



**UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS PUEBLA**  
**ESCUELA DE CIENCIAS**  
**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**Licenciatura en Enfermería**

Proyecto de titulación:

“Estrés y Ansiedad en Estudiantes de Enfermería durante la Pandemia en una  
Universidad Privada del Estado de Puebla en el 2022”

Presentan

Abigail Cuautle Solis

Brisa Jaanai García García

Aurea Paz Rodriguez Xicale

Valeria Xenia Ayala Rojas

Para obtener el grado de Licenciadas en Enfermería

Otoño, 2023



**UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS PUEBLA**  
**ESCUELA DE CIENCIAS**  
**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**Licenciatura en Enfermería**

Proyecto de titulación:

“Estrés y Ansiedad en Estudiantes de Enfermería durante la Pandemia en una  
Universidad Privada del Estado de Puebla en el 2022”

Presentan

Abigail Cuautle Solis

Brisa Jaanai García García

Aurea Paz Rodríguez Xicale

Valeria Xenia Ayala Rojas

Para obtener el grado de Licenciadas en Enfermería

Director:

M.E. Clemente Cordero Sánchez

Profesor de tiempo completo en la Universidad de las Américas Puebla.

Correo: [clemente.cordero@udlap.mx](mailto:clemente.cordero@udlap.mx)

Otoño, 2023

**Comisión que aprobó la Tesis**

**“Estrés y Ansiedad en estudiantes de Enfermería durante la Pandemia en una Universidad Privada del Estado de Puebla en el 2022”**

---

Dra. Natalia Ramírez Girón

**Presidente**

---

M.E Madaí Muñoz Covarrubias

**Secretaria**

---

M.E. Clemente Cordero Sánchez

**Vocal**

## **Dedicatoria y Agradecimientos**

Dedico este proyecto a mi familia que siempre me ha apoyado durante estos años de estudio, a mis padres por brindarme la confianza y seguridad de salir adelante.

Agradezco durante el transcurso a todas las personas que se dieron el tiempo de poder apoyarnos y terminar este proyecto.

Quisiera agradecer a mi equipo de tesis que son unas grandes compañeras y amigas durante todos estos años de estudio, por la paciencia, la confianza, el compromiso, responsabilidad, y demás características que ayudaron a desempeñar un buen trabajo, como equipo funcionamos muy bien, siempre buscamos la manera de resolver algunos detalles que se nos imponían tanto académicamente, como también psicológicamente, y físicamente; por no rendirnos cuando creíamos que ya no podíamos más. Gracias.

Agradezco a los maestros enfermeros por los conocimientos brindados y el compromiso de mejorar y destacar en la disciplina de enfermería.

Abigail Cuautle Solis (2023)

## **Dedicatoria y Agradecimientos**

Primeramente, quiero agradecer a mi familia que siempre ha hecho todo lo posible para darme lo mejor, por ejemplo, permitirme estar en esta universidad estudiando esta carrera tan noble.

Agradezco infinitamente a mis padres que han sido comprensivos y me han brindado palabras de aliento, o su hombro para llorar en mis momentos de frustración, cansancio y estrés a lo largo de la carrera.

A mi abuelo Santiago, quien fue mi mayor motivación para concluir este proyecto. Él me amó procuró y consintió hasta el último momento, y sé que ahora desde donde él esté se sentirá orgulloso de mi por haber concluido esta etapa.

A mis amistades y conocidos que siempre me daban ánimos para seguir adelante, en especial a mi mejor amigo y colega, Jared, quien es uno de mis más fuertes pilares en esta vida, me siento orgullosa de recorrer este largo camino junto a ti para llegar a ser los profesionales que hemos soñado.

A mi equipo de tesis y mejores amigas, Xenia, Abi y Aurea, hemos sobrevivido muchas horas de estrés, desvelo, enojos, pero siempre terminábamos con risas y momentos preciosos que atesorare con mucho cariño. Gracias por la paciencia y apoyo incondicional, estoy ansiosa de crear más experiencias con ustedes.

Por último, agradezco a mis siete estrellas, que, a pesar de la distancia, me acompañaron cada noche de desvelo y me hicieron más ameno el trabajo, los amo con mi alma.

Brisa Jaanai García García (2023)

## **Dedicatoria y Agradecimientos**

Este proyecto está dedicado a mi familia, a mis padres que siempre buscaron la manera de brindarme todo lo necesario para poder llegar hasta aquí, a mis hermanos y hermana que siempre estuvieron dispuestos a apoyarme con mis prácticas, que también se develaban mientras yo hacía tareas con tal de no dejarme sola, a mis tías, tíos y primos que siempre me animaban a echarle ganas a esta bonita carrera.

De igual manera a todas aquellas personas que me he encontrado en este camino y han dejado una huella muy importante en este proceso de aprendizaje.

Sin duda alguna a mi equipo de tesis, mis amigas Abi, Xenia y Brisa, por todo el esfuerzo y dedicación a este proyecto, por las noches de desvelo y cansancio y sin embargo, logramos llegar esta recta final desde el inicio de la carrera.

Aurea Paz Rodriguez Xicale (2023)

## **Dedicatoria y Agradecimientos**

Quiero agradecer a mis padres por su apoyo incondicional que junto con mi hermana me ayudaron durante todo este trayecto, por la confianza que tuvieron hacia mí y por cada palabra de aliento que siempre me ayudó a seguir adelante. A mis abuelas, gracias por estar siempre presentes en cada paso que di, en cada ayuda que me daban que era un impulso más para avanzar, pero sobre todo por todo el amor que siempre me han dado. A mi abuelo Guillermo, le agradezco todo el apoyo que me brindó hasta el último momento, sé que desde el cielo me verá orgulloso de todo lo que he logrado.

Gracias a Brisa, Aurea y Abi, las mejores compañeras de tesis y de carrera que pude haber tenido, se convirtieron en mis mejores amigas y siempre les agradeceré todo el esfuerzo que pusieron para esta investigación, cada momento juntas de desvelo y risas los atesorare por siempre.

Por último, dedico esta investigación a Bangtan Sonyeondan que me hizo más ameno las horas de trabajo.

Valeria Xenia Ayala Rojas (2023)

## Resumen

Candidato para el grado de Licenciada en Enfermería	Abigail Cuautle Solis Brisa Jaanai García García Aurea Paz Rodriguez Xicale Valeria Xenia Ayala Rojas
Fecha de Graduación	Otoño 2024
Universidad	Universidad de las Américas Puebla
Departamento	Ciencias de la Salud
Título de Estudio	“Estrés y Ansiedad en Estudiantes de Enfermería durante la pandemia en una Universidad Privada del Estado de Puebla en el 2022”
Numero de paginas	56

**Propósito:** Encontrar, determinar y relacionar el nivel de estrés y el nivel de ansiedad en estudiantes de enfermería de una universidad privada del estado de Puebla, en el 2022.

**Método:** Estudio descriptivo-correlacional de tipo transversal, con una muestra de 159 estudiantes. Se utilizó una Cédula de Datos Sociodemográficos, Escala de Estrés Percibido 14 (PSS-14) y Escala de Hamilton para la Ansiedad (HAM-A), instrumentos avalados para la medición del nivel de estrés y el nivel de ansiedad.

**Resultados:** El rango de edad que predominó en el estudio fue de 18 a 21 años con un 66.3% (n=106). El 88.8% (n=142) de los participantes son del sexo femenino, el 53.5% (n=85) tuvieron cuatro semestres en línea. El Alpha de Cronbach global obtenida de los instrumentos fue 0.74 para la Escala de Estrés Percibido 14 y 0.91 para la Escala de Hamilton para la Ansiedad. Se encontró que el 81.7% de los estudiantes a menudo están estresados y que el 37.7% obtuvieron un nivel de ansiedad severa.

**Conclusión:** Una gran parte de la población estudiada presenta niveles de estrés altos, y al estar relacionado con el nivel de ansiedad, se obtiene que si una de las variables aumenta puede afectar a la otra. El seguir con más investigaciones sobre este tema será para mayor conocimiento sobre la importancia de conocer los niveles de estrés y ansiedad que pueden presentar estudiantes durante un evento como lo es una pandemia.

**Palabras clave:** Estrés, Ansiedad, Estudiantes, Pandemia.

Director de Tesis

---

M.E. Clemente Cordero Sánchez



## Tabla de contenido

Introducción	1
Antecedentes	3
Marco conceptual	3
Marco Referencial	12
Planteamiento del Problema	18
Objetivos	20
Plan de investigación	21
Materiales y Métodos	22
Ubicación	22
Criterios de inclusión y exclusión	22
Tamaño de la muestra	23
Métodos	23
Variables	25
Procesamiento de datos	26
Recursos	26
Consideraciones bioéticas	27
Resultados	28
Resultados de Objetivos	28
Discusión	32
Conclusión	34
Limitaciones	35
Recomendaciones	35
Cronograma de Actividades	36
Referencias	37
Anexo A. Consentimiento Informado	47
Anexo B. Cédula de Datos Sociodemográficos	49
Anexo C. Escala de Estrés Percibido	50
Anexo D. Escala de Ansiedad de Hamilton	51
Anexo E. Acceso a la información	53
Anexo F. Conflicto de intereses	54
Puebla, Puebla a 22 de noviembre de 2021	54
Anexo G. Solicitud de evaluación de protocolo de investigación	55
Anexo H. Carta de conocimiento del reglamento del Comité de Ética	56

## Lista de Tablas

	Paginas
1. Datos sociodemográficos	28
2. Nivel de estrés	29
3. Nivel de ansiedad	30
4. Coeficiente de confiabilidad: Escala de Estrés Percibido y Escala de Ansiedad de Hamilton	30
5. Estadística descriptiva y Prueba de Kolmogórov-Smirnov de la Escala de Estrés Percibido	30
6. Estadística descriptiva y Prueba de Kolmogórov-Smirnov de la Escala de Ansiedad de Hamilton	31
7. Matriz de correlación $r$ de Pearson de la Escala de Estrés Percibido-14 (PSS-14) y Escala de Hamilton para la Ansiedad (HAM-A)	31

## **Abreviaturas**

**OMS:** Organización Mundial de la Salud

**APA:** Asociación Americana de Psicología

**INEGI:** Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática

**PAHO:** Organización Panamericana de la Salud

**CIE-10:** Décima revisión de la Clasificación Internacional de las Enfermedades y Trastornos relacionados con la Salud Mental.

**DSM-V:** Quinta edición del diagnóstico y del manual estadístico de los trastornos mentales

**HAM-A:** Escala de Ansiedad de Hamilton

**CENETEC:** Centro Nacional de Excelencia Tecnológica en Salud

**PSS-14:** Escala de Estrés Percibido 14

**SSRI:** Inhibidores selectivos de la recaptación de la serotonina

**SNRI:** Inhibidores de la recaptación de serotonina y norepinefrina

**NOM:** Norma Oficial Mexicana

**ACTH:** Hormona Adrenocorticotropa

## Glosario

**Fisiopatología:** Estudio de la relación entre las funciones del organismo y sus posibles alteraciones (DeSelm, 2018).

**Zozobra:** Sentimiento de inquietud o angustia ante un peligro, una amenaza o un temor (RAE, 2020).

**Mutismo selectivo:** Fracaso constante de hablar en situaciones sociales específicas en las que existe expectativa por hablar a pesar de hacerlo en otras situaciones (DSM-V, 2014)

**Agorafobia:** Miedo persistente a situaciones públicas o grupales que pueden precipitar una crisis de angustia y causar vergüenza o incomodidad sin escapatoria (DSM-V, 2014).

**Enfermería.** Es la profesión que comprende el cuidado autónomo y colaborativo de personas de todas las edades, familias, grupos y comunidades, enfermos o sanos y en todos los entornos (NOM-019, 2013).

**Trastorno.** Es una alteración del estado de salud normal debido o no a una enfermedad (CIE-10, 2018).

**Agente nocivo.** Son aquellos que pueden afectar a nuestro organismo y están presentes en cualquier lugar, en nuestra casa, en la escuela o en la calle, ya sea físicos o químicos (Barreda, 2020).

**Hipotálamo.** Es una pequeña sección del cerebro que se encuentra en la base del cerebro, cerca de la glándula pituitaria (Barreda, 2020).

**Hormona Adrenocorticotropa.** Es una hormona producida por la glándula pituitaria, una glándula pequeña situada en la base del cerebro controla la producción de otra hormona llamada cortisol (Valdés, M., y De Flores, T., 2011).

**Crisis.** Situación grave y decisiva que pone en peligro el desarrollo de un asunto o un proceso (Guía de Práctica Clínica de Diagnóstico y Manejo del Estrés Postraumático, 2011).

**Terapia Cognitivo Conductual.** Es una terapia del habla frecuente, la cual se utiliza para tratar trastornos de salud mental. Puede ser una herramienta eficaz para ayudar a cualquier persona a aprender a manejar mejor las situaciones estresantes de la vida (Guía de Práctica Clínica de Diagnóstico y Tratamiento de los Trastornos de Ansiedad, 2010).

**Sistema Límbico.** Consiste en un grupo de estructuras (tálamo, hipotálamo y la amígdala cerebral) que dirigen las emociones y el comportamiento (DeSelm, 2018).

**Hiperreflexia.** Es una reacción anormal y exagerada del sistema nervioso involuntario a la estimulación (DSM-V, 2014).

**Síncope.** Es una pérdida transitoria de conciencia y tono postural debido a menor flujo sanguíneo cerebral que se recupera espontáneamente sin maniobras de RCP (DSM-V, 2014).

**Parestesias.** Sensaciones anormales sin estímulo previo, descritas por los pacientes como hormigueos o miembro dormido (DSM-V, 2014).

## Introducción

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el estrés como el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara el organismo para la acción. Mientras que Hans Selye, padre en el estudio del estrés, define al estrés como la respuesta adaptativa del organismo ante los diversos estresores, denominándolo como “Síndrome General de Adaptación” (1935), alrededor de todo el mundo se presentan casos de estrés y algunos estudios nos muestran el número de personas que padecen de este mismo.

Un estudio realizado del 31 de enero al 2 de febrero de 2020 con 1210 personas en 194 ciudades de China, el 8.1% informó de niveles de estrés moderado a grave dentro del rango de edad las personas mayores y los jóvenes son los más vulnerables (OMS, 2020). Según los resultados de una nueva encuesta de la Asociación Americana de Psicología (APA) en el 2020, la tercera parte de la población de los Estados Unidos vive en un estado de estrés extremo, mientras que cerca de la mitad (48%) considera que su estrés ha aumentado en los últimos cinco años. De igual forma, se hacen cada vez más presentes los casos de estrés en la población mexicana.

Según la encuesta “Estrés, sus causantes y consecuencias en la Salud”, realizada por el Centro de Opinión Pública de la Universidad del Valle de México, el 58% de los mexicanos admite haber tenido problemas de salud a causa del estrés (UVM, 2020). En México de acuerdo con un estudio realizado en el 2020 en colaboración de COVID-Stress International Collaboration mencionan que la participación se concentró en los estados de Ciudad de México, Veracruz, Estado de México, Jalisco y Nuevo León, un 11% de la muestra reportan niveles de estrés altos el cual dentro de los grupos de riesgo se observa que son los jóvenes de entre 21 a 30 años quienes reportan mayores niveles de estrés percibido. Además del estrés, otra alteración psicológica importante en los adolescentes es la ansiedad.

La ansiedad es un estado emocional en el que se experimenta una sensación de angustia y desesperación permanentes, por causas no conocidas a nivel consciente, así lo define el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI, 2021). De acuerdo con el Diccionario de la Real Academia Española, el término “ansiedad” viene del latín *anxietas* y se define como el estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo. La Organización Panamericana de la Salud indica que la ansiedad es el trastorno psiquiátrico más importante en el mundo con el que viven más de 254 millones de personas (PAHO & OMS, 2015). En el 2018, con base en estudios realizados por la Secretaría de Salud y Salud Mental en México se identificó un aumento en los casos de ansiedad de un 75% durante esos últimos cinco años. Uno de los grupos más afectados por este tipo de trastornos son los estudiantes de carreras del área de la salud, en este caso, los estudiantes de la licenciatura de Enfermería.

Se reconoce que la enfermería es la ciencia y el arte humanístico, dedicada al mantenimiento y promoción del bienestar de la salud de las personas; asimismo, el estudiante de enfermería es la persona que se encuentra en el proceso de formación en la carrera de enfermería en alguna institución educativa perteneciente al Sistema Educativo Nacional (NOM-019-SSA3-2013). De acuerdo con Rivas, et al., (2013) en conjunto con Salud Pública en México realizaron un estudio con la participación de 137 estudiantes de la Licenciatura en Enfermería donde el resultado fue de 55.5% con intensidad moderada en estrés. En cuanto en la ansiedad en un estudio participaron 133 estudiantes de la Licenciatura en Enfermería en México donde el 23.17% padecen ansiedad a nivel moderado (Ruvalcaba., et al., 2020).

## 1. Antecedentes

### 1.1 Marco conceptual

Esta investigación abordará los conceptos de: a) Estrés, de acuerdo con CIE-10 (2018), APA (2013) y Barreda (2010); b) Ansiedad de acuerdo con DSM-V (2014), Secretaría de Salud (2015) y DeSelm (2018).

#### *1.1.1 Estrés de acuerdo con CIE-10, APA y Barreda (2020)*

Vocablo originario del término “stress”, que proviene del latín “strictus”, participio del verbo “stringere”, significa ceñir, atar fuertemente. En el siglo XVI se le da un sentido de sometimiento a gran tensión física o mental (Cruz., 2018).

Es un trastorno transitorio de una gravedad importante que aparece en un individuo sin otro trastorno mental aparente, como respuesta a un estrés físico o psicológico excepcional y que por lo general remite en horas o días (CIE-10, 2018).

El estrés se describe con frecuencia como una sensación de agobio, preocupación y agotamiento. El estrés puede afectar a personas de cualquier edad, género y circunstancias personales y puede dar lugar a problemas de salud tanto física como psicológica. Por definición, el estrés es cualquier “experiencia emocional molesta que venga acompañada de cambios bioquímicos, fisiológicos y conductuales predecibles” (APA, 2013).

La palabra “estrés” se utiliza para indicar la respuesta del organismo, y al estímulo o agente nocivo se le denomina “estresante”. Una situación estresante no tiene que ser necesariamente ingrata, puede tratarse también de una alegría o un goce intenso (Barreda, 2020).

#### *Fisiología del estrés*

La respuesta al estrés, aunque no es específica, depende de varios factores, como la intensidad del estímulo, su duración, su predicción y su control. El estrés da lugar a una serie de



ajustes a largo o corto plazo en los sistemas neuroendocrino, nervioso, cardiovascular e inmunitario, que permiten al individuo adaptarse a una serie de estímulos tanto físicos como psicológicos. Las funciones fisiológicas, como la inmunidad, la digestión, la reproducción y el crecimiento, se inhiben y mantienen en estado de latencia, ya que no suponen un beneficio a corto plazo y no son esenciales para la supervivencia. (Barreda., 2020).

El hipotálamo segrega la hormona CRF (factor liberador de corticotropina) al sistema porta que conecta el hipotálamo con la adenohipófisis provocando la secreción de la hormona adenocorticotropa (ACTH). Esta secreción actúa sobre la corteza de las glándulas suprarrenales, dando lugar a la producción de corticoides que pasan al torrente circulatorio ocasionando múltiples incidencias orgánicas (Valdés, y De Flores., 2011).

La respuesta inmediata al estrés está mediada por el hipotálamo y el sistema nervioso autónomo, y ocasiona aumento de la glucemia, de la frecuencia y fuerza de contracción cardíacas, incremento del flujo sanguíneo en el músculo esquelético, vasoconstricción esplénica, aumento del número de hematíes circulantes, dilatación pupilar, dilatación bronquial y aumento de la capacidad respiratoria. Estos cambios aseguran la perfusión sanguínea a los órganos vitales como el corazón y el cerebro, así como al pulmón y el músculo esquelético, lo que les provee de oxígeno y glucosa (Barreda., 2020).

### *Clasificación del estrés*

Existen diferentes tipos de estrés: estrés agudo, estrés agudo episódico y estrés crónico. El estrés agudo es la forma de estrés más común. Surge de las exigencias y presiones del pasado reciente y las exigencias y presiones anticipadas del futuro cercano. En el estrés agudo episódico están aquellas personas que tienen estrés agudo con frecuencia, cuyas vidas son tan desordenadas que son estudios de caos y crisis, otra forma de estrés agudo episódico surge de la preocupación

incesante. El estrés crónico surge cuando una persona nunca ve una salida a una situación deprimente, este es el estrés agotador que desgasta a las personas día tras día, año tras año. El estrés crónico destruye al cuerpo, la mente y la vida, hace estragos mediante el desgaste a largo plazo (APA, 2013).

Dentro de otros tipos de estrés existe lo que es el estrés laboral, estrés académico y estrés postraumático. El estrés laboral es un tipo de estrés donde la creciente presión en el entorno laboral puede provocar la saturación física y/o mental del trabajador, generando diversas consecuencias que no sólo afectan la salud, sino también su entorno más próximo ya que genera un desequilibrio entre lo laboral y lo personal (IMSS, 2020). La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el estrés académico como una reacción de activación fisiológica, emocional, conductual y cognitiva ante estímulos y eventos académicos. Según Barraza., (2016) menciona que el estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores. El estrés postraumático se determina como una respuesta retardada o tardía a un suceso o a una situación estresante de corta o larga duración de naturaleza excepcionalmente amenazante o catastrófica, que probablemente causarían angustia generalizada a casi cualquier persona (CIE-10, 2018).

Espinoza., Pernas., y González., (2018) nos mencionan que el estrés puede ser clasificado tomando como base la fuente generadora, según la percepción positiva o negativa, dependiendo de la manera en que la persona distinga el estímulo externo, este puede ser un estrés bueno (eustrés) o mal estrés (distrés). El eustrés, es un estado de tensión psíquica que favorece la activación para realizar actividades en búsqueda de placer. El distrés, es un estado de tensión psíquica (malestar, disgusto, tristeza).

### *Diagnóstico del estrés*

Los síntomas muestran un cuadro típicamente mixto y cambiante, e incluyen un estado inicial de "embotamiento" con alguna reducción del campo de conciencia, estrechamiento de la atención, incapacidad para asimilar los estímulos y desorientación. Presentan agitación, hiperactividad, taquicardia, sudoración, rubor e incluso puede existir amnesia completa o parcial. Los síntomas suelen aparecer a los pocos minutos de la presentación del acontecimiento o estímulo estresante, y desaparecen en dos o tres días (CIE-10, 2018). Dentro de los criterios del DSM- V los síntomas suelen iniciar tan pronto como la persona se expone al evento (o se entera del mismo), pero deben experimentarse por más de tres días tras el evento estresante para cumplir el criterio de duración si los síntomas persisten más de un mes, ya no son agudos. Los síntomas que presentan son memorias invasivas o pesadillas; experiencias disociativas, como evocaciones o sensación de irrealidad; incapacidad para experimentar alegría o amor; amnesia de porciones del evento; esfuerzos por evitar los elementos que recuerdan al evento; eliminación de las ideas o las memorias de la conciencia. También puede experimentar síntomas de hiperactivación fisiológica: irritabilidad, alerta extrema, dificultad para concentrarse, insomnio, o una respuesta de sobresalto intensa. Nos menciona que para el estrés postraumático se expresan sentimientos negativos, como culpa o responsabilidad personal, que sufrió una lesión grave o quizá abuso sexual; participó en forma cercana en la muerte o la lesión de otra persona; acaba de enterarse de que alguien cercano tuvo un accidente o fue violentado en algún otro sentido, proveen servicios de urgencia donde pueden desarrollar un trauma ante la exposición repetida. (a menudo en pocas horas)

### *Tratamiento del estrés*

Para el manejo del estrés, la American Psychological Association, recomienda tomar decisiones sensatas sobre el estado de vida y conducta del individuo para mejorar la salud en general y prevenir el estrés crónico. Entre sus recomendaciones está: hacer actividad física, llevar una dieta saludable y dormir más y mejor. Cambios en el estilo de vida y conducta, terapia y medicamentos, en algunos casos, son intervenciones con las que se puede tratar el estrés crónico. Se recomienda iniciar tratamiento con ISRS de manera paralela con la terapia psicológica, y se debe considerar valorar la respuesta terapéutica para ajustar el tratamiento y/o la incorporación de medicamento adyuvante (2013).

En casos específicos, como el trastorno de estrés postraumático (TEPT), la Guía de Práctica Clínica para Diagnóstico y Manejo del estrés postraumático (2011), nos indica que para tratamiento inicial se utilizan estrategias psicoterapéuticas y el uso de inhibidores secundarios de recaptura de serotonina, siendo estos medicamentos los que mayor eficacia han tenido ante los síntomas del TEPT. Si existe la presencia de síntomas psicóticos o de agresividad, se ha recomendado el uso de antipsicóticos atípicos (olanzapina, risperidona, quetiapina, ziprasidona, aripiprazol).

Como tratamiento psicológico, la GPC de Diagnóstico y Manejo del Estrés Postraumático (2011), también recomienda la terapia cognitivo conductual por ser la más efectiva a la hora de reducir la sintomatología y prevenir la recurrencia de crisis. Dicha terapia puede ser individual enfocada al trauma o al manejo del estrés y también está la opción de terapia grupal.

### *1.1.2 Ansiedad de acuerdo con DSM-V (2014), DeSelm (2018) y Secretaría de Salud (2015)*

La ansiedad es una preocupación excesiva, que se produce durante más días de los que ha estado ausente durante un mínimo de seis meses, en relación con diversos sucesos o actividades como en la actividad laboral o escolar (DSM-V, 2014).

La ansiedad es un estado emocional en el que se presentan cambios somáticos y psíquicos. Se considera patológica cuando se presenta de manera excesiva y su duración es prolongada, lo que genera disfuncionalidad en la persona que lo padece (Secretaría de Salud, 2015).

Los trastornos de ansiedad son un grupo heterogéneo. Los trastornos de ansiedad se caracterizan por temor o preocupación excesivos respecto de acontecimientos reales o imaginarios. Los temores a menudo afectan la salud física y psicológica (DeSelm., 2018).

#### *Fisiopatología de la ansiedad*

La fisiopatología del trastorno de ansiedad es multifactorial. Es probable que participen algunos neurotransmisores, como el ácido  $\gamma$ -aminobutírico, noradrenalina y serotonina. Se han implicado las áreas del cerebro que participan en el procesamiento de la ansiedad, como el sistema límbico y en particular la amígdala. Parece que hay un factor genético, sobre todo en el trastorno de pánico, aunque no parece que sea un factor pronóstico sólido como en otras enfermedades psicológicas. La exposición a acontecimientos estresantes, sobre todo en la infancia, es un factor de riesgo para el surgimiento del trastorno de ansiedad (DeSelm., 2018). La ansiedad ocurre cuando la información es recogida por los órganos de los sentidos y por receptores de diversos tipos, que diseminados en diversas partes del organismo informan al cerebro del estado que guardan sus diversos órganos y sistemas. Dicha información fluye, a través de vías nerviosas específicas, a regiones especializadas de la corteza cerebral, ya sea

directamente o después de haber pasado por el tálamo, región cerebral encargada de su procesamiento previo. A partir de ambas estructuras, la información ya procesada y codificada se envía a las regiones cerebrales encargadas de integrar la ansiedad (Pérez., 2003).

### *Clasificación de la ansiedad*

De acuerdo con el DSM-V (2014), la ansiedad se clasifica en; Trastorno de ansiedad por separación, es el miedo o ansiedad excesiva e inapropiada para el nivel de desarrollo del individuo concerniente a su separación de aquellas personas por las que siente apego. Mutismo selectivo, se refiere al fracaso constante de hablar en situaciones sociales específicas en las que existe expectativa por hablar a pesar de hacerlo en otras situaciones. Fobia específica, miedo o ansiedad intensa por un objeto o situación específica. Trastorno de ansiedad social, miedo o ansiedad intensa en una o más situaciones sociales en las que el individuo está expuesto al posible examen por parte de otras personas. Trastorno de pánico, ataques de pánico imprevistos recurrentes, un ataque de pánico es la aparición súbita de miedo intenso o de malestar intenso que alcanza su máxima expresión en minutos. Agorafobia, miedo persistente a situaciones públicas o grupales que pueden precipitar una crisis de angustia y causar vergüenza o incomodidad sin escapatoria. Trastorno de ansiedad generalizada, ansiedad y preocupación excesiva, que se produce durante más días de los que ha estado ausente durante un mínimo de seis meses en relación con diversos sucesos. Trastorno de ansiedad debido a otra afección médica los ataques de pánico o la ansiedad predominan en el cuadro clínico. Trastorno de ansiedad inducido por sustancia o medicamento que es cuando los síntomas de ansiedad o pánico pueden atribuirse al consumo de alguna sustancia química, puede presentarse durante un proceso de intoxicación aguda.

### *Diagnóstico de la ansiedad*

La ansiedad y la preocupación se asocian a tres (o más) de los seis síntomas siguientes: 1. Inquietud o sensación de estar atrapado o con los nervios de punta. 2. Fácilmente fatigado. 3. Dificultad para concentrarse o quedarse con la mente en blanco. 4. Irritabilidad. 5. Tensión muscular. 6. Problemas de sueño (dificultad para dormirse o para continuar durmiendo, o sueño inquieto e insatisfactorio). Otros síntomas como sudoración, hiperreflexia, fluctuaciones de la presión arterial, palpitaciones, síncope, taquicardia, parestesias, temblor, molestias digestivas, aumento de la frecuencia y urgencia urinarias, diarrea, tendencia al cansancio, disfunción laboral/educativa, social o persona. Y al menos algunos de los síntomas han estado presentes durante más días de los que han estado ausentes durante los últimos seis meses. (DSM-V, 2014).

### *Tratamiento de la ansiedad*

Las dos clases principales de fármacos son las benzodiazepinas para el tratamiento agudo y los- antidepresivos para el crónico. Lo ideal es iniciar los antidepresivos para la ansiedad en conjunto con el médico general o el psiquiatra, con un plan de seguimiento establecido. Los SSRI y los SNRI son los antidepresivos de elección. Los antidepresivos tricíclicos y los MAOI se usan sobre todo en casos de fracaso del tratamiento. Las dosis tienden a ser menores que las administradas en el tratamiento de la depresión, y es probable que tarden más tiempo en ser efectivas (DeSelm., 2018).

De acuerdo con la GPC Diagnóstico y Tratamiento de los Trastornos de Ansiedad en el Adulto (2010) en el tratamiento psicológico, se debe ofrecer terapia de exposición a los pacientes con presencia de fobia específica por sus resultados benéficos, puede ser en forma individual o grupal, y se recomienda que sea combinada (Terapia Cognitivo Conductual y farmacológica).

### *1.1.3 Estudiantes de enfermería según la NOM-019-SSA3-2013*

Se le llama así a la persona que se encuentra en proceso de formación en la carrera de enfermería de nivel medio superior o superior de alguna institución educativa perteneciente al Sistema Educativo Nacional (NOM-019, 2013).

#### *Clasificación de los estudiantes*

Los estudiantes de enfermería se clasifican de la siguiente forma según la NOM-019-SSA3-2013: Enfermera(o) con maestría, la persona que, además de reunir los requisitos de licenciado en enfermería, obtuvo el diploma de especialización en términos de las disposiciones jurídicas aplicables y le ha sido expedida por la autoridad educativa correspondiente.

Enfermera(o) con doctorado, es la persona que, además de reunir los requisitos del grado de maestría, acredita el grado de doctorado, en términos de las disposiciones jurídicas aplicables y le ha sido expedida por la autoridad educativa correspondiente. Enfermera(o) especialista, es la persona que, además de reunir los requisitos de licenciado en enfermería, obtuvo el diplomado de especialización en términos de las disposiciones jurídicas aplicables y le ha sido expedida por la autoridad educativa correspondiente.

Auxiliar de enfermería, es la persona que obtuvo constancia que acredite la conclusión del curso de auxiliar de enfermería expedido por alguna institución perteneciente al Sistema Educativo Nacional. Estudiante de enfermería, es la persona que se encuentra en proceso de formación en la carrera de enfermería de nivel medio superior. Pasante de enfermería es el estudiante de enfermería de una institución educativa que ha cumplido los créditos académicos exigidos en el plan y programas de estudio, que para realizar el servicio social debe contar con la constancia de adscripción y aceptación expedida por la secretaria de Salud.



## 1.2 Marco Referencial

En el período de la revisión bibliográfica se han encontrado pocos estudios directamente relacionados a las dos variables ya mencionadas. Para la explicación y defensa de la presente investigación se citaron 12 artículos directa e indirectamente relacionados, habiendo en su mayoría indirectos.

Perilla., et al., (2020) realizaron un artículo sobre “La ansiedad y estrés: una situación en estudiantes de Enfermería” en una Universidad Pública, donde la muestra fue de 307 participantes. El 77% de los estudiantes fue del sexo femenino y el 23% masculino, en el rango de 20 a 24 años. El 94% de los participantes su estado civil era soltero. De acuerdo con los resultados nos determinan que el 60% de los estudiantes no presentan ansiedad, el 22% con el nivel de ansiedad leve, en el nivel de ansiedad moderada con un 15% y nivel de ansiedad severa fue del 3%. En cuanto al estrés el 39% se muestra sin estrés, otro 39% con un nivel de estrés leve, en el nivel de estrés moderado con un 15% de la muestra, y el nivel de estrés severo fue de 7%. Se utilizó el instrumento auto aplicable DASS-21 para el estrés y ansiedad, con Alfa de Cronbach de 0.93, obteniendo así los niveles de ansiedad y depresión, los cuales fueron desencadenados por el estrés.

Clemente., (2021). Presentó una investigación acerca de Estrés Académico y Ansiedad en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería de una Universidad Pública, con una muestra de 561 estudiantes de 18 a 28 años, predominando el sexo femenino con 87.3%, solteros con un 94.1%, sin hijos el 94.5% con procedencia del estado de Puebla del 82.5%, además 81.4% son empleados. La mayoría de los estudiantes cursaban el segundo, cuarto y sexto semestre, 5.8% cursaba el primer semestre, 20% el segundo semestre, 5.5% cursaba el tercer semestre, 20% cuarto semestre, 9.1% quinto semestre, 18.2% sexto semestre, el séptimo semestre lo cursaba el

7.2% y 14.2% cursaba octavo semestre. En cuanto al estrés el 42.6% presenta estrés académico severo, moderado el 32.8% y leve 24.6%, el 35.3% de los estudiantes tiene ansiedad leve, 29.5% moderado, 17.7% mínimo y el 17.5% severo. Como instrumentos utilizaron el SISCO SV-21 para el estrés, con un alfa de Cronbach de .85 y el Inventario de Ansiedad de Beck con un Alfa de Cronbach de 0.83. Como resultado se obtuvo una relación positiva y significativa moderada entre el estrés académico y la ansiedad ( $r = .461$ ;  $p = .001$ ).

Castillo., Chacón., y Díaz., (2016) en su artículo “Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud”, realizaron un estudio descriptivo de corte trasversal en el que participaron 154 estudiantes de los cuales fueron 78 de la escuela de Enfermería y 76 de la escuela de Tecnología Médica, de edades entre los 18 y 22 años de edad, en caso de Enfermería el 64.1% eran mujeres y el 35.9% eran hombres. Mientras que en el caso de Tecnología Médica 52.6% eran mujeres y 47.4% eran hombres. En el nivel de ansiedad leve Enfermería obtuvo el 32.1%, mientras que Tecnología Médica obtuvo 56.6%, el nivel de ansiedad moderado que presentó Enfermería fue de 47.4% mientras que la tecnológica médica 43.2%, el nivel de ansiedad severa en estudiantes de Enfermería fue el 20.5% y en Tecnología Médica el 9.2%. Respecto a las fuentes de estrés académico, para los estudiantes de la carrera de Enfermería hay 6 fuentes de estrés y para los estudiantes de la carrera de Tecnología Médica hay 5, ambas escuelas coinciden en los 3 principales factores de estrés que son la sobrecarga académica, falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas, realización de un examen; para los estudiantes de Enfermería se agregan la tarea de estudio y el trabajar en grupo; para los estudiantes de Tecnología Médica solo se agregó lo que es la competitividad entre compañeros. Los instrumentos que utilizaron fueron el STAI para evaluar la ansiedad, con un alfa de Cronbach de 0.89 y para el estrés se utilizó el IEA con un Alfa de 0.90. Sus resultados mostraron

mayores niveles de ansiedad severa en estudiantes de Enfermería que de Tecnología Médica. En cuanto a los factores estresores mencionan que, aunque las situaciones generadoras de estrés fueron similares para ambos grupos, varias de ellas fueron percibidas como estresores significativamente mayores por los estudiantes de Enfermería.

Kadappuran., y De Guzman., (2020) quienes elaboraron un estudio en India, para evaluar el nivel de depresión, ansiedad, estrés entre los estudiantes de enfermería durante la pandemia COVID-19. Con una muestra total de 211 estudiantes de la licenciatura en enfermería, el 26.5 % son del primer año, el 21.8% conforman el segundo año, del tercer año es de 22.7% y el cuarto año es del 28.9%. Utilizaron las escalas de estrés, ansiedad y depresión (DASS-21), con un alfa de 0.94 para la DASS-D, 0.87 para DASS-A y 0.91 para DASS-S. Como resultados obtienen que 19% de los estudiantes no tienen ansiedad, el 10.9% tienen ansiedad leve, el 37.9% tienen ansiedad moderada, el 18% tiene ansiedad severa y el 14.2% tiene ansiedad extremadamente severa. En cuanto al estrés el 29.4% se encuentra sin estrés, el 13.7% tienen estrés en nivel leve, el 46.4% tiene estrés nivel moderado, el 8.1% tiene estrés nivel severo y el 2.4% tiene estrés extremadamente severo.

Muvdi., et al., (2021) de la misma manera realizaron un estudio de "Estrés percibido en estudiantes de enfermería durante el confinamiento obligatorio por Covid-19", fue un estudio analítico en donde participaron 398 estudiantes de Enfermería de una Universidad de la Costa Caribe de Colombia, donde predominó el 92.2% de los participantes fueron del sexo femenino, en un rango de edad de 15 a 19 años del 37.7%, para la medición se utilizó el instrumento de Estrés percibido 10 con un Alfa de Cronbach de 0.65. Se obtuvo una puntuación promedio del 18.83% en el nivel de estrés percibido leve, en el nivel de estrés elevado se presenta en un 74.9%.

Cuestas., (2021). Hizo una investigación llamada “Estrés percibido durante la pandemia Covid-19” en un grupo de estudiantes de enfermería de una universidad en Lima Norte, 2020. La población estuvo conformada por 69 estudiantes de enfermería, en cuanto a la edad el 58% son de 20 a 25 años, el 26.1% de 26 a 30 años, el 7.2% de 31 a 35 años, 5.8% de 41 a 45 años y 2.9% de 36 a 40 años. Respecto al sexo, 95.5% son femenino y 4.3% masculino, su estado civil, el 68.1% son solteros, 15.9% convivientes, 10.1% casados, 4.3% divorciados y 1.4% viudo. En relación con la ocupación, 39.1% estudian y tienen trabajo eventual, 36.2% solo estudian y el 24.6% estudian y tienen trabajo estable. El instrumento de medición fue la Escala de Estrés Percibido (EEP- 10) con un Alfa de Cronbach 0.747, que confirma la fiabilidad del instrumento de medición. Los resultados mostraron que el 63.8% de los participantes tienen un nivel medio de estrés percibido, el 33.3% tienen nivel bajo y el 2.9% tienen nivel alto.

Silva., et al., (2019) realizaron una investigación llamada “Estrés académico en estudiantes de Licenciatura en Enfermería”, el cual fue un estudio cuantitativo, descriptivo y correlacional en una muestra conformada por 180 estudiantes mismos que fueron seleccionadas mediante muestreo probabilístico aleatorio estratificado. El 80% pertenece al sexo femenino, el 20% al sexo masculino, el 55.6 % pertenece a un rango de edad entre 17- 20 años de edad, solo el 5% pertenece a un rango de edad entre 25- 28 años. El 51.1% pertenece al quinto semestres, el 24.4% al tercer semestre y el 24.4% al séptimo semestre, el 76.7% estudia y el 23.3% estudia y trabaja. Para la recolección de datos para el estrés se consideró la Encuesta MISSCARE, “Missed Nursing Care”, se aplicó la versión traducida al español con un Alfa de Cronbach de 0.81. Se obtuvieron resultados que muestran que el 87. 8% los estudiantes presentan un nivel de estrés moderado, seguido de un nivel alto de estrés del 9.4%, solo el 2.8% de los participantes presentaron un nivel de estrés leve.

Castillo., Barrios., Alvis., (2018). Hicieron un estudio de Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia, que incluyó 587 estudiantes, el análisis se hizo mediante estadística descriptiva. Del total de participantes el 89.6% son mujeres con una edad promedio de 20 a 23 años, del primer semestre conformada por el 17.2%, segundo semestre 13.9%, del quinto semestre 10% y sexto semestre del 7.8%. Para medir el estrés académico se utilizó el inventario SISCO con un Alfa de Cronbach de 0.87. Los resultados mostraron el 11.4 %, un nivel alto de estrés, un 42 % reportó un nivel medio de estrés, cuya fuente principal fue la sobrecarga académica derivada de la demanda de tareas de las asignaturas teóricas y prácticas, el nivel bajo de estrés con un 48.2 %.

Ansejo., Linares., y Díaz., (2020) elaboraron un estudio observacional y transversal, para identificar el nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia en Perú. Donde la muestra fue realizada en 122 estudiantes de enfermería, el 71.3% fueron del sexo femenino y edad media de 17 a 29 años. Para el nivel de estrés académico se determinó mediante el Inventario Sistemático Cognoscitivista (SISCO SV) de Estrés Académico con un 95% de confianza. Los resultados indicaron que el estrés académico nivel leve en el sexo femenino es conformado del 19.5%, nivel de estrés moderado en el sexo femenino es de 28.7%, nivel severo de estrés en el sexo femenino es de 51.7%, mientras que en el sexo masculino en el nivel de estrés leve es de 17.1%, el 34.3% es del nivel moderado de estrés y el 48.6% en el nivel severo del sexo masculino.

Chávez., y Peralta., (2019) realizaron una investigación de tipo descriptivo llamada “Estrés Académico y autoestima en estudiantes de Enfermería, Arequipa-Perú”. Su población de estudio fueron 126 estudiantes entre los 18 y 22 años donde predominada el género femenino, los años en donde se encontraban más estudiantes fueron el primer, cuarto y quinto año con el

62.6%, el 98.44% declararon su estado civil como soltero. Para medir la variable Estrés Académico utilizaron como instrumento el Inventarios de Estrés Académico SISCO con un Alfa de Cronbach de 0,909. Al final, se obtuvieron los siguientes resultados: del total de la población estudiada, el 44.4% tuvo un nivel de estrés académico medio, el 31% fue alto y el 24.6% de los estudiantes de enfermería tuvo un nivel bajo.

Ruvalcaba., et al., (2020) elaboraron un estudio llamado “Ansiedad, depresión y actividad autónoma en Estudiantes de Enfermería, en el estado de Guanajuato, México”. Fueron incluidas 133 personas de una universidad de Guanajuato, México. El 81.2% eran mujeres y 18,8% hombres, con una edad entre 18 y 23 años, el 94.7% eran solteros, el 4.5% indicaron estar casados y el 0.8 % vive en unión libre. El 77,4% refirió vivir con sus papás, el 16,6% vive con otras personas, el 5.3% vive con su familia de procreación y solo una persona manifestó vivir sola. Con relación al nivel educativo, 35.3% pertenecían al primer semestre, 30.8% al tercero y 33.8% al quinto. En cuanto a los resultados de ansiedad, la media fue de 23.17, lo que corresponde a un nivel moderado de ansiedad; lo que significa que 65% de los estudiantes puntuó en este nivel, mientras que el 21% mostraron niveles leves y 13% calificó en niveles severos de ansiedad, la herramienta que utilizaron fue el inventario de ansiedad de Beck con un alfa > 0.9.

Ramírez., (2019). Elaboró un estudio del nivel de ansiedad en estudiantes de Enfermería de la Universidad San Pedro Chimbote. La muestra estuvo formada por 185 estudiantes distribuidos por género y por ciclo académico. Para esto utilizaron la prueba denominada IDARE, constituida por 20 ítems para ansiedad-estado con un Alfa de Cronbach de  $\alpha = 0.83$ . Los resultados encontrados en el presente estudio muestran que en cuanto a la ansiedad de nivel alto

es del 47.6%, en el nivel medio de ansiedad es de 50.8% y en el nivel bajo de ansiedad es del 1.6%.

Eleotério., et al., (2021) llevaron a cabo un estudio transversal de impacto de los síntomas de ansiedad y depresión en la autoeficacia percibida de estudiantes de Enfermería. La muestra de estudio fue compuesta por 82 estudiantes del 1er año de la licenciatura en Enfermería, representando del sexo femenino del 86.6 %, siendo solteros del 92.7 %, estudiantes informaron vivir con sus padres es del 47.6%, donde los resultados mostraron que el 73.2% es decir la mayoría de los estudiantes presentó síntomas de ansiedad, y el 26.8% no presento síntomas de ansiedad, la herramienta utilizada para medir la ansiedad fue la Escala de Ansiedad con un Alfa de 0.79.

Gutiérrez., (2020). Hizo un estudio llamado “Prevalencia de ansiedad en estudiantes de enfermería en la Universidad Norbert Wiener durante el aislamiento social”, el tipo de estudio que se empleó fue descriptivo y básico, en el cual se incluyeron a 102 estudiantes de enfermería. La edad más frecuente fue entre 20 y 30 años en el 44.1%, el 79.4% pertenecían al sexo femenino. El semestre académico en el 29.4% pertenecían al 3ro y 4to, mientras que el estado civil soltero(a) se presentó en el 73.5%; por último, el 36.3% tenía como lugar de residencia en el cono norte y el mismo porcentaje en el cono este. Emplearon como instrumento la Escala para el trastorno de ansiedad generalizada con un Alfa de Cronbach de 0.920. El 36.3% tuvo un nivel de ansiedad leve, seguido del 29.4% curso con ansiedad moderada; el 24.5% no presentaron síntomas de ansiedad, por último, el 9.8% cursan con ansiedad grave.

### **1.3 Planteamiento del Problema**

Los maestros en psicología, Caldera, Pulido y Martínez (2007) mencionan que el estrés hace referencia a una gama muy amplia de experiencias, por ejemplo, nerviosismo, tensión,

cansancio, agobio, inquietud y otras sensaciones o vivencias similares, que también se aplica para describir miles de circunstancias o situaciones responsables de esas emociones, como una cantidad excesiva de trabajo, la desmesurada presión que se puede sufrir en cualquier situación comprometida. En el mundo, uno de cada cuatro individuos sufre de estrés académico, y en las universidades se estima que el 50% de los estudiantes puede desarrollar problemas de salud, por ejemplo, consumo de sustancias tóxicas, depresión y dificultades familiares siendo así estos factores que desencadenan el estrés en las actividades académicas. En México es uno de los países con mayores niveles de estrés en el mundo debido a que presenta los principales factores que provocan esa enfermedad tales como pobreza y cambios constantes de situación como el confinamiento de una pandemia, un cambio de escuela, el trabajo bajo a presión.

De acuerdo con el estudio anterior nos hacen referencia que las carreras más afectadas por el estrés académico son las Ciencias de la Salud entre ellas los estudiantes de la licenciatura en Enfermería. (Santos., cómo se citó en Carmel., Bernstein, 2017). Una manifestación común del estrés es la ansiedad, la cual la vemos como una respuesta emocional.

El CENETEC (2010) define a la ansiedad como un estado emocional displacentero que se acompaña de cambios somáticos y psíquicos, que puede presentarse como una reacción adaptativa. Ochoa Martínez, Castro Torres, Vázquez Orozco, et.al., (2021) en un estudio realizado a 300 estudiantes de carreras del área de la salud, resultaron 50% de los estudiantes de enfermería en un nivel de ansiedad leve, mientras que el 16% de los estudiantes presentaron un nivel de ansiedad moderado. Hay diversos factores que pueden elevar los síntomas de estrés y ansiedad en los estudiantes, por ejemplo, como lo veremos, una pandemia mundial.

En la actualidad se realizó un estudio que detalla más las repercusiones del confinamiento por la pandemia del COVID-19 un ejemplo es la investigación de González, Tejeda, Espinosa y



Ontiveros (2020) quienes realizaron un estudio observacional-transeccional, para determinar el impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por el confinamiento, en el cual se indicó que el 40.3% de los estudiantes universitarios sufren de ansiedad y el 31.92% de estrés, teniendo un total del 72.22% de estudiantes con alguna de las variables presentadas.

Según la bibliografía revisada se comenta que los estudiantes de universidad, en especial en el área de ciencias de la salud y entre ellos, los estudiantes de enfermería se considera que presentan mayores síntomas de estrés y ansiedad por el exceso de trabajo escolar, prácticas profesionales, y, en el caso actual por la situación de tener clases en modalidad en línea por la pandemia empezada desde marzo de 2020.

Los estudios anteriores se han llevado a cabo en otros estados de la República Mexicana y no en gran parte en el Estado de Puebla, además de que la mayoría de las publicaciones han sido estudiadas por otros profesionales de la salud y no de enfermería que son los encargados del cuidado a la salud de las personas. Por lo que se propone conocer ¿cuál es el nivel de estrés y ansiedad que podrían presentar los estudiantes de enfermería durante la pandemia en una universidad privada de Puebla, México?

Se busca que con los resultados obtenidos se conozcan los niveles de estrés y ansiedad que se presenten en los estudiantes de Enfermería durante la pandemia y así enriquecer las investigaciones ya realizadas acerca de este problema para que la disciplina de enfermería fortalezca sus programas de prevención de estrés y ansiedad.

#### **1.4 Objetivos**

Con base en el marco conceptual y referencial se plantea el siguiente objetivo general y objetivos específicos.

#### *1.4.1 Objetivo General*

Encontrar el nivel de estrés y ansiedad que presenten los estudiantes de Enfermería durante la pandemia en una Universidad Privada en el 2022.

#### *1.4.2 Objetivos Específicos*

- Identificar los datos sociodemográficos de la muestra a estudiar.
- Determinar el nivel de estrés de los estudiantes de enfermería durante la pandemia en una Universidad Privada.
- Encontrar el nivel de ansiedad de los estudiantes de enfermería durante la pandemia en una Universidad privada.
- Relacionar el nivel de estrés y ansiedad en estudiantes de enfermería durante la pandemia en una Universidad privada.

### **1.5 Plan de investigación**

El título del proyecto de investigación propuesto fue aprobado por el Comité de Ética de la Universidad de las Américas Puebla el día 5 de mayo del 2021 por lo que, a partir de tal día se sigue llevando a cabo la revisión bibliográfica que servirá como base para la elaboración de este proyecto de investigación que lleva por título “Estrés y Ansiedad en Estudiantes de Enfermería de una Universidad Privada del Estado de Puebla en el 2022” en donde la variable independiente es el estrés, la dependiente es la ansiedad y la unidad de análisis son los estudiantes de enfermería.

Se presentó el protocolo de tesis el día 3 de diciembre de 2021 al Comité de Ética, después de ser aprobado con modificaciones y sugerencias se esperó el dictamen de aprobación para poder posteriormente solicitar la autorización a la universidad donde se llevó a cabo la investigación, se tuvo una plática con los autoridades y directivos pertinentes de la institución

educativa y se dio a conocer el protocolo de investigación, así como el consentimiento informado.

Con la autorización obtenida, se planteó a los estudiantes participantes la razón y propósitos de nuestra investigación, recalcando siempre que era su decisión participar o no en el llenado de los formatos correspondientes. Si su respuesta fue positiva, se debió firmar el consentimiento informado, que, en este caso, fue otorgado por una plataforma digital. Se les explicó en ese mismo formato que están en libertad de dejar la investigación cuando ellos lo quieran así, mostrándoles que no habría ninguna repercusión en el avance de la investigación o en su aspecto educativo. Y, por último, se realizó la redacción de los apartados de resultados y discusión con los datos obtenidos.

## **2. Materiales y Métodos**

En este apartado se detalla la ubicación de dónde se llevó a cabo la investigación, el tamaño de la muestra a estudiar, así como también los criterios de inclusión y exclusión que se tomaron en cuenta, de igual manera se detallan los instrumentos de medición a utilizar con nuestras variables, el procesamiento de datos, los recursos humanos, físicos y financieros y, por último, se mencionan las consideraciones bioéticas a las que se apegó dicha investigación.

### **2.1 Ubicación**

La investigación se llevó a cabo en una Universidad privada del estado de Puebla en los estudiantes de la licenciatura de Enfermería en el año 2022, en una plataforma virtual.

### **2.2 Criterios de inclusión y exclusión**

#### *2.2.1 Criterios de inclusión*

- Estudiantes de la Licenciatura en Enfermería.
- Estudiantes que acepten participar en el estudio.

- Estudiantes de ambos sexos.

### *2.2.2 Criterios de exclusión*

- Estudiantes que solo han cursado un semestre en línea.
- Estudiantes que no sean de la universidad privada donde se llevó a cabo el estudio.

### *2.2.3 Criterios de eliminación*

- Escalas con respuestas incompletas
- Estudiantes que no hayan leído, aceptado o realizado el consentimiento informado.

## **2.3 Tamaño de la muestra**

La población estuvo conformada por estudiantes de la licenciatura en enfermería de una universidad privada del estado de Puebla, mediante un muestreo aleatorio simple. Se utilizó el programa STATS (Hernández Sampieri, R, 2014), utilizando los siguientes datos:

Tamaño del universo: 270

Error máximo aceptable: 5%

Porcentaje estimado de la muestra: 50%

Nivel deseado de confianza: 95%

Lo que nos dio el tamaño de la muestra de 159 estudiantes.

## **2.4 Métodos**

El estudio realizado fue descriptivo-correlacional de tipo transversal de acuerdo con los criterios de Sampierie., Collado., y Lucio., (2014).

### *2.4.1 Instrumentos*

Para la recolección de datos se utilizaron tres instrumentos: 1. Cédula de datos sociodemográficos elaborada por Cuautle., García., Rodriguez., Ayala., y Cordero., (2021). 2. Escala de Estrés Percibido de Cohen., (1983) adaptada para México por González y Landero

(2007). 3. Escala de Hamilton para la Ansiedad adaptada al español por Lobo y Chamorro (2002). Dichos instrumentos resultan ser aplicables, de bajo costo y funcionales para nuestra investigación, además de ser una sencilla aplicación por constar de ítems de comprensión simple y preguntas de tipo opcional, las cuales resultan ser de mayor facilidad y reducir el tiempo de aplicación.

La cédula de datos sociodemográficos elaborada por las investigadoras la cual consta de 8 reactivos con opción múltiple, en donde se registran datos generales como: edad, género, estado civil, semestre que cursa de la carrera, número de semestres que tomó clases en línea, número de clases que tomaba al día en línea, recibió prácticas clínicas en línea y en caso de ser afirmativas cuantas prácticas fueron.

Para el nivel de estrés en los estudiantes se determinó mediante la Escala de Estrés Percibido 14 (Cohen., 1983) adaptada para México por González y Landero (2007), la cual consta de 14 ítems que incluyen preguntas directas sobre los niveles de estrés experimentados en el último mes. Se utiliza un formato de respuesta tipo Likert con 5 puntuaciones siendo: 0 (nunca), 1 (casi nunca), 2 (de vez en cuando), 3 (a menudo) y 4 (muy a menudo), invirtiéndose la puntuación en los ítems 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 y 13. La escala puntúa de 0 a 56; las puntuaciones superiores indican un mayor estrés percibido. Las puntuaciones se clasifican 0-14 indican que casi nunca o nunca está estresado; de 15-28, de vez en cuando está estresado; de 29-42, a menudo está estresado, y de 43-56, muy a menudo está estresado. La escala PSS-14 ha demostrado ser fiable y válida para evaluar el estrés en diversas poblaciones como mujeres, hombres, estudiantes, inmigrantes, etc. Ha sido empleada en varios países, grupos poblacionales, edades y diversos entornos como los mexicanos con un Alfa de Cronbach entre 0.82 a 0.85 de acuerdo con Torres., Vega., Vinalay., Arenas., Rodríguez., (2015).

Mientras que para la variable de ansiedad se utilizó la versión adaptada al español de la Escala de Hamilton para la Ansiedad adaptada por Lobo y Chamorro (2002), con un Alfa de 0,89 la cual evalúa la severidad de la ansiedad en los pacientes, se trata de un instrumento conformado por 14 ítems en donde cada uno tiene 4 opciones de respuesta siendo: (0) ausencia del síntoma, (1) síntoma leve, (2) síntoma moderado, (3) síntoma grave y (4) síntoma incapacitante. Además, se pueden obtener dos puntuaciones que corresponden a ansiedad psíquica (ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6 y 14) y ansiedad somática (ítems 7, 8, 9, 10, 11, 12 y 13). A partir de 16 puntos de calificación se considera la existencia de un cuadro ansioso de moderada intensidad que amerita tratamiento. Los criterios de clasificación son: 0 - 7 puntos (asintomático), 8 - 13 (ansiedad mínima), 14 a 21 (ansiedad moderada), 22 a 29 (ansiedad obvia) y mayor de 29 (severa).

## **2.5 Variables**

### *2.5.1 Variable Independientes: Estrés*

Definición conceptual. El estrés se describe con frecuencia como una sensación de agobio, preocupación y agotamiento. El estrés puede afectar a personas de cualquier edad, género y circunstancias personales y puede dar lugar a problemas de salud tanto física como psicológica. Por definición, el estrés es cualquier “experiencia emocional molesta que venga acompañada de cambios bioquímicos, fisiológicos y conductuales predecibles.” (APA,2013).

Definición operacional. Emoción incomoda que se acompaña de cambios bioquímicos, fisiológicos y comportamientos predecibles. Sensación de opresión, preocupación y agotamiento que afecta a cualquier género, edad y condición personal, causando problemas de salud física y psicológica.

### 2.5.2 *Variable Dependiente: Ansiedad*

Definición conceptual. La ansiedad es una preocupación excesiva, que se produce durante más días de los que ha estado ausente durante un mínimo de seis meses, en relación con diversos sucesos o actividades como en la actividad laboral o escolar (DSM-V, 2014).

Definición operacional. Estado emocional que presenta cambios físicos y psicológicos, de manera y duración excesiva.

## 2.6 **Procesamiento de datos**

Para el procesamiento de datos se utilizó el Paquete Estadístico Para Ciencias Sociales (SPSS) versión 19. Se realizó primero la descripción de las variables mediante estadística descriptiva y en relación con el nivel de medición de éstas, se usó una distribución de frecuencias (polígonos de frecuencias), medidas de tendencia central (moda, media, mediana) y medidas de variabilidad (rango, desviación estándar). Posteriormente, conforme a la normalidad de los datos se determinó el uso de estadísticos paramétricos (coeficiente de correlación de Pearson) o no paramétricos (coeficiente de correlación por rangos ordenados de Spearman).

## 2.7 **Recursos**

### 2.7.1 *Recursos humanos*

Cuatro investigadoras y el director de tesis.

### 2.7.2 *Recursos físicos*

Computadoras, tabletas y celulares.

### 2.7.3 *Recursos financieros*

Todos los gastos correrán a cargo de las investigadoras.

## 2.8 Consideraciones bioéticas

Se consideraron los lineamientos y aspectos éticos del Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud para este estudio.

De acuerdo con lo establecido en el Capítulo I, Artículo 13 prevaleció el respeto a su dignidad y protección de sus derechos y bienestar.

Artículo 16.- se protegerá en todo momento la privacidad de los estudiantes de enfermería, solo se identificarán cuando los resultados se requieran y estos lo autoricen.

Artículo 17, Apartado I.- la presente investigación se considera una investigación sin riesgo ya que en esta misma no se realiza ninguna intervención o modificación intencionada en las variables fisiológicas, psicológicas y sociales de los estudiantes que participan en el estudio.

Artículo 20.- teniendo la firma del consentimiento informado, se da la pauta de que los estudiantes de enfermería autorizan su participación en la investigación, con el conocimiento de la investigación y sus riesgos, y contando con la libertad de retirarse del estudio.

Artículo 21.- para que el consentimiento informado se considere existente, los estudiantes de enfermería recibieron una explicación clara y completa sobre los aspectos legales.

Artículo 22, Apartado I y II.- el consentimiento informado fue elaborado por las investigadoras y fue revisado y aprobado por el Comité de Ética de la UDLAP.

De acuerdo a los estudios e investigaciones realizadas previamente por otros profesionales de la salud, así como también en la adquisición de experiencias escolares y laborales se sabe que el estrés y la ansiedad son enfermedades de trastorno psicológico que derivan tanto de las emociones como de situaciones que se presentan a lo largo de la vida y de cambios repentinos rutinarios que pueden llegar afectar fisiológicamente y se representa por medio de síntomas físicos comunes como nerviosismo, temblores corporales, respiración



acelerada, aumento del ritmo cardíaco, sudoración. Ahora bien, según la bibliografía revisada se comenta que los estudiantes de universidad en especial en el área de Ciencias de la Salud y entre ellos, los que estudian Enfermería se considera que presentan mayores síntomas de estrés y ansiedad por el exceso de trabajo escolar, prácticas profesionales, y, en el caso actual, por la situación de tener clases en modalidad en línea por la pandemia empezada desde marzo de 2020.

### 3. Resultados

Los resultados que se obtuvieron del estudio están basados en los objetivos establecidos anteriormente. Se expondrán los siguientes resultados: datos sociodemográficos, nivel de estrés y nivel de ansiedad en los estudiantes de enfermería de una universidad privada del Estado de Puebla. Las encuestas para la investigación se realizaron a un total de 159 estudiantes de enfermería.

#### 3.1 Resultados de Objetivos

El primer objetivo consistió en identificar los datos sociodemográficos de la muestra a estudiar, a continuación, se muestran los resultados obtenidos.

**Tabla 1**  
Cédula de DSD

Variable	<i>f</i>	%
<b>Edad</b>		
17	2	1.3
18-21	106	66.3
22-25	49	30.7
35	2	1.3
36	1	.6
<b>Sexo</b>		
Femenino	142	88.8
Masculino	18	11.3
<b>Estado civil</b>		
Soltero	154	96.3
Casado	3	1.9
Unión libre	1	.6
Separado	2	1.2

<b>Semestre</b>		
Tercer semestre	19	11.9
Cuarto semestre	19	11.9
Quinto semestre	3	1.9
Sexto semestre	47	29.6
Séptimo semestre	32	20.1
Octavo semestre	39	24.5
<b>Semestres en línea</b>		
Dos semestres	22	13.8
Tres semestres	23	14.5
Cuatro semestres	85	53.5
Más de cuatro semestres	29	18.2
<b>Clases en línea al día</b>		
1-2 clases	6	3.8
3-4 clases	106	66.7
5 clases o más	47	29.6
<b>Total de horas en la computadora</b>		
Menos de 4 horas	0	0
4-6 horas	48	30.2
7-9 horas	74	46.5
Más de 10 horas	37	23.3

Fuente: CDS, Puebla 2022 n= 159

Según los datos de la tabla 1, 141 participantes de la muestra son del género femenino (88.6%) y más del 80% de los estudiantes son solteros. También se muestra que el 53.5% de los estudiantes cursaron cuatro semestres en línea, pasando la mayoría de los alumnos entre 7 y 9 horas (46.5%) en la computadora tomando en cuenta las horas de clase y el realizar trabajos y/o tareas.

En relación con el objetivo dos que fue determinar el nivel de estrés de los estudiantes de enfermería durante la pandemia en una universidad privada, se encontraron los siguientes resultados:

**Tabla 2**  
Nivel de estrés

<b>Clasificación</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Casi nunca está estresado	1	0.6
De vez en cuando está estresado	14	8.8
A menudo está estresado	130	81.7
Muy a menudo está estresado	14	8.8

Fuente: PSS-14, Puebla, 2022 n=159

Como se muestra en la tabla anterior (tabla 2), 130 de los estudiantes de enfermería (81.7%) a menudo están estresados, un 8.8% de vez en cuando están estresados, mientras que el otro 8.8% muy a menudo están estresados.

El objetivo tres consistió en encontrar el nivel de ansiedad en los estudiantes de enfermería durante la pandemia en una universidad privada. Los resultados obtenidos se exponen a continuación:

**Tabla 3**

Nivel de ansiedad

Clasificación	f	%
Severa	60	37.7
Obvia	38	23.8
Moderada	31	19.4
Mínima	17	10.6
Asintomática	13	8.1

Fuente: HAM-A, Puebla, 2022

n=159

Como se muestra en la tabla 3, el 37.7% de los estudiantes obtuvieron un nivel de ansiedad severa, mientras que solo un 8.1% de ellos fueron asintomáticos.

#### *Confiabilidad de los instrumentos*

El instrumento de Escala de Estrés Percibido obtuvo como resultado del Alfa de Cronbach global .74, mientras que la Escala de Ansiedad de Hamilton obtuvo un Alfa de Cronbach global más alto con .91, como se muestra en la tabla 4 a continuación.

**Tabla 4**

Coefficiente de confiabilidad: Escala de Estrés Percibido y Escala de Ansiedad de Hamilton

Escala	No. de reactivos	Alfa de Cronbach
Escala de Estrés Percibido	14	.74
Escala de Ansiedad de Hamilton	13	.91

Fuente: PSS y HAM-A, 2022

### Estadística descriptiva y Prueba de Kolmogórov-Smirnov

En este apartado se exponen los resultados de los datos descriptivos, y la distribución de los datos en la curva de normalidad, según la prueba de Kolmogórov-Smirnov (Sampieri, 2018).

**Tabla 5**

Estadística descriptiva y Prueba de Kolmogórov-Smirnov de la Escala de Estrés Percibido

VARIABLES	$\bar{X}$	DE	Valor mínimo	Valor máximo	K-S	Valor de p
Escala de Estrés Percibido	63.76	11.67	23.21	100.00	1.169	.130
Estrés percibido	35.39	8.66	8.93	50.00	1.332	.057
Capacidad de afrontamiento	28.36	8.15	7.14	50.00	.729	.662

Fuente: PSS, Puebla 2022

n=159

La tabla 5 muestra que, de acuerdo con la prueba de Kolmogórov-Smirnov, el resultado final del instrumento tiene una distribución normal.

**Tabla 6**

Estadística descriptiva y Prueba de Kolmogórov-Smirnov de la Escala de Ansiedad de Hamilton.

VARIABLES	$\bar{X}$	DE	Valor mínimo	Valor máximo	K-S	Valor de p
Escala de Ansiedad de Hamilton	46.54	21.53	.00	100.00	.686	.734
Ansiedad psíquica	28.41	11.99	.00	53.85	1.005	.264
Ansiedad somática	18.13	11.12	.00	46.15	1.110	.170

Fuente, HAM-A, Puebla 2022

n=159

En la tabla anterior (tabla 6) se muestra que los datos obtenidos mostraron también una distribución normal, según la prueba de Kolmogórov-Smirnov.

### Matriz de correlación *r* de Pearson

Para el cuarto se objetivo que pretende encontrar la correlación entre nivel de estrés y ansiedad para lo que se diseñó una matriz de correlación *r* de Pearson de acuerdo a la normalidad de los datos. Se muestra la siguiente tabla 7.

**Tabla 7**

Matriz de correlación *r* de Pearson de la Escala de Estrés Percibido 14 (PSS-14) y Escala de Hamilton para la Ansiedad (HAM-A)

No.		1	2	3	4	5	6
1	PSS-14	1	.716 .000	.671 .000	.341 .000	.348 .000	.285 .000
2	Estrés percibido		1	-.037 .644	.483 .000	.548 .000	.344 .000

3	Capacidad de afrontamiento	1	-.024 .761	-.083 .296	.043 .592
4	HAM-A		1	.937 .000	.926 .000
5	Ansiedad psíquica			1	.735 .000
6	Ansiedad somática				1

Fuente: PSS-14 y HAM-A, 2022 n=159

En la tabla 7, se observa que hay una correlación moderadamente positiva y altamente significativa entre la ansiedad y el estrés ( $r=.341$ ,  $p=.000$ ), se obtuvo también una correlación positiva media, altamente significativa entre el estrés percibido y la ansiedad psíquica ( $r=.548$ ,  $p=.000$ ), mientras que entre el estrés percibido y la ansiedad somática existe una correlación positiva media, pero altamente significativa ( $r=.344$ ,  $p=.000$ ). En cuanto a la capacidad de afrontamiento y la ansiedad psíquica no existe correlación ni significancia alguna ( $r=-.083$ ,  $p=.296$ ), al igual que no hay relación entre la capacidad de afrontamiento y la ansiedad somática ( $r=.043$ ,  $p=.542$ ).

#### 4. Discusión

A nivel mundial se determina que los niveles de estrés y ansiedad en el personal de la salud son altos pues la mayoría de los estudios se han llevado a cabo en otros estados de la República Mexicana y no en gran parte en el Estado de Puebla, incluso la mayoría de las publicaciones no han sido estudiadas en el personal de enfermería.

Lo antes explicado es el fundamento para que la presente investigación se llevara a cabo con el fin de relacionar el nivel de estrés y ansiedad en estudiantes de enfermería durante la pandemia en una universidad privada en el estado de Puebla, identificar los datos sociodemográficos, determinar el nivel de estrés y encontrar el nivel de ansiedad. Los resultados obtenidos dan respuesta a los objetivos planteados, que se discuten a continuación:

En base al primer objetivo se identificó que, según los datos sociodemográficos predominó el género femenino estando así de acuerdo con Clemente., (2021), Muvdi., et al., (2021) que, de igual manera en su estudio, la mayoría de los participantes fueron mujeres. Mientras que nuestros resultados se asemejan a Perilla., et al., (2020) quien, en su estudio, poco más de la mitad de sus participantes fueron mujeres.

Gutiérrez., (2020) menciona que más de la mitad de sus participantes son solteros, estado así de acuerdo con el 80% de los resultados obtenidos de esta investigación. Mientras que se asemejan a Eleotério., et al., (2021)., Ruvalcaba., et al., (2020)., Chávez., y Peralta., (2019)., Cuestas., (2021)., Clemente., (2021)., y Perilla., et al., (2020) quienes en sus estudios obtuvieron un alto porcentaje de participantes solteros

En cuanto al semestre en el que se encuentran los estudiantes de enfermería, se encontró que una gran mayoría de los estudiantes cursan el sexto semestre que se asemeja a los resultados obtenidos por Clemente., (2021). Por otro lado, un 11.9% cursa el cuarto semestre estando de acuerdo con Kadappuran., y De Guzmán., (2020). En cuanto a los estudiantes de quinto semestre se obtuvo una mínima cantidad de respuesta, lo que nos muestra que no hay relación con los resultados obtenidos por Silva., et.al., (2019) y Ruvalcaba., et.al., (2020)

Respecto al segundo objetivo determinar el nivel de estrés de los estudiantes de enfermería, la clasificación con mayor relevancia fue de 130 estudiantes con el 81.7% a menudo están estresados por el cual está en acuerdo con Silva., et al., (2019) que mencionan que el 87.8% de los estudiantes presentan un nivel de estrés moderado.

El tercer objetivo que fue encontrar el nivel de ansiedad de los estudiantes de enfermería se destaca que el nivel más alto es de 37.7% en ansiedad severa estando de acuerdo con

Ramírez., (2019) obteniendo que el 47.6% de los estudiantes encuestados están en un nivel de ansiedad severo.

Acerca del cuarto objetivo que es relacionar el nivel de estrés y ansiedad, se encontró que hay una correlación positiva moderada con significancia alta, estando de acuerdo con Muvdi., et al., (2021) y Cuestas., (2021).

La confiabilidad de la Escala de Ansiedad resultó con un Alfa de Cronbach de 0.91 estando de acuerdo con Perilla., et al., (2020).

Clemente., (2021) como resultado obtuvo una relación positiva y una significancia moderada entre el estrés y la ansiedad ( $r = .461$ ;  $p = .001$ ) donde moderadamente concuerda con los resultados obtenidos en esta investigación la correlación se encuentra moderadamente positiva y altamente significativa entre la ansiedad y el estrés ( $r = .341$ ;  $p = .000$ ).

#### **4.1 Conclusión**

El realizar esta investigación tenía como objetivo hallar los niveles de estrés y ansiedad en estudiantes de enfermería durante la pandemia, y conocer si existía alguna relación entre las variables. Se encontró un porcentaje alto de estudiantes que a menudo se encuentran estresados, en cuanto a la ansiedad el porcentaje encontrado de estudiantes que obtuvieron un nivel de ansiedad severa fue menor que el porcentaje de estrés. Además, se encontró una correlación moderadamente positiva y altamente significativa entre las variables, de tal manera que si una aumenta la otra también lo hace, por lo tanto, si el nivel de estrés en los estudiantes aumentará de igual forma el nivel de ansiedad aumentará.

Finalmente, se espera que con los resultados obtenidos en este estudio se considere el inicio de futuras investigaciones sobre los niveles de estrés y ansiedad que pueden llegar a padecer

los estudiantes durante un evento como lo es la pandemia, lo cual podría dar hincapié a nuevos protocolos de seguimiento para estos estados emocionales.

#### **4.2 Limitaciones**

- Conocimiento limitado de los autores sobre el programa SPSS, lo cual enlentecía los avances del proyecto.
- La eliminación de respuestas que no mostraban los ítems respondidos correctamente.

#### **4.3 Recomendaciones**

- Utilizar los resultados de la investigación para demostrar cómo ha afectado la pandemia los niveles de estrés y ansiedad.
- Realizar investigaciones continuas para conocer la evolución de los niveles de estrés y ansiedad.
- Realizar una investigación en los estudiantes demostrando los diferentes factores estresores que afectan el estado mental.
- Utilizar los resultados para implementar programas de apoyo adaptándose a diferentes estilos de vida y mejorar la salud mental.





## Referencias

- Acuña, M. (2020). Objetivos de aprendizaje: aprendiendo a redactarlos. Recuperado de <https://www.evirtualplus.com/objetivos-de-aprendizaje-como-redactarlos/>
- Alomoto, M., Calero, S. y Vaca, M. (2018). Intervención con actividad físico-recreativa para la ansiedad y la depresión en el adulto mayor. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*; 37 (1):47-54. Recuperado de <http://www.revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/95/226>
- AMEDIRH. (2020). México el país con mayores niveles de estrés laboral en el mundo. Recuperado de <https://blog.gympass.com/es-mx/estres-laboral-en-mexico/>
- American Psychological Association. (2013). *Comprendiendo el estrés crónico*. <https://www.apa.org/topics/stress/estres-cronico>
- American Psychological Association. (2020). El estrés es un problema de salud seria en los Estados Unidos. Recuperado de <https://www.apa.org/topics/stress/estres-problema>
- American Psychological Association. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association (7th ed.)*. <https://doi.org/10.1037/0000165-000>
- Asenjo, J., Linares, O. y Díaz, Y. (2021). Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Investigación en Salud*, 5(2), 59-66. Recuperado de <http://revistas.unheval.edu.pe/index.php/repis/article/view/867/856>
- Barreda A (2020). Respuesta fisiológica al estrés. Fernández-Tresguerres J.A., & Cachofeiro V, & Cardinali D.P., & Delpón E, & Díaz-Rubio E, & Escriche E, & Juliá V, & Teruel F, & Pardo M(Eds.), *Fisiología humana, 5e*. McGraw Hill. <https://accessmedicina-mhmedical-com.udlap.idm.oclc.org/content.aspx?bookid=2987&sectionid=254133209>

- Cabanach R. Valle, A. Rodríguez, S. Piñeiro I. y González, P. (2010). Las creencias motivacionales como factor protector del estrés en estudiantes universitario. *Psychol. España*. 1(3). Pp. 75-87. Recuperado de [file:///C:/Users/GoKu/Downloads/49-1-71-1-10-20151029%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/GoKu/Downloads/49-1-71-1-10-20151029%20(1).pdf)
- Caldera, J., Pulido, B. y Martínez, M. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 7, 77-82. Recuperado de [https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu\\_desarrollo/antiores/7/007\\_Caldera.pdf](https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/antiores/7/007_Caldera.pdf)
- Campo, A., Oviedo, H., y Herazo, E. (2014). Escala de Estrés Percibido-10: Desempeño psicométrico en estudiantes de medicina de Bucaramanga, Colombia. Recuperado de [https://repositorio.unicartagena.edu.co/bitstream/handle/11227/1228/Escala%20de%20Estr%  
tr%c3%a9s%20Percibido10..%20Desempe%  
c3%b1o%20psicom%  
c3%a9trico%20en%  
20estudiantes%  
20de%20medicina%  
20de%20Bucaramanga,%  
20Colombia.pdf?sequence=  
1](https://repositorio.unicartagena.edu.co/bitstream/handle/11227/1228/Escala%20de%20Estr%c3%a9s%20Percibido10..%20Desempe%c3%b1o%20psicom%c3%a9trico%20en%20estudiantes%20de%20medicina%20de%20Bucaramanga,%20Colombia.pdf?sequence=1)
- Castillo, C., Chacón, T., y Díaz, G. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Science Direct*. 5 (20). Pp. 230-237. Recuperado de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007505716000491#tbl0025>
- Castillo, I., Barrios, A., y Alvis, L. (2018). Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. *Universidad Javerana*. 20(2). Recuperado de [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20\(2018-II\)/145256681002/](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20(2018-II)/145256681002/)
- CIE-10. Trastorno de Estrés Postraumático. Recuperado de <https://icdcode.info/espanol/cie-10/codigo-f43.1.html>

- Chavéz, J., Peralta, R. (2019). Estrés académico y autoestima en estudiantes de Enfermería, Arequipa- Perú. *Rev. Ciencias Sociales*. 25(1). Pp. 3984- 399. Recuperado de <file:///C:/Users/1082432902/Downloads/Dialnet-EstresAcademicoYAutoestimaEnEstudiantesDeEnfermeri-7113737.pdf>
- CENETEC. (2010). Diagnóstico y Tratamiento de los trastornos de Ansiedad en el Adulto. Secretaría de Salud. México. Recuperado de [http://www.cenetec.salud.gob.mx/descargas/gpc/CatalogoMaestro/392\\_IMSS\\_10\\_Ansiedad/EyR\\_IMSS\\_392\\_10.pdf](http://www.cenetec.salud.gob.mx/descargas/gpc/CatalogoMaestro/392_IMSS_10_Ansiedad/EyR_IMSS_392_10.pdf)
- Covidistress. (2020). Evaluación del Estrés frente a la Pandemia del COVID- 19 en población mexicana. International Collaboration. Recuperado de <https://www.uv.mx/centrodeopinion/files/2020/05/Reporte-Descriptivo-para-OSF2.pdf>
- Cruz, G. (2018). Desestigmatizando la función del estrés. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 21(2). Recuperado de <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol21num2/Vol21No2Art12.pdf>
- Clemente, Z. (2021). *Estrés Académico y Ansiedad en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería* (Master's thesis). Recuperado de <https://repositorioinstitucional.buap.mx/bitstream/handle/20.500.12371/11807/20210126140649-7284-T.pdf?sequence=1>
- Cuestas, J. (2021). Estrés percibido durante la pandemia Covid-19 en un grupo de estudiantes de enfermería de una Universidad en Lima Norte, 2020. *Universidad de Ciencias y Humanidades*. Recuperado de <https://repositorio.uch.edu.pe/handle/20.500.12872/561>

- DeSelm T.M. (2018). Trastornos del estado de ánimo y trastornos de ansiedad. Tintinalli J.E., & Stapczynski J, & Ma O, & Yealy D.M., & Meckler G.D., & Cline D.M.(Eds.), *Tintinalli. Medicina de urgencias, 8e*. McGraw Hill. <https://accessmedicina-mhmedical-com.udlap.idm.oclc.org/content.aspx?bookid=2329&sectionid=203854314>
- Diagnóstico y Manejo del Estrés Postraumático. México: Instituto Mexicano del Seguro Social, 2011. Consultado: 15/10/2021. Recuperado de <https://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas/515GER.pdf>
- Docentes al Día. (2019). Objetivos de aprendizaje: lista de verbos y ejemplos para redactarlos. Recuperado de <https://docentesaldia.com/2019/05/19/objetivos-de-aprendizaje-lista-de-verbos-y-ejemplos-para-redactarlos/>
- ECOPRED. (2014). Encuesta de Cohesión Social para la Prevención de la Violencia y la Delincuencia. INEGI. Recuperado de <https://www.inegi.org.mx/app/buscador/default.html?q=Ansiedad>
- Eleotério, H., Fernandes, P., Palota, L., Ramos, M., Cruz, C., Girade, M., y Alcalá, D. (2021). Impact of anxiety and depression symptoms on perceived self- efficacy in nursing students. *Acta Paul Enferm.* Recuperado de <https://acta-ape.org/en/article/impact-of-anxiety-and-depression-symptoms-on-perceived-self-efficacy-in-nursing-students/>
- Espinoza, A., Pernas, I., y González, R. (2018). Consideraciones teórico-metodológicas y prácticas acerca del estrés. *Humanidades Médicas*, 18(3), 697-717. Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-81202018000300697&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202018000300697&lng=es&tlng=es).

Expansión Política. (2020). 3 de cada 10 mexicanos, con síntomas de ansiedad o depresión por COVID. Recuperado de <https://politica.expansion.mx/mexico/2020/05/07/3-de-cada-10-mexicanos-con-sintomas-de-ansiedad-o-depresion-por-covid>

García, P., Margariños, M. (2000). Guía de bolsillo de la clasificación CIE-10. *Clasificación de los trastornos mentales y del comportamiento*. Editorial Médica Panamericana.

Recuperado de

[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42326/8479034920\\_spa.pdf;jsessionid=6E965E7AB26D09A93E02A59A89817F51?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42326/8479034920_spa.pdf;jsessionid=6E965E7AB26D09A93E02A59A89817F51?sequence=1)

González, N., Tejada, A., Espinosa, C., y Ontiveros, Z. (2020). Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19. SciELO. [https://www.researchgate.net/profile/Norma-Gonzalez-Jaimes/publication/342107521\\_Impacto\\_psicologico\\_en\\_estudiantes\\_universitarios\\_mexicanos\\_por\\_confinamiento\\_durante\\_la\\_pandemia\\_por\\_Covid-19/links/5ee26007458515814a552f72/Impacto-psicologico-en-estudiantes-universitarios-mexicanos-por-confinamiento-durante-la-pandemia-por-Covid-19.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Norma-Gonzalez-Jaimes/publication/342107521_Impacto_psicologico_en_estudiantes_universitarios_mexicanos_por_confinamiento_durante_la_pandemia_por_Covid-19/links/5ee26007458515814a552f72/Impacto-psicologico-en-estudiantes-universitarios-mexicanos-por-confinamiento-durante-la-pandemia-por-Covid-19.pdf)

GPC. (2010). Diagnóstico y Tratamiento de los trastornos de Ansiedad en el Adulto. Recuperado de <http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas/392GRR.pdf>

Gutiérrez, Y. (2020). Prevalencia de Ansiedad en estudiantes de Enfermería en la Universidad Norbert Wiener durante el aislamiento social. Lima- Perú. Recuperado de <http://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/123456789/4747>

IMSS. (2020). Estrés laboral. Gobierno de México. Recuperado de <http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/estres-laboral>

- Kadappuran, J.y De Guzman, R. (2020). The COVID-19 pandemic: Level of depression, anxiety, stress among baccalaureate female nursing students in Kerala, South India. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 11(10–12), 483–485. Recuperado de <https://udlap.idm.oclc.org/login?url=https://search-ebshost-com.udlap.idm.oclc.org/login.aspx?direct=true&db=a2h&AN=148893784&lang=es&site=eds-live>
- Lobo A, Chamorro L, Luque A, Dal-Ré R, Badía X, Baró E y el Grupo de Validación en Español de Escalas Psicosométricas (GVPEEP). Validación de las versiones en español de la Montgomery-Asberg Depression Rating Scale y la Hamilton Anxiety Rating Scale para la evaluación de la depresión y de la ansiedad. *Med. Clin (Barc)* 2002;118(13):439-9.
- Martínez, I. (2018). Redacta tus objetivos de aprendizaje rápido, fácil y en cualquier momento. Recuperado de <https://www.subitus.com/aplicacion-redactar-objetivos-aprendizaje-en-linea/>
- Muvdi, Y., Malvaceda, E., Barreto, M., Madero, K., Mendoza, X., y Bohorquez, C. (2021). Estrés percibido en estudiantes de enfermería durante el confinamiento obligatorio por Covid-19. *Revista Cuidarte*, 12(2). <https://doi.org/10.15649/cuidarte.1330>
- Ochoa Martinez, R.E., Castro Torres, R., Vazquez Orozco, N., Carrillo Toledo, M.G., Capetillo Hernandez, G.R., Lecourtois Amézquita, M. y Tiburcio Morteo, L. (2021). Ansiedad y depresión en estudiantes del área de la salud de la Universidad Veracruzana. *Revista de Ciencia y Tecnología de la UACJ*, 1. <https://erevistas.uacj.mx/ojs/index.php/cienciafrontera/article/download/3611/3275/1654>

Ozamiz, N., Dosil, M., Picaza, M., y Idoiaga, N. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cadernos de Saúde Pública*, 36, e00054020. Recuperado de <https://www.scielosp.org/article/csp/2020.v36n4/e00054020/es/>

“Para la práctica de enfermería en el Sistema Nacional de Salud”. Norma Oficial Mexicana NOM-019-SSA3-2013. *Diario Oficial Mexicana*. *Diario Oficial de la Federación*, 13 de agosto de 2012.

Pego, E., Río, M., Fernández, I. y Gutiérrez, E. (agosto 2018). Prevalencia de sintomatología de ansiedad y depresión en estudiantado universitario del Grado en Enfermería en la Comunidad Autónoma de Galicia. *Scielo*. (2). (12). Recuperado de [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1988-348X2018000200005#aff1](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2018000200005#aff1)

Pérez, M. (2003). Donde y Como se produce la ansiedad: sus bases biológicas. *Ciencia*. Pp. 16-28. Recuperado de [https://www.revistaciencia.amc.edu.mx/images/revista/54\\_2/como\\_produce\\_ansiedad.p](https://www.revistaciencia.amc.edu.mx/images/revista/54_2/como_produce_ansiedad.p)

Porras, J. (2020). Las cifras confirman el impacto de la pandemia sobre la salud mental. *El País*. Recuperado de <https://elpais.com/ciencia/2020-12-23/las-cifras-confirman-el-impacto-de-la-pandemia-sobre-la-salud-mental.html>

Portilla, F. E. P., Galvan, D. A. C., Blandón, K. M. H., Silva, M. F. R., Chaustre, J. A. J., y León, M. A. A. (2020). Depresión, ansiedad y estrés: Una situación en estudiantes de Enfermería en una Universidad Pública. *16 de abril*, 59(278), 1002. Recuperado de [http://www.rev16deabril.sld.cu/index.php/16\\_04/article/viewFile/1002/pdf\\_280](http://www.rev16deabril.sld.cu/index.php/16_04/article/viewFile/1002/pdf_280)



- Ramos, M., Cocotle, J., y Zamora, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. Investigación y Ciencia: de la Universidad Autónoma de Aguascalientes  
DOI:10.33064/iycuaa2020792960
- Ramírez, A. (2019). Nivel de ansiedad en estudiantes de Enfermería de la Universidad San Pedro- Chimbote. Perú. Recuperado de  
[http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/13738/Tesis\\_63292.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/13738/Tesis_63292.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Remor E. & Carrobles JA. (2001). Versión Española de la escala de estrés percibido (PSS-14): Estudio psicométrico en una muestra VIH+. *Ansiedad y Estrés*, 7 (2-3), 195-201.
- Remor E. (2006). Psychometric Properties of a European Spanish Version of the Perceived Stress Scale (PSS). *The Spanish Journal of Psychology*, 9 (1), 86-93.
- Respuestas de casos y perlas clínicas. Suneja M, Szot J.F., LeBlond R.F., y Brown D.D.(Eds.), (2021). *DeGowin. Examen diagnóstico, 11e*. McGraw Hill. <https://accessmedicina-mhmedical-com.udlap.idm.oclc.org/content.aspx?bookid=3046&sectionid=259300992>
- Ruvalcaba, G., Galván, A., Ávila, G., y Gómez, P., (2020). Ansiedad, depresión y actividad autónoma en estudiantes de enfermería, en el estado de Guanajuato, México. *Revista Digital Internacional De Psicología Y Ciencia Social*, 6(1), 81-103.
- Santos, J. (2017). Prevalencia de estrés académico y factores asociados en Estudiantes de Ciencias de la Salud en Cuenca. Cuenca, Ecuador. Recuperado de  
[https://www.researchgate.net/publication/332061733\\_PREVALENCIA\\_DE\\_ESTRES\\_ACADEMICO\\_Y\\_FACTORES\\_ASOCIADOS\\_EN\\_ESTUDIANTES\\_DE\\_CIENCIAS\\_DE\\_LA\\_SALUD\\_DE\\_LA\\_UNIVERSIDAD\\_CATOLICA\\_DE\\_CUENCA\\_2016](https://www.researchgate.net/publication/332061733_PREVALENCIA_DE_ESTRES_ACADEMICO_Y_FACTORES_ASOCIADOS_EN_ESTUDIANTES_DE_CIENCIAS_DE_LA_SALUD_DE_LA_UNIVERSIDAD_CATOLICA_DE_CUENCA_2016)

Sampierie, R. Collado, C. y Lucio, P. (2014). Metodología de la Investigación. McGraw Hill.

México D. F.

Sánchez, C. (2019). Normas APA – 7ma (séptima) edición. Normas APA (7ma edición).

<https://normas-apa.org/>

Sardiña, M. (2020). Estudios muestran que la pandemia y el confinamiento han afectado la salud mental de la población. *France*. Recuperado de <https://www.france24.com/es/20200911-impacto-pandemia-salud-mental>

Secretaría de Salud (2015) *¿Qué es la ansiedad?* Gobierno de México. Recuperado de

<https://www.gob.mx/salud/articulos/que-es-la-ansiedad>.

Secretaría de Salud. (2014). *Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud*. Recuperado de

[http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/regley/Reg\\_LGS\\_MIS.pdf](http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/regley/Reg_LGS_MIS.pdf)

Senado de la República. (2017). 14.3% de la población mexicana padece trastornos de ansiedad.

*Coordinación de comunicación social*. Recuperado de

<http://comunicacion.senado.gob.mx/index.php/informacion/boletines/39699-14-3-de-la-poblacion-mexicana-padece-trastornos-de-ansiedad.html>

Silva, M.; López, J.; Sánchez, O.; González, P., (2019). Estrés académico en estudiantes de

Licenciatura en Enfermería. *RECIEN*. 18. Recuperado de

<https://doi.org/10.14198/recien.2019.18.03>

- Toribio, C. Franco, S. (2016). Estrés Académico: El enemigo silencioso del estudiante. *Salud y Administración*. Tuxtepec, México. 3(7). Pp. 11-18. Recuperado de [http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2\\_Estres\\_acad.pdf](http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2_Estres_acad.pdf)
- Torrades, S. (2017). Estrés y burn out. *Elsevier*. 26 (10). Pp. 104- 107. Recuperado de <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-estres-burn-out-definicion-prevencion-13112896>
- Torres, M. Salazar, F. (2020). Tamaño de una muestra para una investigación de mercado. *Universidad Rafael Landívar*. 2 (02). Pp. 1- 13. Recuperado de [http://moodlelandivar.url.edu.gt/url/oa/fi/ProbabilidadEstadistica/URL\\_02\\_BAS02%20D ETERMINACION%20TAMA%C3%91O%20MUESTRA.pdf](http://moodlelandivar.url.edu.gt/url/oa/fi/ProbabilidadEstadistica/URL_02_BAS02%20D ETERMINACION%20TAMA%C3%91O%20MUESTRA.pdf)
- Torres, M. Vega, E. Vinalay, I. Arenas, G. Rodríguez, E. (2015). Validación psicométrica de escalas PSS-14, AFA-R, HDRS, CES-D, EV en puérperas mexicanas con y sin preclamsia. *Ciudad de México*. Scielo. 12(3). Recuperado de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632015000300122](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632015000300122)
- Valdés, M., y De Flores, T. (1985). *Psicobiología del estrés*. *Barcelona: Martínez Roca*, 2. Recuperado de [https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/21091/1/Manual-de-bases-biolo%CC%81gicas-del-comportamiento-humano\(1\).pdf#page=177](https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/21091/1/Manual-de-bases-biolo%CC%81gicas-del-comportamiento-humano(1).pdf#page=177)

**Anexo A. Consentimiento Informado**  
Universidad de las Américas Puebla  
Escuela de Ciencias  
Departamento de Ciencias de la Salud  
Licenciatura en Enfermería  
Consentimiento Informado

Dirigido a: Estudiantes de Enfermería

Estimado(a) Estudiante:

A nombre de Abigail Cuautle Solis, Brisa Jaanai García García, Aurea Paz Rodriguez Xicale, Valeria Xenia Ayala Rojas, somos estudiantes de la Licenciatura en Enfermería en la Universidad de las Américas Puebla, como parte de nuestro proyecto de titulación estamos realizando este estudio al cual usted ha sido invitado a participar. El estudio se realizará en el estado de Puebla. Si Usted decide participar en el estudio, es importante que considere la siguiente información. Siéntase libre de preguntar cualquier asunto que no le quede claro.

El propósito del estudio es descubrir el nivel de estrés y ansiedad que presenten los Estudiantes de Enfermería.

Le pedimos participar porque usted forma parte de ser estudiante en Enfermería.

Su participación consistirá en:

- Responder algunas preguntas de la Escala de Estrés Percibido 14 y la Escala de Hamilton para la Ansiedad.
- El cuestionario durará alrededor de 20 minutos y abarcará varias preguntas sobre el estado de ánimo en que se encuentre y cosas sobre su vida diaria.
- La entrevista será realizada en línea ya que se les proporcionará el link para ingresar y colocar sus datos personales.

**Confidencialidad:** Toda la información que Usted nos proporcione para el estudio será de carácter estrictamente confidencial, será utilizada únicamente por el equipo de investigación del proyecto y no estará disponible para ningún otro propósito. Usted quedará identificado(a) con un número y no con su nombre. Los resultados de este estudio serán publicados con fines científicos, pero se presentarán de tal manera que no podrá ser identificado(a).

**Participación Voluntaria/Retiro:** Su participación en este estudio es absolutamente voluntaria. Usted está en plena libertad de negarse a participar o de retirar su participación del mismo en cualquier momento. Su decisión de participar o no en el estudio no implicará ningún tipo de consecuencia o afectará de ninguna manera.

**Riesgos Potenciales/Compensación:** Los riesgos potenciales que implican su participación en este estudio son de riesgo mínimo. Si alguna de las preguntas le hicieran sentir un poco incomodo(a), tiene el derecho de no responderla. En el remoto caso

de que ocurriera algún daño como resultado de la investigación, Se tomaran las medidas necesarias reparar los daños si se llegara a dar el caso. Usted no recibirá ningún pago por participar en el estudio, y tampoco implicará algún costo para usted.

**Aviso de Privacidad Simplificado:** Como investigadoras principales de este estudio, Abigail Cuautle Solis, Brisa Jaanai García García, Aurea Paz Rodriguez Xicale, Valeria Xenia Ayala Rojas somos responsables del tratamiento y resguardo de los datos personales que nos proporcione, los cuales serán protegidos conforme a lo dispuesto por la Ley General de Protección de Datos Personales en Posesión de Sujetos Obligados. Los datos personales que le solicitaremos serán utilizados exclusivamente para las finalidades expuestas en este documento. Usted puede solicitar la corrección de sus datos o que sus datos se eliminen de nuestras bases o retirar su consentimiento para su uso. En cualquiera de estos casos le pedimos dirigirse a las investigadoras responsables del proyecto a la siguiente dirección de correo abigail.cuautles@udlap.mx, brisa.garciaga@udlap.mx, aurea.rodiguezxe@udlap.mx, valeria.ayalars@udlap.mx.

**Números a Contactar:** Si usted tiene alguna pregunta, comentario o preocupación con respecto al proyecto, por favor comuníquese con el director del Protocolo de tesis de la Licenciatura: Dr. Clemente Cordero Sánchez al siguiente número de teléfono (222) 2292000 ext:2405 o al correo electrónico clemente.cordero@udlap.mx .

Si usted acepta participar en el estudio, le entregaremos una copia de este documento que le pedimos sea tan amable de confirmar.

Declaración de la persona que da el consentimiento:

- Se me ha leído esta Carta de consentimiento.
- Me han explicado el estudio de investigación incluyendo el objetivo, los posibles riesgos y beneficios, y otros aspectos sobre mi participación en el estudio.
- He podido hacer preguntas relacionadas a mi participación en el estudio, y me han respondido satisfactoriamente mis dudas.

Si usted entiende la información que le hemos dado en este formato, está de acuerdo en participar en este estudio, de manera total o parcial, y también está de acuerdo en permitir que su información de salud sea usada como se describió antes, entonces le pedimos que indique su consentimiento para participar en este estudio.

Registre su nombre y aceptación en este documento del cual le entregaremos una copia. PARTICIPANTE:

Nombre: \_\_\_\_\_

Aceptación: \_\_\_\_\_

Nombre de las investigadoras: \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_

Fecha/hora: \_\_\_\_\_

**Anexo B. Cédula de Datos Sociodemográficos**

Universidad de las Américas Puebla

Escuela de Ciencias

Departamento de Ciencias de la Salud

Licenciatura en Enfermería

Cuautle, García, Rodríguez, Ayala (2022)

Instrucciones: Lea las preguntas y responda según corresponda. Todas las respuestas son anónimas.

**1. Edad:**

(respuesta abierta)

**2. Sexo:**

- a. Femenino
- b. Masculino

**3. Estado civil:**

- a. Soltero (a)
- b. Casado (a)
- c. Unión libre
- d. Viudo
- e. Divorciado
- f. Separado

**4. Semestre que está cursando actualmente:**

- a. Tercer semestre
- b. Cuarto semestre
- c. Quinto semestre
- d. Sexto semestre
- e. Séptimo semestre
- f. Octavo semestre

**5. Número de semestres que tomó en línea:**

- a. Dos semestres
- b. Tres semestres
- c. Cuatro semestres
- d. Más de cuatro semestres

**6. Número de clases en línea que tomaba al día:**

- a. De una a 2 clases
- b. De 3 a 4 clases
- c. 5 clases o más

**7. ¿Cuántas horas pasaba en su computadora? (contando horas de estudio o para hacer tareas/trabajos)**

- a. Menos de 4 horas
- b. De 4 a 6 horas
- c. De 7 a 9 horas
- d. Mas de 10 horas

**7. ¿Recibió alguna Práctica Clínica en línea?**

- a. Sí
- b. No

**8. En caso de ser afirmativa la pregunta anterior, ¿cuántas practicas clínicas llevó en línea?**

- a. De 1 a 2 prácticas
- b. De 3 a 4 prácticas
- c. De 5 a 6 prácticas

**Anexo C. Escala de Estrés Percibido**  
 Universidad de las Américas Puebla  
 Escuela de Ciencias  
 Departamento de Ciencias de la Salud  
 Licenciatura en Enfermería

Las preguntas en esta escala hacen referencia a sus sentimientos y pensamientos durante el último mes. En cada caso, por favor indique con una “X” cómo usted se ha sentido o ha pensado en cada situación.

	Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	A menudo	Muy a menudo
1. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente?	0	1	2	3	4
2. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?	0	1	2	3	4
3. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado?	0	1	2	3	4
4. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha manejado con éxito los pequeños problemas irritantes de la vida?	0	1	2	3	4
5. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que ha afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en su vida?	0	1	2	3	4
6. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado seguro sobre su capacidad para manejar sus problemas personales?	0	1	2	3	4
7. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las cosas le van bien?	0	1	2	3	4
8. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que hacer?	0	1	2	3	4
9. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?	0	1	2	3	4
10. En el último mes, ¿con que frecuencia se ha sentido que tenía todo bajo control?	0	1	2	3	4
11. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado enfadado porque las cosas que le han ocurrido estaban fuera de su control?	0	1	2	3	4
12. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha pensado sobre las cosas que le quedan por hacer?	0	1	2	3	4
13. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar la forma de pasar el tiempo?	0	1	2	3	4
14. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?	0	1	2	3	4

Dimensión 1. Estrés Percibido: ítems 1,2,3,8,11,12 y 14.

Dimensión 2. Capacidad de afrontamiento: ítems 4,5,6,7,9,10 y 13.

### Anexo D. Escala de Ansiedad de Hamilton

Universidad de las Américas Puebla  
Escuela de Ciencias  
Departamento de Ciencias de la Salud  
Licenciatura en Enfermería

Nombre:

Edad:

Fecha:

	Ausencia de síntoma	Síntoma leve	Síntoma moderado	Síntoma grave	Síntoma incapacitante
<b>1. Humor ansioso (AP)</b> Inquietud. Espera de lo peor. Aprensión (anticipación temerosa). Irritabilidad	0	1	2	3	4
<b>2. Tensión (AP)</b> Sensación de tensión. Fatigabilidad. Imposibilidad de relajarse. Llanto fácil. Temblor. Sensación de no poder quedarse en un lugar	0	1	2	3	4
<b>3. Miedos (AP)</b> A la oscuridad. A la gente desconocida. A quedarse solo. De los animales grandes, etc. Al tránsito callejero. A la multitud	0	1	2	3	4
<b>4. Insomnio (AP)</b> Dificultad para conciliar el sueño. Sueño interrumpido. Sueño no satisfactorio con cansancio al despertar. Sueños penosos. Pesadillas. Terrores nocturnos	0	1	2	3	4
<b>5. Funciones intelectuales (AP)</b> (gnósticas). Dificultad de concentración. Mala memoria	0	1	2	3	4
<b>6. Humor depresivo (AP)</b> Falta de interés. No disfrutar ya con sus pasatiempos. Depresión. Insomnio de la madrugada. Variaciones de humor durante el día	0	1	2	3	4
<b>7. Síntomas somáticos generales (AS)</b> (musculares) Dolor y cansancio muscular. Rigidez muscular. Sobresaltos. Sacudidas crónicas. Chirrido de los dientes. Voz poco firme o insegura	0	1	2	3	4
<b>8. Síntomas somáticos generales (AS)</b> (somáticos) Zumbidos de oídos. Visión borrosa. Sofocaciones o escalofríos. Sensación de debilidad. Sensación de hormigueo	0	1	2	3	4
<b>9. Síntomas cardiovasculares (AS)</b> Taquicardia. Palpitaciones. Dolores en el pecho. Latidos vasculares. Extrasístoles	0	1	2	3	4
<b>10. Síntomas respiratorios (AS)</b> Peso en el pecho o sensación de opresión torácica. Sensación de ahogo. Suspiros. Falta de aire	0	1	2	3	4
<b>11. Síntomas gastrointestinales (AS)</b> Dificultad para tragar. Meteorismo (hinchazón). Dispepsia (acidez). Dolor antes o después de comer. Sensación de ardor. Distensión abdominal. Pirosis. Náuseas. Vómitos. Sensación de estómago vacío. Cólicos abdominales. Borborismos. Diarrea. Constipación	0	1	2	3	4
<b>12. Síntomas genitourinarios (AS)</b>	0	1	2	3	4



Amenorrea. Metrorragia. Aparición de la frigidez. Micciones frecuentes. Urgencia de la micción. Eyaculación precoz. Ausencia de erección. Impotencia					
<b>13. Comportamiento durante la entrevista (AP)</b> (general) Tenso, incómodo. Agitación nerviosa: de las manos, frota sus dedos, aprieta los puños. Inestabilidad, postura cambiante. Temblor de las manos. Ceño arrugado. Facies tensa. Aumento del tono muscular (fisiológico). Traga saliva. Eructos. Taquicardia de reposo. Frecuencia respiratoria de más de 20 min. Reflejos tendinosos vivos. Temblor. Dilatación pupilar. Exoftalmía. Sudor. Mioclonias palpebrales	0	1	2	3	4

Dimensión 1. Ansiedad psíquica: ítems 1,2,3,4,5,6,13.

Dimensión 2. Ansiedad somática: ítems 7,8,9,10,11,12.

**Anexo E. Acceso a la información**  
Universidad de las Américas Puebla  
Escuela de Ciencias  
Departamento de Ciencias de la Salud  
Licenciatura en Enfermería

Por medio de la presente se declara por parte del responsable Técnico ME. Clemente Cordero Sánchez y colaboradoras Abigail Cuautle Solis, Brisa Jaanai García García, Aurea Paz Rodriguez Xicale, Valeria Xenia Ayala Rojas, permiten al Comité, a la Comisión Nacional de Bioética y otras instancias aplicables el monitoreo continuo del proyecto, de acuerdo con lo establecido en los dictámenes.

Responsable Técnico ME. Clemente Cordero Sánchez



---

Abigail Cuautle Solis



---

Brisa Jaanai García García



---

Aurea Paz Rodriguez Xicale



---

Valeria Xenia Ayala Rojas

**Anexo F. Conflicto de intereses**  
Universidad de las Américas Puebla  
Escuela de Ciencias  
Departamento de Ciencias de la Salud  
Licenciatura en Enfermería

**Puebla, Puebla a 22 de noviembre de 2021**

Considerando el TÍTULO V. CONFLICTO DE INTERÉS, específicamente en el Artículo 49° y 50°, el responsable técnico/colaboradores, declaran no tener conflicto de interés en este título de investigación: “Estrés y Ansiedad en Estudiantes de Enfermería de una Universidad Privada del Estado de Puebla en el 2022”

Responsable técnico ME. Clemente Cordero Sánchez

Colaboradores:

Abigail Cuautle Solis



Brisa Jaanai García García



Aurea Paz Rodriguez Xicale



Valeria Xenia Ayala Rojas



Declarando que se dice la verdad y la información es correcta y certificada por el responsable técnico y colaboradores.

## Anexo G. Solicitud de evaluación de protocolo de investigación

Universidad de las Américas Puebla  
Escuela de Ciencias  
Departamento de Ciencias de la Salud  
Licenciatura en Enfermería

### Decanato de Investigación y Posgrado

Solicitud de Evaluación de Protocolo de Investigación y/o Creación Artística

**Instrucciones:** Proporcione la información solicitada a continuación como carátula de su expediente y haga llegar toda la documentación requerida al secretario del Comité de Ética en Investigación y Creación Artística.

INFORMACIÓN GENERAL			
TITULO DEL PROYECTO	“Estrés y Ansiedad en Estudiantes de Enfermería de una Universidad Privada del Estado de Puebla en el 2022”		
CATEGORÍA DE RIESGO SUGERIDA POR EL RESPONSABLE TÉCNICO	<input checked="" type="checkbox"/> Categoría 1 <input type="checkbox"/> Categoría 2 <input type="checkbox"/> Categoría 3 <input type="checkbox"/> Categoría 4	SUJETO	<input checked="" type="checkbox"/> Humanos <input type="checkbox"/> Animales <input type="checkbox"/> Microorganismos <input type="checkbox"/> Plantas <input type="checkbox"/> Evaluación sensorial
BREVE DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES DISEÑADAS PARA LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO	El estudio realizado será descriptivo-corrrelacional de tipo trasnversal en donde nuestras variables serán el estrés y la ansiedad. Para esto se aplicará en estudiantes de la licenciatura en Enfermería de una universidad privada del estado de Puebla los instrumentos de Escala de Hamilton para la Ansiedad con un alfa de Cronbach de 0.89 y la Escala de Estrés Percibido con alfa de Cronbach de 0.82. Utilizaremos también una cedula de datos sociodemograficos para obtener los datos generales de los participantes.		



ME. Clemente Cordero Sánchez  
Responsable Técnico  
Profesor de Tiempo Completo  
Tel.: (222) 229 20 00 ext. 2405  
[clemente.cordero@udlap.mx](mailto:clemente.cordero@udlap.mx)

**Anexo H. Carta de conocimiento del reglamento del Comité de Ética**

Universidad de las Américas Puebla  
Escuela de Ciencias  
Departamento de Ciencias de la Salud  
Licenciatura en Enfermería

**Decanato de Investigación y Posgrado**

---

Carta de Conocimiento del Reglamento del Comité de Ética en Investigación y Creación Artística

San Andrés Cholula, Puebla a 22 de noviembre del 2021.

Como responsable técnico en el protocolo de investigación y/o creación artística Estrés y Ansiedad en Estudiantes de Enfermería de una Universidad Privada del Estado de Puebla en el 2022 manifiesto que he leído y comprendido el Reglamento del Comité de Ética en Investigación y Creación Artística de la UDLAP. Soy consciente de las implicaciones que el desacato a dicho documento trae consigo y acepto que el Comité emita recomendaciones o, de ser el caso, se comunique con las instancias jurídicas aplicables para determinar lo correspondiente.

ATENTAMENTE



---

ME. Clemente Cordero Sánchez  
Responsable Técnico  
Profesor de Tiempo Completo del Departamento de Ciencias de la Salud  
Tel.: (222) 229 20 00 ext. 2405  
[clemente.cordero@udlap.mx](mailto:clemente.cordero@udlap.mx)