indican que el 48% de los estudiantes se ubican en un nivel medio, 52% se ubica en un nivel bajo de la autoestima escolar, el 1.6% obtiene un nivel de ansiedad severa, el 31.5% se ubica en un nivel de ansiedad moderada y un 66.9% obtiene un nivel normal de ansiedad. Se concluye que no existe relación significativa entre la autoestima escolar y la ansiedad en los estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa N° 098 “El Gran Chilimasa”.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Ansiedad

2.2.1.1. Definición

Para Cisneros y Mantilla (2016) es una de las dificultades que inquieta al gobierno peruano, no solo por los casos detectados sino también por consecuencias, ya que, se ha vuelto común, crónica, recurrente y de tendencia familiar que puede perdurar en la adultez, dado que los factores causantes ocasionan un problema de salud mental en los niños y/o adolescente.

De acuerdo a Sum (2015) es una experiencia emocional que todos estamos familiarizados con ella, pero no por eso fácil de definir, es decir, es un fenómeno normal que lleva al conocimiento del propio ser, que moviliza las operaciones defensivas del organismo, es base para el aprendizaje, estimula el desarrollo de la personalidad, motiva el logro de metas y contribuye a mantener un elevado nivel de trabajo y conducta.

Para Alva (2017) se presenta en el ser humano y oscila desde una respuesta adaptativa hasta un trastorno incapacitante. Es decir, que, bajo condiciones normales, mejoran el rendimiento y la adaptación al medio social y académico. El estado de ansiedad puede movilizar a la persona frente a situaciones amenazantes o preocupantes, de forma que hace lo necesario para evitar el riesgo, neutralizarlo, asumirlo o afrontarlo adecuadamente.

Para Bojorquez (2015) puede definirse como una anticipación de un daño o desgracia futuros, acompañada de un sentimiento de disforia y de síntomas somáticos

de tensión. Es una señal de alerta que advierte sobre un peligro inminente y permite a la persona que adopte las medidas necesarias para enfrentarse a una amenaza. Es importante entender la ansiedad como una sensación o un estado emocional normal ante determinadas situaciones y que constituye una respuesta habitual a diferentes situaciones cotidianas estresantes.

Según Mayta (2011) refiere que la ansiedad se define como un estado de sentimientos de aprehensión, tensión que surge anticipadamente ante una amenaza, un hecho real o imaginario, por lo que el tipo de reacción y grado dependerán de la predisposición del individuo con inquietud y esta puede ser excesiva. Esta ansiedad puede jugar un papel estimulante o inhibidor del rendimiento académico, de acuerdo con los resultados del estudio y la revisión bibliográfica. (p.1)

2.2.1.2. Enfoques psicológicos en la historia de la ansiedad

La ansiedad es un sistema de alerta del organismo ante situaciones consideradas amenazantes, es decir, situaciones que afecta y se tiene algo que ganar o que perder. Según Menacho y Plasencia (2016) al largo de los años la ansiedad, ha sido nueva y escasamente se conocía como un trastorno antes del siglo XIX, no obstante, existen sospechas de que la ansiedad fue reconocida como un resultado negativo y como un trastorno espaciado por los filósofos y médicos grecorromanos.

Cisneros y Mantilla (2016) la ansiedad como un estado emocional que se hace presente ante situaciones de peligro o riesgo, en donde el niño presenta procesos cognitivos sobrevalorados sobre el peligro, observándose una distorsión; perjudicándolo de forma íntegra en todos los contextos en los que se desenvuelve,

como lo son problemas relacionados con el fracaso escolar, baja autoestima, soledad y salud física.

Muchas teorías intentan explicar cómo es que se origina la ansiedad, dada su importancia como causa de muchos problemas clínicos, de acuerdo a Vargas (2018) algunas de ellas son las siguientes:

2.2.1.2.1. Teoría psicodinámica

Formulada por Freud señala que la angustia es más un proceso biológico insatisfecho dando como respuesta del organismo ante la sobreexcitación derivada del impulso sexual o libido, para posteriormente llegar a otra interpretación en donde la angustia sería la señal peligrosa en situaciones de alarma. Según esta teoría, la angustia procede de la lucha del individuo entre el rigor del súper yo y de los instintos prohibidos donde los estímulos instintivos inaceptables para el sujeto desencadenarían un estado de ansiedad.

2.2.1.2.2 Teorías conductistas

El conductismo se basa en que todas las conductas son aprendidas y en algún momento de la vida se asocian a estímulos favorables o desfavorables adoptando así una connotación que va a mantenerse posteriormente.

Según esta teoría, la ansiedad es el resultado de un proceso condicionado de modo que los sujetos que la padecen han aprendido erróneamente a asociar estímulos en un principio neutros, con acontecimientos vividos como traumáticos y por tanto amenazantes, de manera que cada vez que se produce contacto con dichos estímulos se desencadena la angustia asociada a la amenaza. La teoría del aprendizaje social dice

que se puede desarrollar ansiedad no solo a través de la experiencia o información directa de acontecimientos traumáticos, sino a través del aprendizaje observacional de las personas significativas al entorno.

Para Flores (2017) el enfoque conductual, la ansiedad es el resultado de un proceso condicionado de modo que quienes la padecen han aprendido a asociar estímulos inicialmente neutros con sucesos traumáticos y amenazantes, de manera que cada vez que se produce contacto con dichos estímulos se desencadena la angustia asociada a la amenaza. Esta escuela utiliza frecuentemente en el estudio de la respuesta de ansiedad los términos de miedo y temor. (p.42)

2.2.1.2.3. Teorías Cognitivistas

Para Málaga (2017) la presente investigación tiene como base la teoría neurofisiológica que refiere que la ansiedad se produce por estímulos externos o como producto de una alteración en la comunicación entre el cuerpo y el cerebro, que harán que se active el sistema nervioso. (p.15)

Considera la ansiedad como resultado de "cogniciones" patológicas. Se puede decir que el individuo "etiqueta" mentalmente la situación y la afronta con un estilo y conducta determinados. Por ejemplo, cualquiera puede tener una sensación física molesta en un momento determinado, si bien la mayoría no concede ningún significado a esta experiencia. No obstante, existen personas que interpretan ello como una señal de alarma y una amenaza para su salud física o psíquica lo cual provoca una respuesta neurofisiológica desencadenando así la ansiedad.

Según Jornada (2017) manifiesta que inicia desde los años 60, desde la perspectiva conductista, la ansiedad era el producto de la influencia del ambiente. Desde este enfoque, se pone énfasis en los procesos implicados en la evaluación y respuesta a los estímulos del ambiente. Si el producto a la evaluación es una amenaza, se inicia una reacción de ansiedad, presentándose los síntomas que caracterizan a esta variable. Se han estudiado si los procesos cognitivos pueden producir una reacción de ansiedad y si los niveles de ansiedad pueden modificar los procesos cognitivos. (p.15)

Así mismo Málaga (2017) esta teoría explica que los individuos perciben las situaciones tanto del interior y del exterior para luego evaluarlas y sacar conclusiones mentalmente, dando así una respuesta emocional que esté ligada a sus acontecimientos del pasado, etiquetando las situaciones para afrontarlas con estilo y conductas insertadas. Los pacientes sobrevaloran las amenazas del exterior, sintiéndose poco capaces de afrontar estas situaciones, interpretándolas catastróficamente, manifestándolas en los síntomas y signos de la ansiedad. Es decir, la mayoría de las personas que sienta una molestia física en un determinado momento, no le concede significado alguno, sin embargo, hay personas que entienden eso como un indicador de alarma y que pone en riesgo su integridad física y psicológica, lo cual provoca que se desencadene la ansiedad. (p.15)

2.2.1.3. Tipos de ansiedad

2.2.1.3.1. Ansiedad estado

Según Spielberger (citado en Bolaños, 2014, p.12) es un estado emocional momentáneo que se caracteriza por sentimientos negativos que eran percibidos por la atención, aprensión y por hiperactividad del sistema nervioso autónomo.

La ansiedad se puede manifestar por diversas situaciones y la cual es originada por situaciones angustiosas que se basan en las percepciones e interpretaciones que cada ser humano. De acuerdo a Bolaños (2014) este suceso puede ser liberado por un estímulo externo que es peligroso o amenazante.

2.2.1.3.2. Ansiedad rasgo

Para Sppielberg (citado por Bolaños, 2014, p.15) la ansiedad se encuentra a niveles altos, relativamente estable, que se caracteriza en individuos que presentan una tendencia a percibir las situaciones como amenazadoras; así mismo, observa un estilo característico o tendencia temperamental a responder todo el tiempo de la misma forma, sean circunstancias estresantes o no. Una persona que ha estado ansiosa todo el tiempo, posee una actitud de aprensión, y ha conformado toda una estructura más o menos estable de vida en función al rasgo de ansiedad, siendo esta conocida como ansiedad crónica. Esta persona tiene más probabilidades en el futuro de desarrollar un trastorno de ansiedad que otra que no posee este rasgo; teniendo así mayores posibilidades de ser más vulnerables al estrés, donde a su vez considerará un gran número de situaciones como peligrosas. Por otro lado; los sujetos con ansiedad rasgo muy bajos se las puede considerar como personas insensibles o indiferentes con las demás personas. En general, las personas con alta ansiedad peculiar con más vulnerables a la evaluación de los demás porque se sub estima y les falta confianza en sí mismo.

2.2.1.4. Niveles de ansiedad

Según Martines y Cerna (citado por García, 2017, p.45) la ansiedad se clasifica por niveles o grados de intensidad en leve, moderada y grave donde cada uno de los

niveles hay manifestaciones diferentes que varían de intensidad y tienen una incidencia sobre las respuestas de la persona en sus diferentes dimensiones

2.2.1.4.1. Ansiedad leve

El nivel de ansiedad leve caracteriza al ser humano para estar en listo en cualquier caso de emergencia, a su vez este nivel de ansiedad también se denomina ansiedad benigna o tipo ligero de ansiedad y su reacción fisiológica es mostrar respiración entrecortada, ocasional frecuencia cardiaca y tensión ligeramente elevada, síntomas gástricos leves, tic facial, temblor de labios.

A su vez Málaga (2017) la ansiedad leve “se interpreta por un nivel de alarma en la que la percepción y la atención de las personas se incrementan. Sin embargo, la capacidad para afrontar y resolver situaciones problemáticas está conservadas. Este nivel de ansiedad provoca insomnio y cansancio.” (p.15)

2.2.1.4.2. Ansiedad moderada

Este nivel de ansiedad limita al individuo, donde experimenta restricciones para distinguir lo que está pasando al entorno para observar si otra persona le dirige la atención hacia cualquier sitio periférico y su reacción fisiológica es:

- Respiración entrecortada frecuente
- Crecida de la frecuencia cardiaca
- Tensión arterial elevada
- Boca seca
- Estomago revuelto
- Anorexia

- Diarrea o estreñimiento
- Temblor corporal
- Expresión facial de miedo.

De acuerdo a Málaga (2017) refiere que “existe una deficiencia de interés, percepción y de examinar de forma objetiva las situaciones, así como dificultades para la concentración. A nivel fisiológico hay un incremento de la frecuencia cardiaca y respiratoria, además de temblores y estremecimiento.” (p.16)

2.2.1.4.3. Ansiedad grave

En este nivel de ansiedad es notoria ya que el individuo no observa lo que está pasando en su entorno donde es incapaz de hacerlo, aunque otra persona dirija su atención hacia la situación y su reacción fisiológica es respiración entrecortada, sensación de ahogo o sofoco, hipotensión arterial, movimientos involuntarios, puede temblar todo el cuerpo, expresión facial de terror.

Según Málaga (2017) la ansiedad grave es “caracterízala por la incapacidad para concentrarse y una distorsión de la realidad. Se evidencia a través de taquicardias, dolor de cabeza y/o náuseas.” (p.16)

2.2.1.5. Manifestaciones de la ansiedad

Para Baeza y Balaguer (2008) afirman que los síntomas de la ansiedad son muy variados, y que pueden clasificarse manifestaciones físicas, manifestaciones psicológicas, manifestaciones en la conducta, manifestaciones intelectuales o cognitivos, manifestaciones sociales.

2.2.1.5.1. Manifestaciones físicas

Para Baeza y Balaguer (2008) las manifestaciones físicas son:

- Taquicardia
- Palpitaciones
- Opresión en el pecho
- Falta de aire
- Temblores
- Sudoración
- Molestias digestivas
- Náuseas
- Vómitos
- Nudo en el estómago
- Tensión y rigidez muscular
- Cansancio
- Hormigueo
- Sensación de mareo e inestabilidad
- Alteraciones del sueño, la alimentación y la respuesta sexual

2.2.1.5.2. Manifestaciones Psicológicas

Para Baeza y Balaguer (2008) las manifestaciones psicológicas son:

- Inquietud,
- Agobio
- Sensación de amenaza o peligro

- Ganas de huir o atacar
- Inseguridad
- Sensación de vacío
- Sensación de extrañeza o despersonalización
- Temor a perder el control
- Recelos
- Sospechas
- Incertidumbre
- Dificultad para tomar decisiones
- Temor a la muerte, la locura o el suicidio.

2.2.1.5.3. Manifestaciones en la conducta

Para Baeza y Balaguer (2008) las manifestaciones en la conducta son estados de alerta e hipervigilancia:

- Bloqueos,
- Torpeza o dificultad para actuar,
- Impulsividad,
- Inquietud motora,
- Dificultad para estarse quieto y en reposo.

Estos síntomas vienen acompañados de cambios en la expresividad corporal y el lenguaje corporal:

- Posturas cerradas,
- Rigidez,

- Movimientos torpes de manos y brazos,
- Cambios en la voz, expresión facial de asombro,
- Duda o crispación.

2.2.1.5.4. Manifestaciones intelectuales o cognitivos

Son las dificultades de atención, concentración y memoria, aumento de los despistes y descuidos, pensamientos distorsionados o inoportunos, incremento de las dudas y la sensación de confusión, tendencia a recordar sobre todo cosas desagradables, sobrevaloración de pequeños detalles desfavorables, abuso de la prevención y de la sospecha, interpretaciones inadecuadas, susceptibilidad.

2.2.1.5.5 Manifestaciones sociales

Para Baeza y Balaguer (2008) las manifestaciones sociales son:

- Irritabilidad
- Hostilidad
- Ensimismamiento
- Dificultades para iniciar o seguir una conversación
- Bloquearse o quedarse en blanco a la hora de preguntar o responder
- Dificultades para expresar las propias opiniones o hacer valer los propios derechos
- Temor excesivo a posibles conflictos

2.2.1.6. Síntomas de la ansiedad en adolescentes

Según Martínez, García & Inglés (2013) los síntomas que presentan la ansiedad en adolescentes es

- Intranquilidad
- Sudoración
- Recelo
- tensión muscular
- Duda
- Pulsaciones
- Dificultad para tomar decisiones
- Desconfianza
- Temblores
- pensamientos negativos sobre uno mismo
- Evitación de situaciones temidas
- Pensamientos negativos sobre nuestra actuación en los otros
- Fumar en exceso
- Temor a que se den cuenta de nuestras dificultades
- Molestares gástricas
- Dificultades para pensar en estudiar o concentrarse
- Dolores de cabeza
- Mareos
- Náuseas

Por otro lado, Csóti (citado por Paredes, 2018, p.8) manifiesta que los síntomas se presentan de una manera temprana y son los indicios de que algo no está bien con ellos y que se encuentra en una situación de angustia los padres de familia deben buscar la causa, los niños que presentan síntomas de ansiedad no disfrutan de las actividades ni de la compañía de los demás, por ello, si los síntomas llevan presentándose en ellos por mucho tiempo deben: Buscar ayuda profesional,

2.2.1.7. Causas de la ansiedad

El ser humano es un ser vivo que se desarrolla en un entorno social donde interactúa y genera una fuente de oportunidades para su deleite personal en sus necesidades e intereses, pero también de riesgos y amenazas. Para Clavijo (2017) la relación de la persona con el medio en donde se rodea causa que deba combatir, evitar, minimizar o contrarrestar los complejos mecanismos destinados a preservarse y optimizar la adaptación a diferentes entornos y circunstancias.

Así mismo Melgar (2017) la ansiedad es una vía de alerta que presenta el ser humano ante situación amenazadora, es decir, son circunstancias que nos afectan y en las que tenemos algo que ganar o que perder, por ello, la función de la ansiedad es advertir y activar al organismo, movilizarlo, frente a situaciones de riesgo cierto o probable, quimérico o real, de forma que pueda salir airoso de ellas.

Para Cisneros y Mantilla (2016) existe una gran variedad de factores que se asocian a la ansiedad durante el embarazo, capaces de contribuir a experimentar un mayor o menor nivel de ansiedad del niño durante la gestación. Entre ellos, se encuentra:

- a. Embarazo no deseado
- b. Temor sobre el parto
- c. Ser hijo único o el primero
- d. Descuido del niño por parte de los padres

Otro elemento importante a resaltar es tener una discapacidad física que incrementa los niveles de la ansiedad, ya que para los niños el dolor es difícil de tolerar, lo cual el sentirse mal podría conducirlo hacia un desajuste emocional. Por otro lado, dicha enfermedad puede obligar al niño a quedarse en un centro hospitalario en donde se vea obligado a separarse de sus padres o de las personas que sean más significativas para el niño. (p.23)

2.2.1.8. Consecuencias de la ansiedad

De acuerdo a Serrano, Rojas & Ruggero (2013) las consecuencias de la ansiedad en diversas personas cuando perciben un nivel elevado de ansiedad o un ataque de pánico creen que van a tener un ataque al corazón o que van a morir, por eso, el cuerpo está en estado de alerta incitada ante la interpretación de una situación como amenazante o peligrosa, es decir, las impresiones que experimentan pueden ser penetrantes y rigurosos, pero son asumibles para el organismo sin mayores riesgos. Sin embargo, un estado de activación emocional elevada mantenido durante un período largo de tiempo puede aumentar la probabilidad de desarrollar problemas de salud, cansancio crónico, agotamiento, disminución de las defensas, trastornos psicofisiológicos, etc.

Según Manchay (2017) cuando el trastorno de ansiedad no se trata puede producir una serie de consecuencias físicas que a largo plazo pueden poner en grave

riesgo la salud. Esos efectos o consecuencias de la ansiedad están muy relacionados con sus propios síntomas. Cuando observamos síntomas como la taquicardia, los mareos o la dificultad para respirar, pueden darnos una pista de hacia dónde se dirigen las consecuencias de la ansiedad, existe el riesgo a largo plazo de padecer enfermedades cardiovasculares, neurológicas y pulmonares si el trastorno de ansiedad no recibe el tratamiento adecuado. A corto plazo, los efectos de los trastornos de ansiedad pueden ser dolor de cabeza recurrente, mareos y vértigos, problemas gastrointestinales, hipertensión, insomnio, dolores musculares y fatiga crónica, entre otros. Y todas estas consecuencias de la ansiedad podemos evitarlas si buscamos ayuda para tratar la ansiedad. Las consecuencias psicológicas pueden llegar a ser aún más graves, síntomas como la inseguridad y el temor pueden llevarnos a una situación de aislamiento social, a recluarnos por el miedo. Aunque la principal consecuencia de un trastorno de ansiedad que no se trata es la depresión. (p.21)

2.2.1.9. Importancia de la ansiedad

Para Piemontesi, Heredia, Furlan, Sánchez-Rosas & Martínez (2012) la ansiedad es preocupante, ya que, cuando un ser humano tiene que enfrentar situaciones amenazantes pueden implicar, es decir, la ansiedad es una emoción común y normal de las personas frente a situaciones estresantes y de incertidumbre y la emoción cumple una función útil que permite adaptarnos a la vida.

Por eso, la ansiedad le permite al ser humano estar en alerta, así mismo ayuda a ser más lucrativo y de efectuar el trabajo de manera más eficiente. Hay momentos en los que la ansiedad más que resultarnos útil se convierte en un obstáculo para llevar una vida normal. Esto ocurre cuando aparecen síntomas de ansiedad sin motivos

aparentes, o bien, que el nivel de ansiedad ante un acontecimiento es totalmente desproporcionado respecto al peligro real que supone.

Según Manchay (2017) la ansiedad también puede llevar a padecer otros trastornos psicológicos, otros tipos de trastornos de ansiedad, menos habituales que la ansiedad generalizada, como el trastorno obsesivo compulsivo, el trastorno de pánico o las fobias. Todo ello con grave riesgo de afectar la vida social, laboral y familiar. Esta ruptura con la sociedad, con el entorno más cercano y con uno mismo, nos lleva a una de las consecuencias más frecuentes de los trastornos de ansiedad, que son: las adicciones, Drogas, alcohol o cualquier otro medio que nos permita evadirnos por un segundo de la ansiedad pero que puede acabar destrozando nuestra vida o incluso al borde del suicidio. (p.22)

2.2.1.10. Factores que influyen en la ansiedad

Para Melgar (2017) los factores que influyen en la ansiedad son a causa de los trastornos de ansiedad que no son totalmente conocidas, pero parece que pueden originarse por la combinación de varios factores.

2.2.1.10.1. Factores genéticos

Preocupación excesiva reflejada en pensamientos e imágenes negativas sobre la situación, percepción de la situación como incontrolable por su parte, evaluación negativa de los estímulos, imaginación de la ejecución de respuestas de evitación, preocupación excesiva e irrealista sobre sus síntomas físicos y los de las personas.

2.2.1.10.2. Factores neurobiológicos

La ansiedad es la activación del sistema nervioso consecuente con estímulos externos o como resultado de las estructuras de la función cerebral, la activación se produce como síntomas periféricos derivados del sistema nervioso vegetativo y del sistema endocrino o del sistema límbico y de la corteza cerebral que se traducen en síntomas psicológicos de ansiedad, como resultado de estímulos externos o de un trastorno endógeno de las estructuras o de la función cerebral.

2.2.1.10.3. Factores psicológicos, sociales y culturales.

Para Melgar (2017) los factores psicológicos, sociales y culturales son:

- Inquietud
- Agobio
- Sensación de amenaza o peligro
- Ganas de huir o atacar, inseguridad
- Sensación de vacío,
- Sensación de extrañeza o despersonalización
- Temor a perder el control
- Recelos
- Sospechas
- Incertidumbre
- Dificultad para tomar decisiones y en casos más extremos
- Temor a la muerte
- Locura o el suicidio

2.2.1.11. Evolución de la ansiedad

Los problemas de ansiedad cursan con períodos de reducción y desaparición de los síntomas durante un intervalo de tiempo variable. Al igual que ocurre con cualquier otra enfermedad crónica, con un tratamiento apropiado, se puede convivir con este problema de manera adecuada, restableciéndose la normalidad en su vida. Por ello, no sufra innecesariamente y acuda a su centro de salud lo antes posible, ya que la evolución de su problema será más favorable cuanto antes sea detectado. Un tratamiento efectivo le ayudará a disminuir los síntomas, a mejorar su autoestima y a volver a disfrutar de su vida de nuevo. En ocasiones, se tienen altibajos durante el proceso, pero los obstáculos y pasos atrás son parte normal del aprendizaje.

Para Bragado, Bersabe & Carrasco (1999) la ansiedad es una respuesta ante la anticipación de algo estresante, y puede generar reacciones diversas y mucho más ante los exámenes afecta tanto al cuerpo como a la mente, es decir, si un individuo está bajo estrés, su cuerpo se activa y se libera la adrenalina, la cual hace que prepare para el peligro, y por ende causa los síntomas corporales, como el sudor, los latidos fuertes en el pecho y la aceleración de la respiración, a su vez estas sensaciones pueden ser leves o intensas.

Así mismo Guillermo (2015) la ansiedad genera un círculo vicioso: cuanto más se centra una persona en las cosas negativas que le pueden ocurrir, más se intensifica su ansiedad. Esto hace que la persona se encuentre peor y, al estar su mente llena de miedos y de pensamientos que crean distracción, más aumentan las probabilidades de que le vaya mal el examen. (p.23)

2.2.1.12. Manifestaciones de la ansiedad

Para Bragado, Bersabe & Carrasco (1999) los indicios de la ansiedad son múltiples que son:

- Taquicardia
- Palpitaciones
- Opresión en el pecho
- Falta de aire
- Temblores
- Sudoración
- Molestias digestivas
- Náuseas
- Vómitos
- Nudo en el estómago
- tensión y rigidez
- Muscular
- Cansancio
- Hormigueo
- Sensación de mareo e inestabilidad
- Inquietud
- Agobio
- Sensación de amenaza o peligro
- Ganas de huir o atacar
- Inseguridad

- Sensación de vacío
- Sensación de extrañeza o despersonalización
- Temor a perder el control
- Recelos
- Sospechas
- Incertidumbre
- Impulsividad
- Inquietud motora
- Dificultad para estarse
- Pensamientos retorcidos o inadecuados
- Incremento de las dudas
- Impresión de confusión
- Sobrevaloración de desfavorables
- Interpretaciones inadecuadas
- Susceptibilidad
- Bloquearse o quedarse en blanco a la hora de preguntar o responder
- Dificultades para expresar las propias opiniones o hacer valer los propios derechos
- Temor excesivo a posibles conflictos.

2.2.1.13. Características generales de ansiedad

Según Clavijo (2017) manifiestan que las características que existen en la ansiedad son:

- Desesperación

- Indolencia
- Apatía
- Pensamiento perjudicial
- Baja autoestima
- Desaliento
- Ideas de muerte
- Falta de concentración
- Abandono personal
- Aislamiento
- Intentos de suicidio
- Alteraciones del sueño disfunciones sexuales
- Irritabilidad
- Preocupación
- Inadecuada relación intrapersonal
- Insomnio
- Alteraciones de la concentración
- Atención y de la memoria que mejora cuando evoluciona la sintomatología depresiva.

2.2.1.14. Trastornos de Ansiedad

De acuerdo Céspedes (2015) las perturbaciones de ansiedad como las perturbaciones mentales comprenden una sucesión de cuadros clínicos, Según el American Psychological Association, DSM-IV-TR (2005) las perturbaciones de ansiedad son:

- Crisis de angustia la cual se determina por la aparición de señales de desconfianza,
- Miedo
- Terror
- Falta de aliento
- Pulsaciones
- Impresión de atragantamiento o sofocación
- Miedo a volverse desequilibrado o perder el control

A Mayta (2011) el grado en que los trastornos de ansiedad pueden interferir la vida mental no es ninguna novedad para los docentes. Los alumnos que se sienten ansiosos, enfurecidos o deprimidos en la mayoría de los casos, no llegan a asimilar los contenidos de estudio; es decir la gente que se ve atrapada en esos estados de ánimo no asimila la información de manera eficaz. Los pensamientos negativos poderosos desvían la atención hacia las propias concentraciones, interfiriendo el intento de concentrarse en otra cosa. El estudiante que supera estos aspectos con éxito se ve a sí mismo de forma positiva, tiene un alto nivel de concepto de sí mismo, es optimista frente a su futuro y tiene confianza en su habilidad como estudiante y como persona. (p.10)

5.2.1.15. Tratamiento de la ansiedad

Para García (2017) el tratamiento de la ansiedad tiene como finalidad encaminar y empujear la ansiedad, para impulsar instrumentos, proporcionando que el paciente pueda, en el futuro, frenarla e impedir que prospere, de ese modo dominar la situación. Por otro lado, este mismo autor, manifiesta que la psicoterapia crea un clima

positivo que permite corregir los mecanismos inadecuados de la personalidad, así mismo, es capaz de comprender, de cambiar de pensamientos, sentimientos y conductas propias del ser humano.

5.2.1.16. Dimensiones de la ansiedad

Según Céspedes (2015) indica que la ansiedad se divide en dimensiones, que son las siguientes:

2.2.1.16.1. Dimensión física

Esta dimensión hace referencia a las personas y la que tienen estos al sentirse atractivo físicamente y el sentirse fuerte, capaces de cuidarse, saben qué cosas pueden hacer bien y qué pueden mejorar, Se sienten bien consigo mismas y expresan su opinión ante los demás; en cambio, en las niñas, el sentirse armoniosa y coordinada, son creativas y originales, inventan cosas, se interesan por realizar tareas desconocidas, aprenden actividades nuevas, se implican en ello.

2.2.1.16.2. Dimensión social

Esta dimensión influye en el sentimiento de pertenencia, con esto quiero decir, que el ser humano debe ser aprobado y reconocido por los demás y sentirse parte de que pertenece a un determinado grupo, la dimensión social se atañe con el hecho de concebirse competente de afrontar con triunfo en situaciones difíciles.

2.2.1.16.3. Dimensión afectiva

Se debe a sentirse amable o desagradable; firme o inseguro; animoso, quieto o inquieto; generoso o tacaño, es decir, la autoaceptación representa el mostrarse

conforme de lo que somos y el ser amados y respetados a pesar de nuestras imperfecciones.

2.2.1.16.4. Dimensión académica

Genera que la cabida que tiene el escolar a la hora de afrontar con triunfo los momentos de adversidad académica y específicamente a la capacidad de rendir bien y ajustarse a las exigencias sociales y también influye que la autovaloración es de las capacidades intelectuales, como sentirse inteligente, creativo y constantes, desde el punto de vista intelectual.

2.2.1.16.5. Dimensión ética

Se relaciona con el hecho de sentirse una persona buena y confiable. También incluye atributos como sentirse responsable, trabajador, etc. La dimensión ética depende de la forma en que el sujeto interioriza los valores y las normas y de cómo se ha sentido frente a los adultos cuando las ha transgredido o ha sido sancionado.

2.2.2. Influencia de la ansiedad en la adolescencia

La adolescencia hace referencia a la etapa de vida que contempla la vitalidad y dificultades que puede tener el ser humano, donde también se genera la ansiedad, puesto que en esta etapa suele tener problemas que muchas veces no pueden encontrar solución. De acuerdo a Sum (2015) la ansiedad adolescente se distingue como una inquietud con él mismo, donde se percibe como un problema o una conmoción de desasosiego o presentimiento doloroso. Cabe mencionar que el adolescente disfruta el deseo de reafirmar su identidad, d mayor autonomía, razón por el cual indaga acontecimientos o experiencias para formar conflictos con la autoridad estos deseos

originan en el angustia e inseguridad. Por eso, la ansiedad es provocada por el abandono del mundo en la cual se sentía seguro y entrar a otro con el cual no se siente identificado.

2.2.2.1. Influencia de la ansiedad en el rendimiento académico

Para Bojorquez (2015) la ansiedad y rendimiento académico parte de la teoría de Hanin, que para que los estudiantes desarrollen una conducta académica triunfante, se deberá presentar niveles medios de ansiedad que les servirán para tomar sus estudios y aplicarse a ellos, pero esos niveles no deberán sobrepasar un determinado rango, ya que si así ocurriera, los estudiantes estarían demasiado abrumados para lidiar con los retos académicos a los que se tienen que enfrentar, a lo largo de su entrenamiento.

Para Mayta (2011) manifestó que “la influencia de la ansiedad en el ámbito educativo ha sido de considerable interés para los docentes, quienes han observado que algunos de sus estudiantes tienen ejecuciones académicas bajas en situaciones caracterizadas por altos grados de ansiedad” (p.3)

El comportamiento ansioso en una situación de exámenes también es un constructo multidimensional que se define como un conjunto de respuestas emocionales con componentes cognitivos, fisiológicos y conductuales que acompañan y alteran el desempeño y que consta de preocupaciones acerca de posibles consecuencias negativas o de fracaso en una situación evaluativa. Es posible que la necesidad de obtener un adecuado rendimiento académico se pueda convertir en un factor estresante para los estudiantes.

Cuando la preocupación por tener una ejecución académica es alta, especialmente previa a los exámenes, la ejecución puede ser deficiente, al grado de que el alumno repruebe, postergue o abandone definitivamente sus estudios. La ansiedad reduce la eficacia en las tareas escolares, contribuye al desarrollo de malos hábitos y puede producir resultados negativos a largo plazo que incluyen ausentismo, ejecución académica pobre, deserción y fracaso escolar y problemas psicopatológicos.

2.2.2.2 Influencia de la ansiedad en el proceso enseñanza - aprendizaje

Los escolares tienen un rol básico e importante en nuestra sociedad, pues en ellos está el futuro de nuestro país. Según Martínez, García & Inglés (2013) el escolar es una persona que por medio de la ampliación de sus conocimientos va a mejorar y enriquecer sus enseñanzas y sus aprendizajes, no en cantidad sino en calidad.

Hay que recalcar que en educación todos los estudiantes deben recibir calidad de enseñanza y que ningún estudiante se quede atrás, se le debe dotar de un nivel de enseñanza aprendizaje con aprendizajes significativos, donde alcance competencias y capacidades que lo ayuden a tener una mejor calidad de vida y solo será posible desarrollando paralelamente los niveles de autoestima altos.

Martínez (2016) la influencia de la ansiedad en el proceso enseñanza - aprendizaje es una pieza clave a la hora de observar, comparar o analizar la problemática que nos encontramos; es por ello, que es necesaria la educación impartida en las Instituciones Educativas. Por todo ello la educación tiene mucha relevancia en sus resultados y la familia es la mejor indicada para encaminar junto con la educación el rumbo de la vida de muchos estudiantes; se debe mirar que dependiendo de los niveles de autoestima en que se encuentre los adolescentes les va a permitir el

desarrollo de competencia, capacidades que les son necesarias para enfrentarse a la cruda realidad del mundo globalizado de hoy.

De acuerdo a Mayta (2011) la exigencia de los docentes varía de acuerdo al programa y metodología de cada uno, lo que puede generar un nivel de ansiedad en los estudiantes, puesto que entre estas exigencias están los trabajos grupales como individuales, exámenes sorpresas, trabajos de campo y prácticas realizadas en diferentes instituciones y exposiciones. (p.4)

2.2.2.3. Influencia de la ansiedad en las emociones en los adolescentes

La mayoría de las personas despliegan diferentes emociones y actúan dependiendo de la situación y del subyacente humor que posean en ese momento. Cuando una persona es predominantemente retraída, evita el contacto con otros individuos y no muestra interés por aprender la mayor parte del tiempo, lo que puede afectar su desarrollo y su capacidad de adaptación. De la misma manera, la persona irritable, destructiva y exageradamente agresiva tiene dificultades para establecer apropiadas relaciones interpersonales y para ajustarse a los modelos de conducta requeridos para las actividades normales de la vida diaria.

2.2.2.4. Influencia de los amigos en la ansiedad

La influencia de las amistades es determinante. Si están en un grupo de personas con buen rendimiento, lo usual es que compartan ese nivel de rendimiento. Si es un grupo de personas no bien adaptadas al colegio y con bajo rendimiento, a la larga se perjudicarán buscando la aceptación del grupo.

2.2.2.5. Influencia de los padres en la ansiedad

Cuando se trata de analizar el bajo rendimiento de los niños de bajo nivel socioeconómico, los profesores tienden a pensar que el ambiente familiar y las actitudes de los padres están en el origen del problema. La familia, a su vez, tiende a culpar a la institución escolar de tal manera que la comprensión y el tratamiento de los aspectos psicopatológicos y psicosociales que rodean al niño hace imprescindible que se recoja información tanto de las pautas de interacción intrafamiliar como de las características psicosociales del medio escolar en que se desenvuelve.

Martínez (2016) la ansiedad social son el control excesivo, la frialdad y la sobreprotección. Más específicamente, los padres que se muestran ansiosos respecto de sí mismos, que critican, que sienten vergüenza, que se comportan de manera rígida, que se preocupan por lo que otras personas piensan y son insensibles, restrictivos y socialmente aislados, pueden contribuir al trastorno de ansiedad social. De todos estos factores, los investigadores atribuyen al hecho de ser padres controladores una mayor influencia en el desarrollo del trastorno de ansiedad social. Un padre o madre controlador no permite a su hijo explorar y aprender por su cuenta. Cuando surgen nuevas situaciones, como desempeñar una función social, el hijo de padres controladores no posee las habilidades necesarias para sentirse seguro, y se torna ansioso. (p.24)

2.2.2.6. Ansiedad ante exámenes

Para Álvarez, Aguilar & Lorenzo (2012) los exámenes son distinguidos de manera diferente por cada uno de los estudiantes considerando factores subjetivos y externos, asimismo cada quien interpretará la intensidad de una amenaza de acuerdo a

su percepción. Sosteniendo que existen sujetos con mayor predisposición a la ansiedad en situaciones de exámenes, conceptualizando esa ansiedad ante los exámenes como un rasgo de personalidad específico frente a esa situación.

Así mismo Castro (2017) menciona que la ansiedad ante los exámenes se aceptan dos componentes en la ansiedad producida por los exámenes: la preocupación y la emotividad. La preocupación se describe como los pensamientos acerca de las consecuencias del fracaso. La emotividad se refiere a las sensaciones desagradables y a las reacciones fisiológicas provocadas por la tensión del examen. Tanto la preocupación como la emotividad parecen contribuir a la reducción del rendimiento de los estudiantes muy ansiosos en las pruebas de inteligencia y en las tareas relacionadas con el aprendizaje: los pensamientos de preocupación distraen la atención del individuo y las reacciones emocionales intensas conducen a errores y causan una represión que obstruye la memoria. (p.27)

A su vez Mayta (2011) manifiesta que los estudiantes presentan signos de ansiedad ante los exámenes, que se experimenta como una falta de habilidad para pensar de manera clara, que se manifiesta a pesar de que se hayan preparado de forma adecuada, e independiente a que evalúe su capacidad para salir adelante en esa situación de manera positiva. (p.9)

2.2.1.7. Estudiante

Ser un educando es tener que aprender temas significativos, que nos permitan instruirnos y culturizarnos, porque no sólo es leer los escasos libros requeridos por el programa de estudios si no que debe examinar, analizar, averiguar, percibir, entre otros, esto implica hacerlo toda una vida, y no sólo unas cuantas cosas en un período

determinado, ya que como seres humanos buscamos el triunfo. Según Rivera (2014) un estudiante, ciertamente, no es sólo el que lee, sino el que es capaz de observar todos los movimientos de la vida, los externos y los internos, sin decir: "esto es bueno, aquello es malo".

2.2.1.8. La interacción entre profesor y estudiante

Debe haber una relación existente entre el profesor y el alumno y es uno de los aspectos fundamentales a los que debemos prestar atención, a la hora de aludir a la función y papel del profesorado en la actualidad. De acuerdo a Prieto (2008) la relación de profesor – alumno es un proceso de comunicación y convivencia, esta interacción debiera encontrarse con dinamismo y actividad para conseguir la efectividad deseada. Por ello, entendemos que el trabajo conjunto entre el profesor y sus alumnos ha de caracterizarse en: observación, conversación, confianza y reflexión.

2.2.1.9. Influencia la ansiedad en la satisfacción del adolescente

De acuerdo a Veloso, Cuadra, Antezana, Avedaño & Fuentes (2013) la satisfacción tiene una variedad de consecuencias para el escolar, donde puede afectar las actitudes positivas ante la vida, ante su familia y ante sí mismo. Una de las consecuencias más importantes de la satisfacción es el ausentismo, los factores de riesgos organizacionales puede ser la causa de la insatisfacción laboral. En cambio, para Cabana y Vilca (2013) la insatisfacción afecta al rendimiento de los adolescentes y a la productividad del proceso enseñanza - aprendizaje, por lo que las instituciones educativas deben tratar que sus educandos se encuentren satisfechos personal y académicamente. Otra consecuencia de la insatisfacción es la desmotivación o falta de interés que tienen los estudiantes, que puede llegar afectar su desempeño académico.

2.2.1.10. Influencia de la ansiedad en los estudiantes de un centro educativo estatal y privado

Los escolares de centros educativos estatales y privados deben poseer un buen desempeño académico y una óptima aptitud para su calidad como estudiantes, sin embargo, como en todos los centros educativos, los estudiantes deben tener destrezas, cualidades innatas, esfuerzo, dedicación, y capacitación necesaria.

De acuerdo a Vargas (2018) la ansiedad, nos permite conocer estímulos para transformar, innovar, actualizarse y tener un mejor desempeño. En cambio, los estudiantes el sector privados, enfrentan un conjunto de incentivos totalmente distinto. Ellos se sujetan al régimen privado general, cuya legislación laboral se ha flexibilizado mucho durante los noventas en términos de contratación y despido.

Así mismo Mayta (2011) la cantidad de alumnos que existe por nivel según las asignaturas, puesto que el número de estudiantes pueda ocasionar distracción entre sus compañeros, el tono de voz del docente que no es atendido por todos los estudiantes, todos estos factores pueden ser también causa de un nivel de ansiedad y no tener un buen rendimiento académico. (p.4)

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo de investigación

El presente estudio es una investigación de tipo descriptiva. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014) la investigación descriptiva permitirá recoger información de manera independiente y conjunta, donde su propósito será identificar las propiedades o características de la variable en estudio.

3.2. Nivel de la investigación

El presente estudio es de nivel cuantitativo. De acuerdo a Hernández, Fernández y Baptista (2014) el nivel cuantitativo es usado para la recolección de datos en base a la medición numérica y el análisis estadístico

3.3. Diseño de la investigación

Se utilizó un diseño no experimental, transversal. Así mismo Hernández, Fernández, Baptista (2014) el diseño es no experimental porque la investigación se realizará sin manipular deliberadamente la variable y transversal porque se recolectarán los datos de un solo momento y en un tiempo único, para luego ser analizados.

3.3.1. Esquema del diseño no experimental de la investigación



Dónde:

M = Muestra

Xi = Variable de estudio

O1 = Resultados de la medición de la variable

3.4. Población y muestra

3.4.1. Población

Está conformada por 130 estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla - Tumbes, 2018.

Tabla 01

Distribución poblacional de estudiantes según edad, año de estudios, sección y sexo de estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.

Edad	Año	Sección	Sexo		Total
			Varón	Mujer	
13 años	3ero	“A”	28	20	48
14 años		“B”	31	14	45
15 años	4to	“A”	17	20	37
16 años		“B”	76	54	130

Fuente: Nomina de matrícula del año lectivo 2018 de la I.E emblemática N. ° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la provincia de Zarumilla -Tumbes.

3.4.2. Muestra

Se trabajó con la totalidad de la población, donde la muestra se convirtió en una población muestral de 130 estudiantes de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.

Criterios de inclusión

- ❖ Estudiantes de ambos sexos
- ❖ Estudiantes que aceptaron participar en la investigación.
- ❖ Estudiantes que contestaron la totalidad de los ítems.

Criterios de exclusión

- ❖ Estudiantes que solo llevan algunas asignaturas reprobadas
- ❖ Estudiantes que no aceptaron participar en la investigación.
- ❖ Estudiantes que no contestaron la totalidad de los ítems.

3.5. Definición y operacionalización de variables

3.5.1. Definición conceptual (DC)

De acuerdo a Reyes (2013) la ansiedad es un fenómeno normal que lleva al conocimiento del propio ser, que moviliza las operaciones defensivas del organismo, es base para el aprendizaje, estimula el desarrollo de la personalidad. Es decir, que la ansiedad es una contestación ante el riesgo, donde frecuentemente se dramatiza el entorno, ya bien sea peligrosa o se minimiza la propia capacidad para solucionar el problema; sin embargo, en el caso de los educandos, ellos experimentan gran multiplicidad de circunstancias estresantes que afectan a sus compañeros, maestros, sus quehaceres académicos, lo cual afecta negativamente su rendimiento académico.

3.5.2. Definición operacional (DO)

Por ello, Zung (1971) refirió que la ansiedad es el intenso malestar mental que genera sentimientos que tiene el sujeto que surge de forma involuntaria en circunstancias de intimidación o riesgo con la finalidad de tomar medidas para combatir o desaparecer, aunque algunas veces, no será capaz de controlar los sucesos futuros. Para determinar el nivel de ansiedad de los estudiantes del tercero y cuarto de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya fue la

aplicación de la escala de ansiedad de Zung, ya que, esta escala fue un Instrumento diseñado por Zung en 1971.

3.5.3. Cuadro de operacionalización de variables

Variable	Dimensiones /áreas	Indicadores	Niveles o Categorías	Tipo de Variable	Escala de Medición
Ansiedad	Afectivos Somáticos	Suma de los puntajes directos	Dentro de los límites normales: 1 – 50 puntos Ansiedad leve moderada: 50 – 59 puntos Ansiedad Moderada a intensa: 60 – 69 puntos Ansiedad intensa: 70 – más puntos	Categórica	Ordinal
Características Sociodemográficas	Edad	Edad	Edad	Categórica	Ordinal
	Sexo	Femenino Masculino	Femenino Masculino	Categórica	Nominal
	Año de instrucción	Año de instrucción	3r año 4to año	Categórica	Nominal

3.6. Técnica e instrumento de recolección de datos

3.6.1. Técnica

Se utilizó para la presente investigación la encuesta. Así mismo Rodríguez (2014) describe que la técnica es el medio utilizado para recolectar información, entre las que destacan la observación, cuestionario, entrevistas y encuestas.

3.6.2. Instrumento

Para el recojo de la información se aplicó la escala de autoevaluación de Ansiedad (EAA) de William Zung.; la cual que se describió a continuación:

3.6.2.1. Escala de autoevaluación de Ansiedad (EAA) de William Zung

Ficha técnica

Autor: Dr. William Zung.

Administración: Individual y colectivas.

Duración: 10 minutos aproximadamente.

Año: 1971

Objetivo: Identificar los niveles de ansiedad, buscar un estimado de la ansiedad como un trastorno emocional y medir cuantitativamente la intensidad al margen de la causa.

Administración: Es necesario poner énfasis en las instrucciones de cómo debe responder el examinado, debe quedar claro que deberá contestar a cada una de las alternativas de cada situación estructurada.

Validez: La Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung (EAA) fue revisada y adaptada convenientemente al nivel sociocultural y educativo de los habitantes de las comunidades nativas aguarunas, habiéndose realizado modificaciones, que fueron aprobadas por un jurado calificador, el cual estuvo integrado por 10 especialistas en el área clínica, social y comunitaria, atreves Coeficiente V de Aiken. Coeficientes de validez concurrente de la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung (EAA).

Confiabilidad: Determinaron la confiabilidad en la ciudad de Lima en una muestra conformada de 100 pobladores de ambos sexos, con edades de 14 a 30 años en el departamento de Amazonas. Para hallar la confiabilidad se utilizó Alpha de Crobach, encontrándose coeficientes de confiabilidad que fluctúan en mujeres: 0,6714 y varones: 0,7750.

Descripción: La Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung (EAA) comprende un cuestionario de 20 informes o relatos, cada uno referido a manifestaciones características de ansiedad, como síntomas o signos. El conjunto abarca una amplia variedad de síntomas de ansiedad como expresión de trastornos emocionales. En algunos casos, las personas pueden hacer preguntas relacionadas con el criterio a que se debe sujetar el procedimiento de marcar determinada información. Las preguntas generalmente indican el deseo de cooperación con el profesional de la salud (médico, psicólogo) y deben ser respondidas de tal manera que induzcan a la persona a dar las respuestas más acordes a su realidad personal. En el formato del cuestionario, hay 4 columnas en blanco encabezadas por “Nunca o casi nunca”, “A veces”, “Con bastante frecuencia” y “Siempre o casi siempre”. Se le da a la persona la lista de frases y se le pide que coloque una marca en el recuadro que considere más aplicable a su caso, de acuerdo a cómo se ha sentido la última semana. Los ítems tienen dirección positiva o negativa, por ejemplo, la primera frase “Me siento más intranquilo y nervioso que de

costumbre” tiene un sentido positivo, mientras que la frase “Me siento tranquilo y me es fácil estar quieto”, tiene un sentido negativo, pues describe la sensación opuesta a la que tienen la mayoría de las personas ansiosas, que es intranquilidad y dificultad para estarse quieto.

Interpretación: En el formato del cuestionario hay 4 columnas en blanco encabezadas por “Nunca o casi nunca”, “A veces”, “Con bastante frecuencia” y “Siempre o casi siempre”. La puntuación total es la suma de las de todos los ítems. A mayor puntuación, mayor grado de ansiedad.

Categoría	Niveles de ansiedad
Menos de 50	Dentro de límites normales
50 – 59	Ansiedad leve moderada.
60 – 70	Ansiedad moderada a intensa
70 a más	Ansiedad intensa

3.7. Plan de análisis

Los datos recogidos fueron tabulados en una matriz utilizando el programa informático Microsoft Excel 2016 y posteriormente se ingresaron en el programa estadístico SPSS versión 22 para ser procesados y presentados. Se obtuvieron medidas de estadísticas descriptivas: como tablas de distribución de frecuencia y porcentuales.

3.8. Matriz de consistencia

Problema	Variable	Dimensión	Objetivos	Metodología	Técnica
¿Cuál es el nivel de ansiedad en estudiantes del tercer y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018?	Ansiedad	Afectivos Somáticos	Objetivo general	Tipo de investigación	Encuesta
			Determinar nivel de ansiedad en estudiantes de tercer y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.	Descriptiva de nivel cuantitativo	Instrumento
			Objetivos específicos	Diseño	Escala de ansiedad. Donde Zung (1971) refirió que la ansiedad es el intenso malestar mental que genera sentimientos que tiene el sujeto que surge de forma involuntaria en circunstancias de intimidación o riesgo con la finalidad de tomar medidas para combatir o desaparecer, aunque algunas veces, no será capaz de controlar los sucesos futuros.
			Describir el nivel de ansiedad en función al género en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.	No experimental, transversal	
Describir el nivel de ansiedad en función a la edad en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.	Población y muestral				
Describir el nivel de ansiedad en función al año de instrucción en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.	La población muestral está constituida por 130 estudiantes de ambos sexos, de la Institución Educativa emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la provincia de Zarumilla – Tumbes.				

3.9. Principios éticos

La investigación fue sometida a evaluación del comité de ética de la Institución Educativa emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la provincia de Zarumilla-Tumbes, donde previamente valoro los aspectos éticos de la misma, tanto por el tema elegido como por el método a seguir, así como se planteó si los resultados que se obtuvieron son éticamente posibles.

Anonimato, se solicitó la escala de evaluación y se aplicó el cuestionario indicándoles a los estudiantes del tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la provincia – Tumbes del año 2018, que la investigación fue anónima y que la información que se obtuvo es solo para fines de la investigación.

Privacidad, toda la información que se recibió en el presente estudio se mantuvo en secreto y se evitó ser expuesto respetando la intimidad de los estudiantes del tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la provincia de Zarumilla, siendo útil solo para fines de la investigación.

Honestidad, se informó a los estudiantes del tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos los fines de la investigación cuyos resultados se plasmaron en el presente estudio.

IV. RESULTADOS

4.1. Resultados

Tabla 02

Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de ansiedad en educandos de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.

Nivel	Puntaje	Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Dentro de límites normales	menos de 50	1	24	18.46%
Ansiedad leve moderada	50 -59	2	48	36.92%
Ansiedad moderada a intensa	60-69	3	44	33.84%
Ansiedad intensa	70 ó más	4	14	10.76%
TOTAL			130	100%

Fuente: Navarro, Y. Nivel de ansiedad en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.

NIVEL DE ANSIEDAD

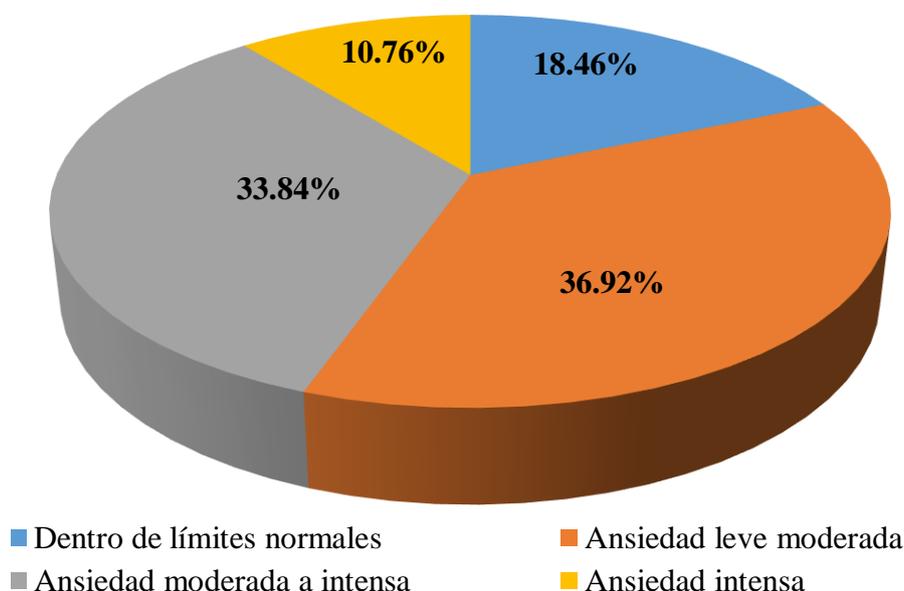


Figura 01. Gráfico circular de la distribución porcentual del nivel de ansiedad en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.

Fuente: Tabla 02

En la tabla 2 y figura 1 se exhibe que el 36.92% (48) se encuentran dentro del nivel de ansiedad leve moderada, el 33.84% (44) en el nivel de ansiedad moderada a intensa, un 18.46% (24) dentro de los límites normales y por último 10.76% (14) en nivel intensa.

Tabla 03

Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de ansiedad en función al género en estudiantes del tercer y cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.

ANSIEDAD EN FUNCIÓN AL GÉNERO				
Niveles	Masculino		Femenino	
	f	%	f	%
Dentro de límites normales	10	7.69%	14	10.76%
Ansiedad leve moderada	24	18.46%	24	18.46%
Ansiedad moderada a intensa	23	17.69%	21	16.15%
Ansiedad intensa	9	6.92%	5	3.84%
Total	66	50.76%	64	49.21%

Fuente: Navarro, Y. Nivel de ansiedad en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.

ANSIEDAD EN FUNCIÓN AL GÉNERO

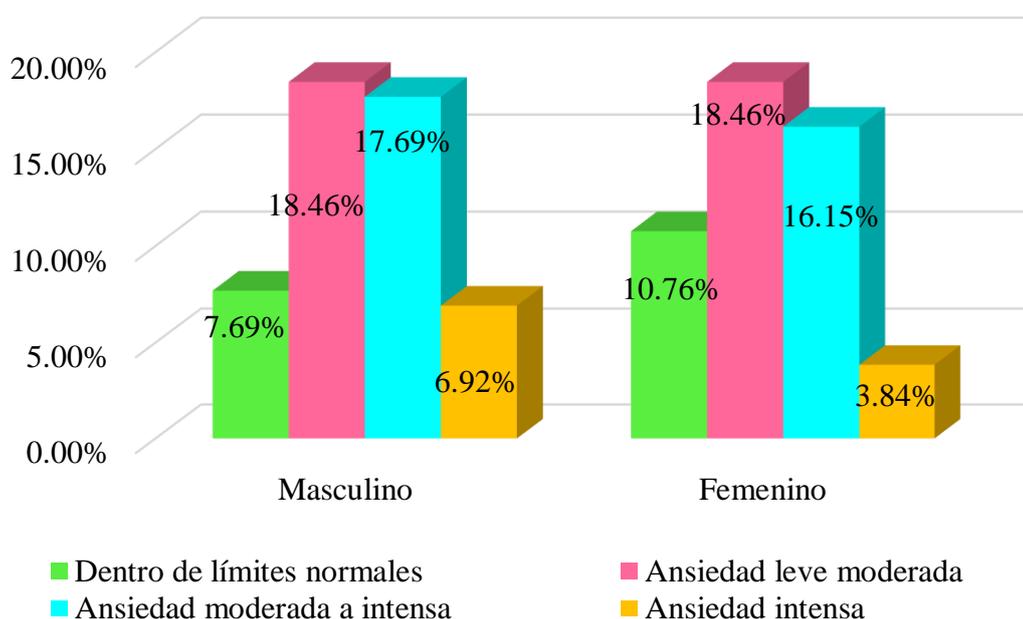


Figura 02. Gráfico de barra de la distribución porcentual del nivel de ansiedad en función al género en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.

Fuente: Tabla 3

En la tabla 3 y figura 2 denota que las escolares del género femenino del Centro Educativo el 18.46% (24) tiene un nivel leve moderada, el 16.15% (21) en ansiedad intensa, Dentro de límites normales logran un 10.76% y Ansiedad intensa tienen 3.84%; sin embargo, los escolares del género masculino han alcanzado en el nivel leve moderado el 18.46% (24), un 18.46% (23) en moderada a intensa, un 7.69% (10) dentro de los límites normales y en el nivel de ansiedad intensa tiene un 6.92% (9).

Tabla 04

Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de ansiedad en función a la edad en estudiantes del tercer y cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.

ANSIEDAD EN FUNCIÓN A LA EDAD								
Niveles	13 años		14 años		15 años		16 años	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Dentro de límites normales	0	0%	0	0%	12	9.23%	12	9.23%
Ansiedad leve moderada	0	0%	0	0%	29	22.30%	19	14.61%
Ansiedad moderada a intensa	6	4.61%	21	16.15%	12	9.23%	5	3.84%
Ansiedad intensa	3	2.30%	10	7.69%	1	0.76%	0	0%
Total	9	6.91%	31	23.84%	54	41.52%	36	27.68%

Fuente: Navarro, Y. Nivel de ansiedad en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.

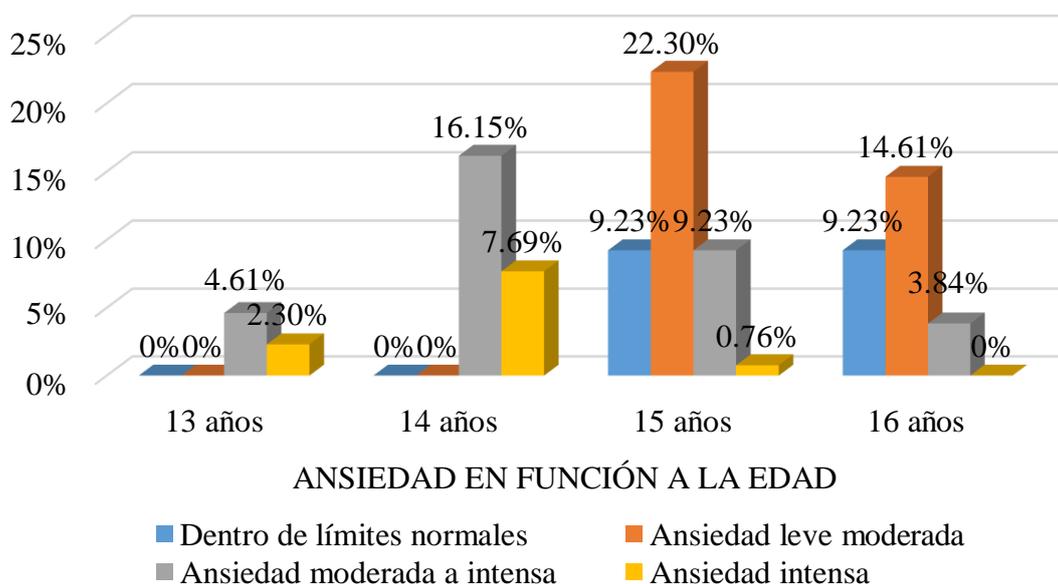


Figura 03. Gráfico de barra de la distribución porcentual del nivel de ansiedad en función a la edad en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.

Fuente: Tabla 4

En la tabla 4 y figura 3 denotan que los estudiantes de 13 años han obtenido un 4.61% (6) en el nivel de ansiedad moderada a intensa, un 2.30% (3) en el nivel de ansiedad intensa y 0% en los niveles dentro de límites normales y ansiedad leve moderada, a su vez los educandos de 14 años se ubican en el nivel de ansiedad moderada a intensa con un 16.16% (21), un nivel de ansiedad intensa con un 7.69% (10) y 0% dentro de límites normales y ansiedad leve moderada, así mismo los escolares de 15 años han alcanzado un 22.30% (29) ansiedad leve moderada, un 9.23% (12) dentro de límites normales, en ansiedad moderada a intensa un 9.23% (12) y en ansiedad intensa alcanzo 0.76% (1) y por último los estudiantes de 16 años en Ansiedad leve moderada tienen un 14.61% (19), dentro de límites normales obtuvieron un 9.23% (12), en ansiedad moderada a intensa un 3.84% (5) y en ansiedad intensa un 0%

Tabla 05

Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de ansiedad en función al año de instrucción en estudiantes del tercer y cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.

Niveles	ANSIEDAD EN FUNCIÓN AL AÑO DE INSTRUCCIÓN			
	3ro Año		4to Año	
	f	%	f	%
Dentro de límites normales	0	0%	24	18.46%
Ansiedad leve moderada	0	0%	48	36.92%
Ansiedad moderada a intensa	37	28.46%	7	5.38%
Ansiedad intensa	14	10.76%	0	0%
TOTAL	51	39.22%	79	60.73%

Fuente: Navarro, Y. Nivel de ansiedad en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.

ANSIEDAD EN FUNCIÓN AL AÑO DE INSTRUCCIÓN

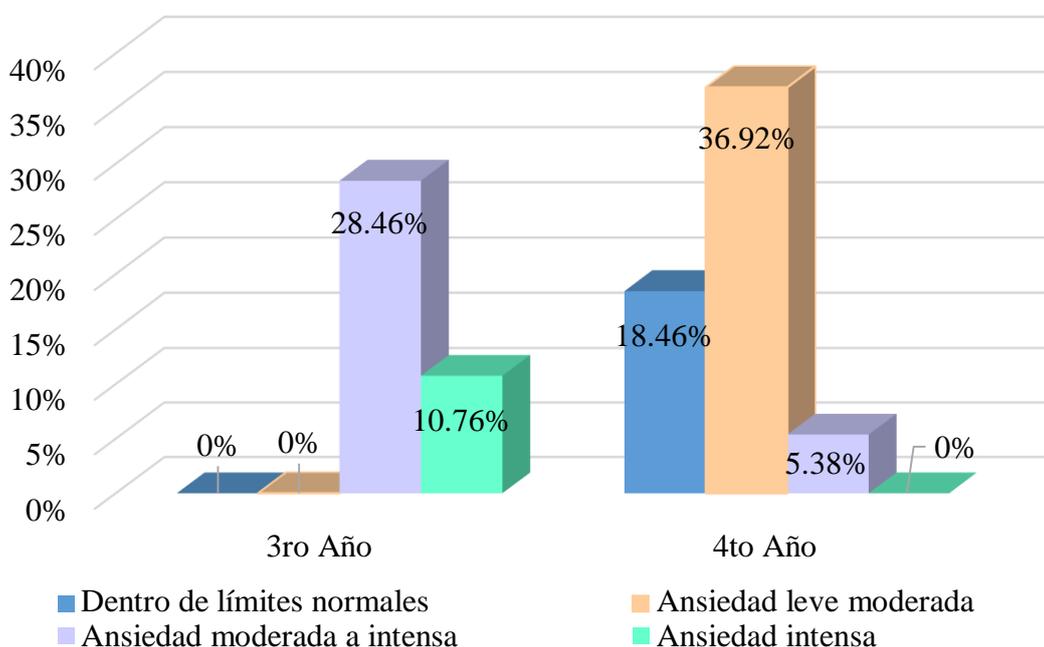


Figura 4. Gráfico de barra de la distribución porcentual del nivel de ansiedad en función al año de instrucción en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.

Fuente: Tabla 5

En la tabla 5 y figura 4 se pone en manifestó que los educandos de tercer año han obtenido un 28.46% (37) en el nivel moderada a intensa, un 10.76% (14) en el nivel de ansiedad intensa, y un 0% en los niveles de ansiedad de leve moderada y dentro de los límites, pero cabe resaltar que los escolares de cuarto año un 36.92% (48) en el nivel leve moderada, 18.46% (24) en el nivel dentro de los límites normales, un 5.38% (7) en el nivel de ansiedad moderada a intensa y un 0%.

4.2. Análisis de resultados

En relación con los objetivos de esta investigación científica, se procede a presentar el análisis de los resultados tomando principalmente los más relevantes y significativos de la misma.

El primer objetivo de la presente investigación fue describir el nivel de ansiedad en función al género en los estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla han obtenido que las escolares del género femenino el 18.46% (24) tienen un nivel leve moderada y los escolares del género masculino han alcanzado en el nivel leve moderado el 18.46% (24). Estos resultados se contradicen a los de Castro (2016) quien en su investigación llamada “La ansiedad y logros de aprendizaje en el área de matemática en estudiantes del quinto año de secundaria de la Institución Educativa San José de Nazareth, UGEL N° 4, Puente Piedra, 2016” consiguió que el 80.8% de los varones tiene nivel bajo de ansiedad a comparación del 60.3% que son mujeres.

El segundo objetivo de la presente investigación fue describir el nivel de ansiedad en función a la edad en los estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla donde se halló que los estudiantes de 13 años han obtenido un 4.61% (6) en el nivel de ansiedad moderada a intensa, a su vez los educandos de 14 años se ubican en el nivel de ansiedad moderada a intensa con un 16.16% (21), así mismo los escolares de 15 años de han alcanzado un 22.30% (29) ansiedad leve moderada y por último los estudiantes de 16 años en Ansiedad leve moderada tienen un 14.61% (19). Estos resultados hallados no coinciden con Vargas (2018) en su tesis titulada “Relación

de los niveles de ansiedad y motivación para el logro en estudiantes del quinto año de secundaria de la Institución Educativa Pública Luis Alberto Sanchez Sanchez, Distrito Samugari-2018” donde encontró que en cuanto su edad el 3,2% tienen 15 años, el 29,0% 16 años, el 45,2% 17 años, mientras que el 22,6% 18 años.

El tercer objetivo de la presente investigación fue describir el nivel de ansiedad función al año de instrucción en los estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla se encontró los estudiantes de tercer año han obtenido un 28.46% (37) en el nivel moderada a intensa y los escolares de cuarto año tienen un 36.92% (48) en el nivel leve moderada. Estos resultados son similares a los encontrados por García (2017) en su investigación denominada “Relación entre motivación de logro y la ansiedad en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa San Jacinto del Distrito de San Jacinto - Tumbes, 2016” donde obtiene que los estudiantes de tercer año de secundaria tienen un 21.9% en el nivel mínima o moderada y los estudiantes de cuarto año de secundaria un 33.3% en el nivel normal de ansiedad.

V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

De acuerdo a los resultados obtenidos en el presente estudio, se puede concluir lo siguiente:

Se concluye que el 36.92% (48) educandos de tercero y cuarto año de secundaria del Centro Educativo N° 093 Efraín Arcaya Zevallos se encuentran dentro del nivel de ansiedad leve moderada

Concluyo que en función al género en los educandos de tercero y cuarto año de secundaria Centro Educativo N°093 Efraín Arcaya Zevallos han obtenido que las escolares del género femenino tienen 18.46% (24) tiene un nivel de ansiedad leve moderada y los escolares del género masculino de la Institución han alcanzado en el nivel de ansiedad leve moderado el 18.46% (24).

Se determino que de acuerdo a la edad en los educandos de tercero y cuarto año de secundaria del Centro Educativo N°093 Efraín Arcaya Zevallos se halló que los educandos de 13 años han obtenido un 4.61% (6) en el nivel de ansiedad moderada a intensa, a su vez los educandos de 14 años se ubican en el nivel de ansiedad moderada a intensa con un 16.16% (21), así mismo los escolares de 15 años de han alcanzado un 22.30% (29) ansiedad leve moderada y por último los escolares de 16 año en Ansiedad leve moderada tienen un 14.61% (19).

En el año de instrucción en los educandos de tercero y cuarto año de secundaria del Centro Educativo N°093 Efraín Arcaya Zevallos se encontró los educandos de tercer año han obtenido un 28.46% (37) en el nivel de ansiedad moderada a intensa y

los escolares de cuarto año tienen un 36.92% (48) en el nivel de ansiedad leve moderada.

5.2. Recomendaciones

De acuerdo a los resultados obtenidos en el presente estudio, se puede dar las siguientes recomendaciones:

Se sugiere al director de la Institución Educativa que contrate un equipo especializado en salud mental para que desarrollen actividades en la prevención, intervención y el tratamiento de ansiedad para que los estudiantes sean partícipes directos.

Se propone al director de la Institución Educativa que, en colaboración con docentes, auxiliares y tutores busquen orientación adecuada sobre la prevención e intervención de la ansiedad con la finalidad de mejorar el comportamiento en el aula de los estudiantes.

Se recomienda al director de la Institución Educativa que en colaboración con el personal del servicio de psicología de la Dirección Regional de Educación – Tumbes se proporcione a los maestros una capacitación, para que estos tengan el conocimiento de técnicas de relajación que puedan aplicar con los estudiantes para que éstas les ayuden a disminuir los síntomas y niveles de ansiedad.

Así mismo, se exhorta al director de la Institución Educativa que con el apoyo del personal del servicio de psicología de la Unidad de Gestión Educativa Local (UGEL) realicen orientaciones, charlas y talleres en la Institución Educativa con el propósito de fomentar la prevención, intervenciones y/o tratamiento, además de sensibilización de la ansiedad en los educandos.

Se le pide al director de la Institución Educativa que en cooperación del personal de psicología del Centro de Salud de Zarumilla se desarrolle actividades que le permitan al padre de familia comprometerse y brindar a los educandos apoyo emocional.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Acevedo J. & Carrillo, M. (2010). *Adaptación, Ansiedad y Autoestima en Niños de 9 a 12 años: una Comparación entre Escuela Tradicional y Montessori*. *Psicología Iberoamericana* Vol. 18, No. 1, pp. 19-29. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/html/1339/133915936003/>

Alegre, A. (2013). *Ansiedad ante exámenes y estrategias de aprendizaje en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana*. *Propósitos y Representaciones*, 1(1), 107-130. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2013.v1n1.9>

Alva, F. (2017). *Ansiedad rasgo - estado en estudiantes de secundaria víctimas y no víctimas de acoso escolar en dos Instituciones Educativas Públicas en San Juan de Lurigancho - Lima, 2017*. Tesis de licenciatura. Universidad Cesar Vallejo. Recuperado de: http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/8554/Alva_FFY.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Álvarez, J., & Aguilar, J., & Lorenzo, J. (2012). *La Ansiedad ante los Exámenes en Estudiantes Universitarios: Relaciones con variables personales y académicas*. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 10 (1), 333-354. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/2931/293123551017.pdf>

American Psychological Association. (2005). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales. DSM-IV-TR*. España: Editorial Masson. Recuperado de: <https://psicovalero.files.wordpress.com/2014/06/manual-diagn3b3stico-y-estadc3adstico-de-los-trastornos-mentales-dsm-iv.pdf>

Amoretti, T. (2017). *Ansiedad frente a exámenes y afrontamiento de estrés en adolescentes de un Centro Educativo de villa el Salvador*. Tesis de licenciatura. Universidad Autónoma del Perú. Recuperado de: <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/364/1/AMORETTI%20TRUJILLO%2C%20TALIA%20MARGARITA.pdf>

Andrade, M., Miranda, C. y et al. (2000). *Rendimiento académico y variables modificables en alumnos de 2do medio de liceos municipales de la Comuna de Santiago*. Revista de Psicología Educativa, Vol. 6, N° 2. Recuperado de: http://www.estudiosindigenas.cl/educacion/eaprendizajes_rendimiento_academico_2_medio_santiago.pdf

Atehortúa, L y López, J. (2015). *Ansiedad en estudiantes de primer semestre de Psicología de la Universidad de Antioquia Sede Yarumal*. Tesis de pregrado. Universidad de Antioquia. Recuperado de: http://200.24.17.74:8080/jspui/bitstream/fcsh/388/1/AtehortuaLaura_ansi edadestudiantesprimersemestrepsicologia.pdf.

Baeza, J. y Balaguer, G. (2008). *Higiene y prevención de la ansiedad*. España: Díaz Santos.

Banda, O., Maldonado., Ibarra, C., y Martínez, J. (2011). *Valoración de la Ansiedad Estado/rasgo en Pacientes Pediátricos Hospitalizados*. Desarrollo Científico Enfermería. Vol. 19 p. 9. Recuperado de: <http://www.index-f.com/dce/19pdf/19-313.pdf>

Bojórquez, J. (2015). *Ansiedad Y Rendimiento Académico En Estudiantes Universitarios*. Tesis de maestría. Universidad San de Martin de Porres. Recuperado de: http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/bitstream/usmp/2247/1/bojorquez_jd.pdf

Bolaños, M. (2014). *Niveles de Ansiedad en estudiantes de psicología Clínica E Industrial de La Universidad Rafael Landívar de Tercer Año de La Jornada Vespertina que están por iniciar las prácticas de intervención Psicológica*. Tesis de pregrado. Universidad Rafael Landívar. Recuperado de: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Bolanos-Maricarmen.pdf>

Bragado, Bersabe & Carrasco (1999). *Factores de Riesgo para los Trastornos Conductuales, de Ansiedad, Depresivos y de Eliminación en Niños y Adolescentes*. Psicothema, Vol. 11, No. 4, 939-956. Recuperado de: <http://www.psicothema.com/pdf/337.pdf>

Cabana Espinoza, I. D., y Vilca Ramos, S. K. (2013). *Satisfacción con la vida y conductas disociales en los adolescentes de la IE José Carlos Mariátegui Paucarpata, Arequipa 2013*. Tesis Para optar el título profesional de enfermera. Universidad Nacional De San Agustín. Recuperado de: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/2256/ENcaesid.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Castro, G. (2017). *La ansiedad y logros de aprendizaje en el área de matemática en estudiantes del quinto año de secundaria de la Institución Educativa San José de Nazareth, UGEL N° 4, Puente Piedra, 2016*". Tesis de maestría. Universidad Cesar Vallejo. Recuperado de: http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/5872/Castro_CGC.pdf?sequence=1

Céspedes, E. (2015). *Propiedades Psicométricas del Inventario de Ansiedad Estado y Ansiedad Rasgo en Niños y Adolescentes de Lima Sur*. Tesis de licenciatura. Universidad Autónoma Del Perú. Recuperado de: http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/135/6/CESP_EDES%20CONDOMA.pdf

Cisneros, S. y Mantilla M. (2016). *Depresión y Ansiedad en niños de colegios estatales del distrito De Chorrillos*. Tesis de pregrado. Universidad Ricardo Palma, Lima. Recuperado de:

http://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/urp/858/cisneros_dsmantilla_rm%5b1%5d.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Clavijo, Y. (2017). *Ansiedad y la comprensión lectora en estudiantes de primer año de secundaria de la Institución Educativa 6094. Chorrillos. 2016*. Tesis de maestría. Universidad Cesar Vallejo. Recuperado de: http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/5889/Clavijo_RYA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Córdova, L., Arriagada, A., Orbenes, C., Berger, C., Carrasco, E., Orellana, M. y Caamaño, P. (2012). *Ansiedad en estudiantes de 7º y 8º básico de escuelas municipales de Chillán - Chile*. Recuperado de: http://enfermeria.cr/revista/docs/Ansiedad_estudiantes_7_y_8_basico_de_escuelas_municipales_Chillan.pdf

De la Cruz, F. (2017). *Ansiedad ante los exámenes y creencias irracionales según el tipo de familia en estudiantes universitarios del primer año de psicología de una universidad privada de Lima*. Tesis de maestría. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Recuperado de: http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/5819/DeLaCruz_cf.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Flores, M. (2017). *Los niveles de ansiedad en estudiantes de un centro preuniversitario del Cercado de Lima, 2017*. Tesis de licenciatura.

Universidad inca Garcilaso de la vega. Recuperado de:
<http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/1398/TRAB.SUFIC.PROF.%20FLORES%20VELAZCO%2C%20MARCO%20HERNANDEZ%20C3%81N.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

García, M. (2017). *Relación entre motivación de logro y la ansiedad en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa San Jacinto del Distrito de San Jacinto - Tumbes, 2016*. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Tesis de posgrado. Recuperado de:
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/4448/MOTIVACION DE LOGRO ANSIEDAD GARCIA CLAVIJO MILAGROS KATTIUSCA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/4448/MOTIVACION%20DE%20LOGRO%20ANSIEDAD%20GARCIA%20CLAVIJO%20MILAGROS%20KATTIUSCA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Guillermo, C. (2015). *Relación entre el clima social familiar y la ansiedad en los estudiantes del VI, VII y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote - filial tumbes, 2014*. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Tesis de licenciatura. Recuperado de:
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/4523/CLIMA SOCIAL FAMILIAR ANSIEDAD GUILLERMO RAMOS CINTHIA PETRONILA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/4523/CLIMA%20SOCIAL%20FAMILIAR%20ANSIEDAD%20GUILLERMO%20RAMOS%20CINTHIA%20PETRONILA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Hernández-Pozo, M., & Ramírez-Guerrero, N., & López-Cárdenas, S., & Macías-Martínez, D. (2015). *Relación entre ansiedad, desempeño y riesgo de*

deserción en aspirantes a bachillerato. *Psychologia*. Avances de la disciplina, 9 (1), 45-57. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/2972/297233780003.pdf>

Hernández, R., Fernández, B., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. 6a. Ed., México: Mc Graw Hill. Recuperado de: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Idrogo, D. (2015). *Niveles de ansiedad estado - rasgo en estudiantes del nivel primaria y secundaria de una Institución Educativa Privada y una Nacional del Distrito de La Victoria*. Tesis de pregrado. Universidad Peruana Unión. Recuperado de: https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/132/Doris_Tesis_bachiller_2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Joronda, L. (2017). *Ansiedad y agresividad en estudiantes del 4to y 5to de secundaria de Instituciones Educativas Públicas de Los Olivos – Lima, 2017*. Universidad Cesar Vallejo. Tesis de licenciatura. Recuperado de: http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/11307/Joronda_LLA.pdf?sequence=6&isAllowed=y

Málaga, B. (2017). *Ansiedad y agresividad en estudiantes de secundaria de instituciones educativas nacionales del distrito de Ancón, 2017*.

Universidad cesar vallejo. Tesis de licenciatura. Recuperado de:

http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/3316/Malaga_TBDR.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Manchay, K. (2017). *Evaluación del nivel de ansiedad en estudiantes de estomatología según el tratamiento odontológico en niños atendidos en la Clínica Estomatológica de la Universidad Alas Peruanas - Arequipa, 2017*. Tesis de posgrado. Universidad Alas Peruanas. Recuperado de: http://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/uap/6103/1/T059_74073608_T.pdf

Martínez, M.; García, J. & Inglés, C. (2013). *Relaciones entre ansiedad escolar, ansiedad rasgo, ansiedad estado y depresión en una muestra de adolescentes españoles*. International Journal of Psychology and Psychological Therapy. 13(1), 47- 64. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56025664004>

Martínez, W. (2016). *Relación entre clima social familiar y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa -Trujillo, 2014*. Tesis de licenciatura. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Recuperado de: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/713/CLIMA_SOCIAL_FAMILIAR_MARTINEZ_LAZARO_WILLIAM_SANTY.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Mayta, N. (2011). *La relación de la ansiedad y el rendimiento académico de los estudiantes de primer año de la Carrera de Psicología de la Universidad Mayor de San Andrés*. Tesis de licenciatura. Universidad Mayor de San Andrés. Recuperado de: <https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/6622/TESIS%20DE%20GRADO.%20LA%20RELACION%20DE%20LA%20ANSIEDAD%20Y%20RENDIMIENTO%20ACAD%20MICRO%20DE%20LOS%20ESTUDIANTES%20DE%20PRIMER%20A.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Melgar, L. (2017). *Relación entre autoestima y la ansiedad en los estudiantes de secundaria de la institución educativa N° 019 Isabel Salinas Cuenca de Espinoza del distrito de Corrales -Tumbes, 2016*. Tesis de pregrado. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Recuperado de: <http://erp.uladech.edu.pe/bibliotecavirtual/?ejemplar=00000042945>

Menacho, K. y Plasencia, N. (2016). *Niveles de ansiedad que influyen en el rendimiento académico del área inglés en el nivel secundario de la i.e. Fe y alegría N° 14 – 2015*. Tesis de pregrado. Universidad Nacional del Santa. Recuperado de: <http://repositorio.uns.edu.pe/handle/UNS/2883>

Montealegre, N. (2017). *Relación entre autoestima escolar y la ansiedad en los estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución*

Educativa N° 098 “El Gran Chilimasa” de la Provincia de Zarumilla - Tumbes, 2017. Tesis de pregrado. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Recuperado de:
http://repositorio.uladech.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/123456789/4457/AUTOESTIMA_ESCOLAR_ANSIEDAD_MONTEALEGRE_APONTE_NUCCIA_RAIZA_MARIELL%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Paredes, M. (2018) *Ansiedad y su relación con el rendimiento escolar (Estudio realizado con los alumnos de 4°. a 6°. del Colegio Canaán del municipio de Quetzaltenango).* Tesis de grado. Universidad Rafael Landívar. Recuperado de:
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/22/Paredes-Mildred.pdf>

Piemontesi, S., & Heredia, D., & Furlan, L., & Sánchez-Rosas, J., & Martínez, M. (2012). *Ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios.* *Anales de Psicología*, 28 (1), 89-96. Recuperado de:
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16723161011>

Prieto, E. (2008). *El papel del profesorado en la actualidad. Su función docente y social.* *Foro de Educación*, N° 10, pp. 325-345. Recuperado de:
<http://forodeeducacion.com/ojs/index.php/fde/article/view/163/120>

Rivera, G. (2014). *La motivación del alumno y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de Bachillerato Técnico en Salud Comunitaria del Instituto República Federal de México de Comayagüela, M.D.C., durante el año lectivo 2013*. Recuperado de: <http://www.cervantesvirtual.com/obra/la-motivacion-del-alumno-y-su-relacion-con-el-rendimiento-academico-en-los-estudiantes-de-bachillerato-tecnico-en-salud-comunitaria-del-instituto-republica-federal-de-mexico-de-comayaguella-mdc-durante-el-ano-lectivo-2013/>

Sauna, D. (2016). *Ansiedad, estrategias de afrontamiento y agresividad en adolescentes de alto Trujillo - Trujillo, 2016*. Tesis para optar el título profesional de licenciada en Psicología. Recuperado de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1927/ANSIEDAD ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO SAUNA CASPITA DIANA CAROLINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Serrano Barquín, C., & Rojas García, A., & Ruggero, C. (2013). *Depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios*. Revista Intercontinental de Psicología y Educación, 15 (1), 47-60. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=80225697004>

Sum, M. (2015). *Niveles de ansiedad que presentan los trabajadores del organismo judicial de la cabecera departamental de Huehuetenango*. Universidad

Rafael Landívar. Tesis de pregrado. Recuperado de:
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/43/Sum-Maria.pdf>

Vargas, A. (2018). *Relación de los niveles de ansiedad y motivación para el logro en estudiantes del quinto año de secundaria de la Institución Educativa Pública Luis Alberto Sanchez Sanchez, Distrito Samugari - 2018.* Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Tesis de licenciatura. Recuperado de:
http://repositorio.uladech.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/123456789/9345/NIVELES_DE_ANSIEDAD_MOTIVACION_PARA_EL_LOGRO_VARGAS_VELASQUE_ANINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Veloso, C., Cuadra, A., Antezana, I., Avedaño, R. & Fuentes, L. (2013). *Relación entre la inteligencia emocional, satisfacción vital, felicidad subjetiva y resiliencia en funcionarios de educación especial.* Estudios Pedagógicos, 39 (2), 355-366. Recuperado de:
http://mingaonline.uach.cl/scielo.php?pid=S071807052013000200022&scrypt=sci_arttext

ANEXOS

Anexo 01: Escala de autoevaluación de Ansiedad (EAA) de William Zung

Instrucciones: Esta escala le presenta a usted, algunas posibles situaciones. En cada una deberá indicar su grado de nunca o siempre, para lo cual deberá poner una equis (x) debajo de la categoría que describa como usted se haya sentido durante la última semana.

		Nunca o Casi Nunca	A veces	Con bastante frecuencia	Siempre o casi siempre	Puntos
1	Me siento abatido y melancólico.					
2	Por las mañanas es cuando me siento mejor.					
3	Tengo acceso de llanto o ganas de llorar.					
4	Duermo mal.					
5	Tengo tanto apetito como antes.					
6	Aún me atraen las personas de sexo opuesto.					
7	Noto que estoy perdiendo peso.					
8	Tengo trastornos intestinales y estreñimiento.					
9	Me late el corazón más a prisa que de costumbre.					
10	Me canso sin motivo.					
11	Tengo la mente tan clara como antes.					
12	Hago las cosas con la misma facilidad que antes.					

13	Me siento nervioso(a) y no puedo estar quieto.					
14	Tengo esperanza en el futuro.					
15	Estoy más irritable que antes.					
16	Me es fácil tomar decisiones.					
17	Me siento útil y necesario.					
18	Me satisface mi vida actual.					
19	Creo que los demás estarían mejor si yo muriera.					
20	Disfruto de las mismas cosas que antes.					
TOTAL DE PUNTOS						

Anexo 02: Consentimiento informado

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO DEL
APODERADO

Yo, Don/Doña.....autorizo a mi menor hijo en la participación de esta investigación titulada: Nivel de ansiedad en los estudiantes del tercer y cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.

El objetivo de este estudio es: Determinar el nivel de ansiedad en los estudiantes del tercero y cuarto de secundaria de la Institución Educativa emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos. Declaro que se me ha informado ampliamente sobre de los objetivos, metodología y beneficios de la investigación, he comprendido las explicaciones en él. También comprendo que, en cualquier momento y sin necesidad de dar ninguna explicación, puedo revocar el consentimiento que ahora presento. También he sido informado/a de que los datos personales de mi menor hijo/a será confidencial y no se usará para ningún otro propósito y serán utilizados únicamente con fines para la presente investigación en la formación y desarrollo profesional.

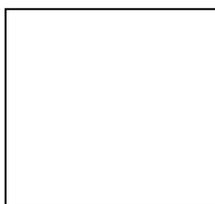
Tomando las consideraciones, **CONSIENTO** que mi menor hijo/a participe y que los datos que se deriven de dicha participación sean utilizados para cubrir los objetivos especificados en la investigación.

Tumbes de del 20.....

Firmado: _____

Nª DNI:

Huella dactilar del participante



Anexo 03: Matriz de consistencia

Problema	Variable	Dimensión	Objetivos	Metodología	Técnica
¿Cuál es el nivel de ansiedad en estudiantes del tercer y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018?	Ansiedad	Afectivos Somáticos	Objetivo general	Tipo de investigación	Encuesta
			Determinar nivel de ansiedad en estudiantes de tercer y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.	Descriptiva de nivel cuantitativo	Instrumento
			Objetivos específicos	Diseño	Escala de ansiedad. Donde Zung (1971) refirió que la ansiedad es el intenso malestar mental que genera sentimientos que tiene el sujeto que surge de forma involuntaria en circunstancias de intimidación o riesgo con la finalidad de tomar medidas para combatir o desaparecer, aunque algunas veces, no será capaz de controlar los sucesos futuros.
			Describir el nivel de ansiedad en función al género en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.	No experimental, transversal	
Describir el nivel de ansiedad en función a la edad en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.	Población y muestral				
Describir el nivel de ansiedad en función al año de instrucción en estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Emblemática N°093 Efraín Arcaya Zevallos de la Provincia de Zarumilla – Tumbes, 2018.	La población muestral está constituida por 130 estudiantes de ambos sexos, de la Institución Educativa emblemática N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la provincia de Zarumilla – Tumbes.				