

UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS
VICERRECTORADO
CENTRO PSICOPEDAGÓGICO Y DE INVESTIGACIÓN EN
EDUCACIÓN SUPERIOR - CEPIES



**ANSIEDAD EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN
ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE INGENIERÍA
ELÉCTRICA DE LA UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN
ANDRÉS EN LA GESTIÓN 2019**

Tesis de Maestría para optar el grado académico de magister scientiarum en educación superior mención: Psicopedagogía y Educación Superior

MAESTRANTE: LIC. ROXANA JANNETTE CONDE OSCO

TUTOR: Mg. Sc. MARIO C. ZARATE FABIAN

LA PAZ – BOLIVIA
2020

UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS
VICERRECTORADO

CENTRO PSICOPEDAGÓGICO Y DE INVESTIGACIÓN EN
EDUCACIÓN SUPERIOR

Tesis de Maestría:

**ANSIEDAD EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN
ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE INGENIERÍA
ELÉCTRICA DE LA UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN
ANDRÉS EN LA GESTIÓN 2019**

Para optar el Grado Académico de Magister Scientiarum en Educación Superior,

Mención: Elaboración y evaluación de proyectos educativos, del Postulante:

LIC. ROXANA JANNETTE CONDE OSCO

Nota Numeral:

Nota Literal:

Significado de Calificación:

Director CEPIES:

Sub Director CEPIES:

Tutor:

Tribunal:

Tribunal:

La Paz, 28 de febrero de 2020

Escala de Calificación para programas Postgraduales Según el Reglamento para la elaboración y Sustentación de Tesis de Grado vigente en el Centro Psiconpedagógico y de Investigación en Educación Superior CEPIES: a) Summa cum laude (91-100) Rendimiento Excelente; b) Magna cum laude (83-90) Rendimiento Muy Bueno; c) Cum laude (75-82) Rendimiento Bueno; d) Rite (66-74) Rendimiento Suficiente; e) (0-65) Insuficiente.

DEDICATORIA

*Dedicado a todo aquel estudiante que
Se siente estresado por
Las obligaciones de la vida academica*

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mi familia por el apoyo.

A mis docentes por la enseñanza impartida.

A mis hijas que son mi motor.

RESUMEN

La presente Tesis de Post grado titulada “**Ansiedad en el rendimiento académico, en estudiantes de la carrera de Ingeniería Eléctrica de la Universidad Mayor de San Andrés, en la gestión 2019**”, es una investigación que pretende Determinar el nivel de ansiedad que influye en el rendimiento académico, en estudiantes de la carrera de Ingeniería Eléctrica de 5to, a través de los datos recogidos con un cuestionario. Con los datos tanto el director, docentes y la población estudiantil tenga conciencia en, saber detectar a tiempo la ansiedad y tratarla. La investigación es de tipo cuantitativo, cuasi experimental, se implementó la técnica Jacobson para relajarse y se usó el Test de Beck para la medición en pre y post implementación de la técnica, administrada a los estudiantes del grupo experimental como grupo de control, haciendo un total de 58 estudiantes. Los resultados lanzaron que los estudiantes del grupo de control tienen una ansiedad leve con un mayor porcentaje y se repite en el post test, y la nota de aprobación de los estudiantes es mínima; mientras que en el grupo experimental lanza los resultados de Ansiedad Moderada, se implementó la técnica de Jacobson, y hubo una disminución de ansiedad a ansiedad leve y aumenta el número de aprobados.

ABSTRACT

This Postgraduate Thesis entitled "**Anxiety in academic performance, in students of the Electrical Engineering of the Mayor de San Andrés University, in year 2019**", is an investigation that aims to determine the level of anxiety that influences the academic performance, in students of the Electrical Engineering degree of 5th, through the data collected with a questionnaire. With the data both the principal, teachers and the student population are aware of, knowing how to detect anxiety in time and treat it. The research is quantitative, quasi-experimental, the Jacobson technique was implemented to relax and the Beck Test was used for the measurement in pre and post implementation of the technique, administered to the students of the experimental group as a control group, making a total of 58 students. The results showed that the students in the control group have a mild anxiety with a higher percentage and it is repeated in the post test, and the students' approval score is minimal; While in the experimental group it launches the results of Moderate Anxiety, the Jacobson technique was implemented, and there was a decrease in anxiety to mild anxiety and the number of approved increases.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I.....	4
PRESENTACIÓN DEL PROBLEMA.....	4
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	4
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	7
1.2.1. Pregunta de investigación general:.....	7
1.2.2. Preguntas secundarias:.....	7
1.3. OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN.....	8
1.3.1. Formulación de objetivo general:.....	8
1.3.2. Formulación de objetivos específicos:	8
1.4. JUSTIFICACIÓN	8
1.5. RELEVANCIA SOCIAL	9
CAPÍTULO II.....	11
MARCO TEÓRICO	11
2.1. ESTADO DE ARTE	11
2.2. MARCO CONCEPTUAL	15
2.2.1. LA ANSIEDAD.....	15
2.2.2. TRASTORNOS DE ANSIEDAD:	19
2.2.3. TRASTORNO DE ANSIEDAD GENERALIZADA.....	21
2.3. MARCO LEGAL.....	22
CAPÍTULO III	24
MARCO METODOLÓGICO	24
3.1. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	24
3.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	25
3.3. ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN	25
3.4. MÉTODO DE LA INVESTIGACIÓN	25
3.5. TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN.....	25
3.7. UNIVERSO O POBLACIÓN Y MUESTRA	26
➤ POBLACIÓN Y MUESTRA.....	27

3.8. OBJETO DE ESTUDIO	27
3.10. DELIMITACIÓN TEMPORAL DEL ESTUDIO	28
3.11. CRONOGRAMA DE TRABAJO.....	29
CAPÍTULO IV	30
HIPÓTESIS	30
4.1. PLANTEAMIENTO DE LA HIPÓTESIS	30
4.2. DETERMINACIÓN DE VARIABLES	30
4.2.1. Variable dependiente.....	30
4.2.2. Variable independiente.....	30
4.3. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES	31
CAPÍTULO V	33
RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	33
5.1. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS	33
Resultados – GRUPO EXPERIMENTAL.....	33
Resultados – GRUPO DE CONTROL	40
5.2. INTERPRETACIÓN DE INSTRUMENTOS APLICADOS.....	47
Resultados Test de Ansiedad de Beck – GRUPO EXPERIMENTAL.....	47
Resultados Test de Ansiedad de Beck – PRE TEST – GRUPO DE CONTROL.....	69
5.4. VERIFICACIÓN DE LOS OBJETIVOS:.....	90
GRUPO EXPERIMENTAL – PRE TEST	90
GRUPO DE CONTROL – PRE TEST.....	93
5.5. VERIFICACIÓN DE LA HIPÓTESIS.....	96
GRUPO EXPERIMENTAL – PRE TEST	96
GRUPO DE CONTROL – PRE TEST.....	97
CAPÍTULO VI.....	98
DISEÑO DE LA PROPUESTA.....	98
6.1. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA.....	98
6.2. OBJETIVOS DE LA PROPUESTA.....	101
6.3. ALCANCES DE LA PROPUESTA.....	102

6.4. EJECUCIÓN DE LA PROPUESTA	102
CAPÍTULO VII.....	107
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	107
7.1. CONCLUSIONES GENERALES.....	107
Conclusiones Del Test de Ansiedad de Beck	108
7.2. CONCLUSIONES ESPECÍFICAS	115
7.3. RECOMENDACIONES.....	118
BIBLIOGRAFIA	120
ANEXOS	123

**TRASTORNOS DE ANSIEDAD EN RELACIÓN AL RENDIMIENTO
ACADÉMICO, CON ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE INGENIERIA
ELÉCTRICA DE LA UMSA, EN LA GESTIÓN 2019**

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de Investigación da un aporte a cerca de la Salud Mental, y dentro de la salud mental la detección temprana de la ansiedad y su tratamiento, para así mejorar el rendimiento académico esperado por el estudiante. La salud mental va tomando una importancia muy pequeña en cuanto a los estudiantes, por el desconocimiento o mala información del mismo por parte de la población estudiantil, incidencia que va ocasionando en la población Estudiantil, a nivel nacional, ciudad y como será en este caso a nivel de pregrado.

Asumimos que la ansiedad es un problema en salud mental, sin discriminar edad, sexo, condición social, afecta en todo nivel, perjudicando al buen rendimiento y el buen desarrollo dentro del contexto laboral, académico y familiar, es por esto que es importante, además que estamos en una sociedad en donde el estudiante va ganando un puesto de adulto y ganando nuevas responsabilidades a lo largo de su desarrollo como estudiante y luego como profesional.

Teniendo en cuenta que la ansiedad no es sólo a nivel psicológico, sino también a nivel físico y orgánico que podría afectar a cualquier individuo.

Los casos de ansiedad más diagnosticada según la OMS, es el trastorno de ansiedad generalizada (Laura G. Rivera, 2017, pág. 2) (TAG) que se caracteriza por angustia persistente, durante más de seis meses continuos, provocada por multitud de situaciones. Este TAG puede ocasionar muchas dificultades a nivel personal, laboral, y familiar.

Y por medio de la presente investigación se pretende describir que grado de ansiedad tienen nuestros estudiantes de la Carrera de Ingeniería, siendo la carrera más cotizada y considerada fuerte por los mismos estudiantes.

La investigación se conforma de 7 capítulos los cuales se desarrollan de la siguiente manera:

En el capítulo 1 se desarrolla y se establece el estado de la investigación, además de los datos generales de la investigación, como el planteamiento del problema y la formulación del problema tanto el general como el específico, además del objetivo general y los objetivos específicos, por último, la justificación de la investigación.

En el capítulo 2 se desarrolla el Estado de arte, dando a conocer algunas de las investigaciones a nivel internacional, latinoamericano, boliviano y Local, el desarrollo del Marco teórico, donde estarán las bases conceptuales de la investigación, además del marco legal que se conocer a cerca de la investigación.

En el capítulo 3 hace referencia a la metodología de la investigación, donde se definirá el tipo de estudio, diseño, el universo la población y el tamaño de la muestra. De igual forma los instrumentos.

En el capítulo 4 se establece la Hipótesis y las variables, así mismo la operacionalización de variable independiente como la dependiente.

En el capítulo 5 se hace referencia a los datos alcanzados en la investigación, además del análisis y resultados de la investigación cuantitativa.

En el capítulo 6 se desarrolla y se plantea la propuesta de la investigación, que fue parte de la experimentación, donde se usó una técnica de relajación, la cual dio buenos resultados para una reproducción.

En el capítulo 7 se desarrolló y hace referencia a las conclusiones que se llega con la investigación y recomendaciones que se da en base a la investigación.

CAPÍTULO I

PRESENTACIÓN DEL PROBLEMA

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El tema de Salud mental si bien va tomando fuerza en cuanto a la palabra e incluso a la conmemoración del día Mundial de la Salud Mental que es cada 10 de octubre, el cual, si bien es recordado la población en general, no lo interioriza, y ven a funcionarios de atención primaria en salud mental, y como diagnósticos los primeros trastornos mentales que son más repetidas son la Depresión y Ansiedad, pero no hay un número a nivel nacional que nos dé un dato estadístico.

“A nivel mundial la Organización Mundial de la Salud dentro de la Salud Mental de la Población refiere que más de 300 millones de personas en el mundo sufren depresión como primer trastorno mental, un trastorno que es la principal causa de discapacidad, y más de 260 millones tienen trastornos de ansiedad” (“día mundial de la Salud Mental” (Organización Mundial de la Salud, 2017), los cuales afectan a la población dentro del contexto familiar, en el contexto laboral, y en el ámbito de la educación también generara poca productividad, es en este contexto en el cual la presente investigación podrá aclarar. “La ansiedad es la sexta causa de discapacidad laboral en el mundo” (Cuevas Chavez, Alejandra; Martinez Rebollar, Alicia; Sanchez, 2019).

En Bolivia los trastornos mentales no son prioridad sanitaria, es así que no se pudo encontrar datos a nivel nacional, pero se pudo encontrar un dato en un periódico nacional, el cual tiene datos de SEDES, los datos son de Santa Cruz Bolivia “se han registrado 10.354 consultas de salud mental y trastornos neurológicos, de las cuales **el 57% son trastornos de ansiedad, 11% de depresión, 25% de epilepsia, 5% por episodios sicóticos** y el resto por trastorno de comportamientos por consumo de alcohol

o drogas y como vemos los trastornos de ansiedad están en primer lugar con un 57%, el cual demuestra que la Población de Santa Cruz tiene como problemas en Salud Mental” (“El Deber,” 2019).

En la Universidad Mayor de San Andrés por parte del servicio social, tiene un consultorio del Servicio de Psicología el cual está a disposición de la población estudiantil, del cual ningún estudiante de Ingeniería sabe de su existencia o cuáles son los requisitos para poder asistir.

Esto nos lleva a ver la poca importancia que se le da a la salud mental en esta etapa de preparación profesional, lo cual nos lleva a preguntarnos si estos estudiantes saben lo que es Ansiedad, como se manifiesta, cuáles son los grados, o que tipo de intervención deberían asumir al respecto. Por otro lado, si estos lo ven necesario para su vida adulta y profesional, y llevándolos a asumir solo un rendimiento académico dejando de lado la salud mental.

Si este rendimiento académico es necesario sobre cargar la tarea de los estudiantes, y si ellos se sienten con sobre carga como lo afrontan y si realmente lo afrontan para poder continuar con su formación.

De la mano de la ansiedad están también los constantes cambios a los cuales estamos expuestos, y los cuales a veces les es difícil afrontar, y en algunos casos les es más fácil afrontar, y pasar de la vida estudiantil regular a la vida estudiantil de pre grado es un fenómeno que se llamara adaptación, adaptación a la cual quizá no estemos preparados o si lo estemos, y va a depender de nuestro nivel de salud mental determinara si nos adaptamos bien o mal a dicha situación.

Pero ya al tercer año de la carrera se pretende, o se quiere creer que el estudiante ya se adaptó y la ansiedad ya no se deberá a la adaptación, si no quizá al exceso y sobre carga de trabajos a realizar en la vida académica del estudiante.

“La influencia de la ansiedad en el ámbito educativo ha sido de considerable interés para los docentes, quienes han observado que algunos de sus estudiantes tienen ejecuciones académicas bajas en situaciones caracterizadas por altos grados de ansiedad” (Mayta Gutiérrez, Nancy Guadalupe; 2011; pág. 3). Y así también la ansiedad, pues ya sea que sea por la sobre carga de trabajos, o causas externas o ajenas a la Universidad, puesto que algunos estudiantes, además de estudiar también trabaja, y en algunos casos hay estudiantes que además de trabajar tienen familia, o estudiantes que también van a pasar clases con sus hijos, o son parte del aporte a la familia de primer grado, o ayudan a los hermanos también a salir adelante. Todos estos temas se los vive a diario y se ve a diario. Y resolver todos estos problemas es parte de la vida de cualquier ciudadano, pero no tratado de manera adecuada, pues como vemos no se le da la prioridad necesaria.

En cuanto al rendimiento académico, el cual está basado en fijar notas de buen rendimiento por encima de los 80 puntos sobre 100, desde la vista de los estudiantes es algo importante, pero a veces con mucha presión del mismo estudiante, de los padres y posteriormente de la sociedad, pero desde la mirada del estudiante de ingeniería será como un gran logro a alcanzar o al menos el presente estudio nos dará datos para constatar que aspectos como los que se detallan a continuación: Miedo a repetir materias, ser sorprendido copiando un examen, sacar malas notas, y otros. Y el tener buen rendimiento deja varios beneficios, como el acceder a becas de comedor, el reconocimiento por parte de los docentes y compañeros de clases.

Por esta razón es que se buscó información sobre el rendimiento de los estudiantes de la Carrera de Ingeniería Eléctrica, y es una de las carreras que, en el semestre anterior con una población de 694 estudiantes, es que 325 aprobaron las materias de manera satisfactoria, y 369 estudiantes reprobaron, viendo estos números es evidente que más de la mitad de toda la población reprueba en las materias. (Nota Hoja 1, respuesta de nota adjunta)

Además, que las exigencias, la metodología que usa el docente, también podría influenciar en el desarrollo de la ansiedad, el no contar con los recursos necesarios, no poder adaptarse a diferentes espacios o personas del contexto estudiantil, entre algunos también podrían afectar al rendimiento académico.

Por último, todo esto será tomado en cuenta dentro de nuestra investigación, para así poder proponer alternativas para tratar la ansiedad para que el estudiante pueda manejar la ansiedad, o tratarla en etapas donde se genere la ansiedad. Y las autoridades de la Facultad de Ingeniería y específicamente la carrera de Ingeniería Eléctrica puedan tomarlo en cuenta para reformar algunas actividades dentro de la malla curricular o los docentes poder modificar si es necesario algunas técnicas dentro de su Plan de clases.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. Pregunta de investigación general:

¿En qué medida el nivel de ansiedad influye en el rendimiento académico, en estudiantes de la carrera de Ingeniería eléctrica de 5to año, de la Universidad Mayor de San Andrés en la gestión 2019?

1.2.2. Preguntas secundarias:

- ¿Cuáles son los niveles de ansiedad más encontrados en los estudiantes de ingeniería?
- ¿Cuál es el porcentaje mayor de rendimiento académico mediante las notas alcanzadas?
- ¿Cuál es el síntoma más relevante en la aplicación del test?
- ¿Cuál es la mejoría en los niveles de ansiedad con la técnica de Jacobson?

1.3. OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN

1.3.1. Formulación de objetivo general:

Determinar el nivel de ansiedad que influye en el rendimiento académico, en estudiantes de la carrera de Ingeniería Eléctrica de 5to, a través de los datos recogidos con un cuestionario.

1.3.2. Formulación de objetivos específicos:

- Definir los niveles de ansiedad de los estudiantes de ingeniería.
- Precisar el rendimiento académico mediante las notas alcanzadas.
- Establecer el síntoma más relevante en la aplicación del test.
- Aplicar la técnica de Jacobson para bajar los niveles de ansiedad.

1.4. JUSTIFICACIÓN

El presente estudio aporta con datos estadísticos que demuestre el porcentaje de ansiedad que sufren los estudiantes de las Carreras de Ingeniería Eléctrica, y la población estudiantil en general, y el cual no es tomado en cuenta ni por los docentes y menos por los estudiantes, mucho menos por nuestros entes en salud o educación. Ya que además no recibe el tratamiento oportuno a estos síntomas propios de la ansiedad, los cuales la mayoría de los pacientes los confunde con síntomas de alguna enfermedad biológica.

Se ha observado con frecuencia que el estrés al cual se ha sometido a los estudiantes por la sobre carga de trabajo académico, empeora la salud mental, y afecta en el ambiente laboral, familiar, personal y académico, como hemos visto más atrás, y si esto genera buen rendimiento a académico o no genera un buen rendimiento académico. Como

psicóloga atendiendo a pacientes estudiantes se nota que la ansiedad podría afectar el ambiente académico de la población en general.

Dentro de Bienestar Social de la Universidad Mayor de San Andrés está el servicio de Psicología, y da atención a la población Universitaria de Manera Gratuita, y como tal tiene el deber de promocionar el servicio, y es así en el Monoblock de la UMSA, pero en la Carrera de ingeniería eléctrica, pocos son los que conocen de su existencia, tanto es así, que en el servicio de Psicología en los últimos 2 años, solo algunas carreras de la Facultad de Ingeniería visitan el servicio, como ser; Ingeniería industrial, ingeniería petrolera, ingeniería electrónica, ingeniería ambiental, ingeniería química e ingeniería mecatrónica.

Por último la presente investigación tiene relevancia a nivel académico, tanto para los estudiantes, para los docentes y plantel administrativo, debido a la presentación de los aportes, datos e información confiable, a través del análisis de resultados del mismo y así tome en cuenta los datos y la propuesta para así incentivar a todos los estudiantes a mejorar la salud mental dentro de esta carrera, en especial a esta carrera, así mismo para que docentes tengan conocimiento y así poder modificar si es necesario el plan de clase a favor de la Salud Mental de los estudiantes. De la misma manera sirva como fuente de referencia bibliográfica a otras investigaciones que traten la misma problemática o aborden otras que tengan a la esquizofrenia o algún tipo de trastorno con relación a la familia como tema de investigación.

1.5. RELEVANCIA SOCIAL

La presente investigación se realizó dentro del contexto de la Universidad Mayor de San Andrés, en la facultad de Ingeniería, específicamente en la Carrera de Ingeniería Eléctrica.

En la Carrera de Ingeniería Eléctrica, ven al estrés parte del diario vivir, pues según ellos se sienten presionados para conseguir éxito en la materia que vendría a ser la aprobación, y según algunos estudiantes si son nerviosos y estresados, y no tienen conocimiento acerca de la Ansiedad, ni cómo tratarlo y esto pasa con diferentes pacientes, sin tomar en cuenta la edad, clase social o género.

El director de la Carrera de ingeniería Eléctrica ya tomando conocimiento acerca de la Investigación, colaboró de manera que se proceda y siga su curso, ya que muchos estudiantes son muy nerviosos y esto contribuiría a que mejoren, además de tomar en cuenta los datos y las maneras de cómo detectar y mejorar la ansiedad en los estudiantes.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ESTADO DE ARTE

Haciendo una recopilación de Estudios Similares de Trastornos de Ansiedad en Estudiantes Universitarios, se encontró 2 estudios similares, los cuales se tomarán en cuenta para ver como enmarcar la presente investigación, o de qué manera podremos aportar mejores datos, con validez y confiabilidad.

A nivel mundial encontramos una investigación (1) “**ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la facultad de educación**”, realizada en la Facultad de Educación. En la Universidad Complutense de Madrid, publicado el 2014, realizado por Valentín Martínez Otero Pérez, (2) como pregunta principal era saber ¿Cuál es el nivel de ansiedad en una muestra de universitarios, en el ámbito de la prevención de la ansiedad? (3) El cual buscaba como objetivo principal, evaluar la presencia de ansiedad en una muestra de universitarios, en el ámbito de la prevención de la ansiedad, (4) uso el método cuantitativo, usando un Cuestionario de Ansiedad Estado – Rasgo (STAI) de auto diagnóstico, con una finalidad prospectiva. Teniendo como población a los estudiantes de último año de la carrera de educación. (5) La Investigación llego a la conclusión Los niveles altos de ansiedad en los estudiantes de Educación tienen relevantes implicaciones que se extienden más allá del contexto universitario, y que el mayor porcentaje de ansiedad es en Mujeres, con lo cual llegan a la discusión que, en un ambiente de conquistas por las mujeres, aun sigan sufriendo vulnerabilidad.

La segunda Investigación se dio en la Universidad católica San Antonio de Murcia - Madrid – España (1) “**Prevalencia de Ansiedad y Depresión en una Población de Estudiantes Universitarios: Factores Académicos y Socio familiares**

Asociados”, realizado por Serafín Balanza Galindo, Isabel Morales Moreno y Joaquín Guerrero Muñoz. Esta investigación se propone como pregunta de investigación (2) ¿Cuál es la medida en que los trastornos de ansiedad y depresión, están asociados con los factores académicos y socio familiares? (3) El objetivo es analizar la prevalencia de trastornos de ansiedad y depresión y factores académicos y socio familiares asociados. (4) Con el Método cuantitativo descriptivo, con una muestra de 700 estudiantes, aplicando el Test de Escala de Ansiedad y Depresión de Goldberg (EADG). (5) Las conclusiones llegaron a La aparición de niveles altos de ansiedad o trastornos depresivos suele ir acompañada de procesos de desadaptación al entorno más cercano, tanto en el ámbito laboral como familiar y escolar.

La siguiente Investigación es de la Ciudad de Bogotá, País Colombia, el cual lleva como título (1) “**Relación entre esquemas mal adaptativos tempranos y características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios**”, publicado por una Revista Científica de la Pontificia Universidad Javeriana de la misma ciudad, la cual fue publicada en la Gestión 2009, y como investigadores están Diana María Agudelo Vélez; Claudia Patricia Casadiegos Garzón; Diana Lucía Sánchez Ortiz. (2) La formulación ¿Cuáles son los esquemas mal adaptativos presentes tempranos presentes en estudiantes de la Universidad Pontificia Bolivariana Bucaramanga relacionados con las puntuaciones obtenidas en ansiedad y depresión? Y como objetivo (3) Identificar los esquemas mal adaptativos tempranos presentes en estudiantes de la Universidad Pontificia Bolivariana Bucaramanga relacionados con las puntuaciones obtenidas en ansiedad y depresión. En la investigación antes mencionada uso la (4) metodología cuantitativa no experimental, de tipo descriptiva correlacional, la cual fundamenta que en pacientes con trastornos de depresión existen síntomas de ansiedad, y en pacientes con trastornos de ansiedad existe síntomas de depresión, y es por eso que investigaron las características de la ansiedad y depresión en los mismos estudiantes, los cuales se están adaptando al ambiente universitario. (5) Misma investigación llego a la conclusión

de que la mayor parte de los estudiantes tienen ansiedad y depresión, y que debería haber más investigaciones que den datos fidedignos.

Dentro de América se encontró la siguiente investigación realizada en la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez, de México, en el año 2008, con el título de (1) **“Ansiedad en estudiantes universitario”**, realizado por Irene Concepción Carrillo Saucedo. La formulación del problema es (2) ¿Cuáles son los niveles de ansiedad y medida fisiológica en los estudiantes universitarios identificados como ansiosos en la Unidad de Atención y Asesoría Psicológica de la UACJ? El objetivo a alcanzar fue (3) Describir los niveles de ansiedad y medida fisiológica en los estudiantes universitarios identificados como ansiosos en la Unidad de Atención y Asesoría Psicológica de la UACJ. (4) Como metodología utilizada en la investigación, fue la cuantitativa no experimental, descriptiva correlacional, se utilizó los instrumentos de evaluación IDARE, AMAS Y GHQ, a una muestra de 32 sujetos. (5) En una de las conclusiones destacaron que las mujeres padecen más ansiedad y menos control emocional que los varones.

La investigación en la Ciudad de La Paz en la Universidad Pública “Universidad Mayor de San Andrés”, en la carrera de Psicología, en la gestión 2011, con el título de Tesis (1) **“La relación de la ansiedad y el rendimiento académico de los estudiantes de primer año de la Carrera De Psicología De La Universidad Mayor De San Andrés”** para la obtención del grado de licenciatura, **Postulante: Nancy Guadalupe Mayta Gutiérrez, Tutor: Lic. Rodrigo De Urioste.**(4) La tesis de investigación mencionada anteriormente usó la metodología cuantitativa, de tipo descriptivo correlacional, la cual llegó a la conclusión de que dan resultados objetivos y específicos, que, a mayor ansiedad, peor rendimiento académico, y que bloquea la objetividad de los estudiantes, bloqueando los niveles de respuesta adecuados. En cuanto a la presente investigación no solo pretende dar a conocer datos de los trastornos, sino hacer frente a los síntomas de trastornos de ansiedad, ver una propuesta para alcanzar mejoras y

conocimiento acerca de este Trastorno, que cualquier persona está a riesgo de tener este Trastornos Mental, que si es diagnosticado en su etapa temprana el tratamiento da mejores resultados a corto plazo. Al igual que la primera investigación, solo dan datos de relación a la ansiedad, pero esta última no toma en cuenta que los estudiantes de primer año, fue la muestra de estudiantes que tomó, ya estaban en proceso de adaptación, y que algunos estudiantes ya estaban predeterminados a sufrir ansiedad debido a quienes se adaptan al modelo de vida, a las personas, a la distancia, al contexto, y que si existe trastornos de adaptación se acompañaran de síntomas de ansiedad o de depresión.

Otra de las Investigaciones dentro del territorio nacional lleva como título (1) **“FACTORES DE RIESGO Y ASOCIADOS A MIGRAÑA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS IINSAD – UMSA Segunda etapa”** en la Facultad de Medicina de la Universidad Mayor de San Andrés en la Unidad de Epidemiología IINSAD, realizado por la M. Sc. Dra. María del Pilar Navia Bueno, en la gestión 2014. Como formulación del problema muestra (2) ¿Serán factores de riesgo para migraña con aura y sin aura, todos los mencionados en la literatura (psicológicos, hormonales, alimentarios, ambientales, sueño, fármacos) que puedan presentarse en estudiantes universitarios comprendidos entre los 18 a 35 años de edad de la Facultad de Medicina? Como objetivo (3) Determinar si son factores de riesgo para migraña el tipo de alimentación, la altura de 3600 o 4100 m.s.n.m, cambios hormonales, aspectos psicológicos, el sueño y factores ambientales en los estudiantes universitarios de 18 a 35 años de edad pertenecientes a la Facultad de Medicina. (4) Como metodología de tipo cuantitativa y cualitativa (Mixta) con Diseño de Casos y Controles de casos incidentes. El tamaño de muestra es de 212 pacientes, estudiantes universitarios comprendidos entre los 18 a 35 años, cursantes de tercero a quinto año de la Carrera de Medicina, los cuales fueron elegidos a través de un muestreo probabilístico a los que se aplicaron un cuestionario con preguntas específicas sobre los posibles factores de riesgo para migraña planteados anteriormente, con criterios de selección y definición de casos y controles, en

base a todas las referencias bibliográficas disponibles y válidas para tal efecto. Se realizó el examen clínico para identificar los pacientes con migraña y los que no presentan la enfermedad. (5) Los resultados permiten rechazar la hipótesis nula y aceptar la alternativa en razón a que son modificadores de efecto los factores propuestos en esta investigación. Se comparan nuestros resultados con estudios realizados por otros autores en diferentes países mostrando factores de riesgo para migraña en sus variedades episódica y crónica, con la variedad de no haber incluido el consumo de medicamentos y otras medidas analgésicas.

2.2. MARCO CONCEPTUAL

La presente investigación no solo describirá los niveles de ansiedad, también presenta una propuesta para tratar la ansiedad, esta propuesta es válida y verificada para mejorar la ansiedad de los estudiantes y la misma que llegará a satisfacer las notas alcanzadas, además tomara como muestra a estudiantes de 5to año para realizar una correlación entre las mismas, ya que es cuando ya se habrían adaptado al contexto, y diferentes factores que podrían generar síntomas de ansiedad, y propondrá un programa para afrontar la Ansiedad, además del reconocimiento y la autoevaluación del estudiante.

2.2.1. LA ANSIEDAD

La ansiedad es estudiada desde hace siglos en el área de salud Mental, tanto por médicos, neurólogos, psiquiatras y por psicólogos, debido a que, a nivel mundial, se ha encontrado índices altos de personas que padecen ansiedad, dándoles diferentes tratamientos farmacológicos, como terapias.

“Tanto neurología, psiquiatría y psicología tienen el mismo concepto del trastorno de Ansiedad, y le daremos una amplia explicación desde la Psicología Clínica, la misma refiere que el Trastorno de Ansiedad son los que comparten

características de miedo y ansiedad excesivos, así como alteraciones conductuales asociadas” (Association American Psychiatric; Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM V, pág. 189) miedo que muchas personas no la tratan a tiempo y mucho menos saben cómo tratarla, esto debido a que muchas personas aún viven con el tabú de que Psicología es para “locos”, y solo asisten cuando la ansiedad ya ha entrado en crisis de manera muy repentina y ya en estados más crónicos, siendo el consultorio psicológico en algunas ocasiones es el último lugar visitado por el paciente.

El miedo que es una reacción normal, una emoción normal, pero la Ansiedad genera una angustia muy fuerte a cerca de un tema, y esta angustia da lugar a generar muchos síntomas, lo cuales son propios del Trastorno de Ansiedad, y el Trastorno se desarrolla en un tiempo determinado, siendo la ansiedad una respuesta temporal ante un problema o un evento estresante, y el Trastorno de Ansiedad va generando malestar a largo plazo, y si no entra en tratamiento terapia puede ir empeorando.

“La ansiedad en la historia era más conocida como Neurosis, término que fue anclado y desarrollado por Sigmund Freud esto en el siglo XIX, en la misma década hubo mucha dificultad en el estudio mismo de la Ansiedad, con términos también como la Histeria dentro del psicoanálisis. Ya con el pasar de los años se realizó más estudios en el Siglo XX” (Mayta Gutierrez, 2011), en el cual más estudiosos en el Área de Salud Mental, y varios entendidos en la materia usaban el término de Estrés, y finalmente nos quedaremos con Aarón Beck, el cual implemento el término de ANSIEDAD.

La Ansiedad desde la parte positivista, dentro de la psiquiatría se pueden evidenciar diferentes síntomas fisiológicos, los cuales se puede observar y verificar, dentro del cual se podría ver que es enteramente Conductista, “Según esta teoría, la ansiedad es el resultado de un proceso condicionado de modo que los sujetos que la padecen han aprendido erróneamente a asociar estímulos en un principio neutros” (Rosa

Aurora Virues Elizondo, 2005, pág. 2), y en realidad este término de logro en el Siglo XX, debido que Lazarus concluye que todos estamos en medio de eventos a los cuales nos tenemos que adaptar y que solo cada una de las personas vera la mejor manera a la cual nos podremos adaptar.

Es así que un sujeto está enteramente a adaptarse a cualquier cambio desde que nacemos, las primeras actividades los cuales se convertirán en hábitos, por ejemplo el primer impulso de hambre que nos llevara a querer consumir alimento, los primeros pasos, las primeras palabras, y después adaptarnos a lugares y personas fuera de nuestro contexto familiar, como ser el primer día de ingreso al centro infantil, donde nos Alejan del ser más importante para nuestras vidas de infancia (nuestra madre), en nuestro contexto, el primer día de clases en pre escolar, y así adaptarnos a conocer nuevas personas y experiencias.

No es raro ver en las noticias de primer día de clases en nueva gestión, que hasta los medios de comunicación ven a decenas de niños felices asistiendo al ambiente escolar, pero por otro lado hay otra decena de niños los cuales les es difícil aceptar dicha adaptación.

Ya saliendo del colegio de Secundaria (ahora sexto de Secundaria) a un nuevo paso, y una nueva adaptación a nuevos ambientes y nuevas personas a los cuales quizá de manera rápida o lenta se llegaran a adaptar, es por eso que sin ir muy lejos, en nuestra Universidad Estatal “Universidad Mayor de San Andrés”, veremos ingresar un centenar de estudiantes que serán seleccionados para ingresar a la misma, ya en el inicio de gestión habrá un proceso de adaptación, en el cual muchos estudiantes se adaptaran con facilidad y a otros les costara un poco más.

Desde otro punto de vista, desde la parte cognoscitiva “Considera la ansiedad como resultado de «cogniciones» patológicas. Se puede decir que el individuo

«etiqueta» mentalmente la situación y la afronta con un estilo y conducta determinados” (Rosa Aurora Virues Elizondo, 2005, pág. 2), puesto que en realidad, cada quien se forma una idea muy importante de cada evento a adaptarse, y estas ideas con el tiempo, llegaran a afectar o no al sujeto, en este caso las ideas y los recuerdos que forme cada individuo afectara o no a la adaptación del mismo a diferentes contextos, y cada uno afrontara desde su propia historia y se adaptara desde sus propias creencias, historia, personalidad, es allí donde trabaja Beck, si bien no es un estudioso de las personalidades, refiere que cada persona afrontará dicha adaptación de acuerdo a su personalidad, y la afrontara de la misma manera.

Cada persona es diferente y cada quien afronta cualquier tipo de evento negativo o positivo de manera diferente, y esa diferencia la hará visible con su personalidad, personalidad que ha sido formada desde su infancia, y esta personalidad se formara de acuerdo a la educación y formación que haya recibido cada padre de familia, por ejemplo, si el padre del sujeto evaluado o estudiado fue violento y muy tenso, este sujeto estudiado o individuo a estudiar, reaccionara de la misma manera, lo cual podría afectar al proceso de adaptación que haya aprendido de manera repetitiva.

Es por esto que la historia de cada individuo será importante a la manera de proceder a cada proceso de adaptación, y como anteriormente hablamos de que las personas somos sujetos que se tienen que adaptar constantemente, incluyendo a cada etapa de la vida, en la infancia, pre escolar, escolar, secundaria, nivel técnico, técnico superior, y universitario, a cada persona y sale de nuestro contexto, formando duelos los cuales tenemos que seguir a cada paso de nuestra existencia.

Dentro de la presente Investigación tomaremos a la Ansiedad desde la parte Cognoscitiva, y como representante el ilustre Aarón Beck, el cual también trata el Trastorno de Ansiedad con terapia Cognitiva, debido a que obviamente somos seres que se tienen que adaptar, pero cada recuerdo que formemos, y cada percepción que

tengamos de cada evento, nos llevara a tomar reacciones diferentes en cada proceso de adaptación, los cuales nos podrían generar ansiedad o Trastornos de Ansiedad.

Por otro lado dentro de nuestro contexto consumista del cual somos sujetos, y con cada avance de la tecnología, tenemos que también avanzar en el tratamiento de los trastornos mentales, y como prioridad de Nuestra Investigación el Trastornos de Ansiedad, y formar conciencia que la parte de Salud Mental es muy importante, el cual es rezagado debido al temor y a la susceptibilidad de las personas que no conocen del tema, y más aun de personas que se están formando en Pre grado, fortalecer su conocimiento y modos de afrontar este mal.

Es así que también se llevará una propuesta a la Entidad Universitaria, la cual podrá beneficiarse de ser informada y conocer las maneras de mejorar dicho Trastorno de Ansiedad.

2.2.2. TRASTORNOS DE ANSIEDAD:

Dentro de los trastornos de ansiedad existen diversos tipos los cuales son:

- Trastorno de Ansiedad por separación.
- Mutismo selectivo.
- Fobia especifica.
- Trastorno de Ansiedad Social (Fobia Social)
- Trastorno de Pánico.
- Agorafobia.
- **Trastorno de ansiedad Generalizada.**
- Trastorno de ansiedad por sustancias.
- Trastorno de ansiedad debido a afección médica.
- Trastornos de ansiedad no especificado.
- Trastorno de ansiedad especificado.

Muchas de las personas no conocen la categorización de la ansiedad, muchas veces lo confunden con Estrés, y no así con el término de ansiedad.

“Los trastornos de ansiedad son los que comparten características de miedo y ansiedad excesivos, así como alteraciones conductuales asociadas. El *miedo* es una respuesta emocional a una amenaza inminente, real o imaginaria, mientras que la *ansiedad* es una respuesta anticipatoria a una amenaza futura. Es evidente que ambas respuestas se solapan, aunque también se pueden diferenciar, estando el miedo frecuentemente asociado a accesos de activación autonómica necesarios para la defensa o la fuga, pensamientos de peligro inminente y conductas de huida, y la ansiedad está más a menudo asociada con tensión muscular, vigilancia en relación a un peligro futuro y comportamientos cautelosos o evitativos” (Association American Psychiatric; Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM V, pág. 189). Estas conductas que se alteran van desde el comportamiento hasta lo fisiológico, por tal razón es necesario detectarlo a tiempo, a fin de que pueda ser tratado de manera temprana, es así que los estudiantes deben ser conscientes de lo que padecen, mucho menos saber dónde acudir si sufren alguno de los tipos de trastornos de ansiedad.

Como nuestra investigación es para definir los niveles de ansiedad que existe en los estudiantes posiblemente se enmarcarían dentro del Trastorno de ansiedad Generalizada, debido quizá a la sobre carga de deberes, influenciado también por diferentes factores que lo llevarían a generar un trastorno específico. La cual daremos una explicación más adelante.

2.2.3. TRASTORNO DE ANSIEDAD GENERALIZADA

Los criterios de diagnóstico según el Diagnóstico y estadística Manual de Desórdenes Mentales DSM V:

A. Ansiedad y preocupación excesiva (anticipación aprensiva), 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).

B. Al individuo le es difícil controlar la preocupación.

C. La ansiedad y la preocupación se asocian a tres (o más) de los seis síntomas siguientes (y al menos algunos síntomas han estado presentes durante más días de los que han estado ausentes durante los últimos seis meses):

Nota: En los niños, solamente se requiere un ítem.

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).

D. La ansiedad, la preocupación o los síntomas físicos causan malestar clínicamente significativo o deterioro en lo social, laboral u otras áreas importantes del funcionamiento.

E. La alteración no se puede atribuir a los efectos fisiológicos de una sustancia (p. ej., una droga, un medicamento) ni a otra afección médica (p. ej., hipertiroidismo).

“La característica esencial del trastorno de ansiedad generalizada es una preocupación excesiva (anticipación aprensiva) acerca de una serie de acontecimientos o actividades” (Association American Psychiatric; Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM V, pág. 222), esto determinara también la frecuencia y el tiempo en el que lo padece cada persona, en los estudiantes también podremos encontrar esa preocupación, como un miedo excesivo por reprobar las materias, y así arrastrar materias y generar mal estar.

2.3. MARCO LEGAL

A nivel mundial la salud mental va cobrando más fuerza, debido a las exigencias y a los trastornos que están en aumento, y allí vamos priorizando con diferentes maneras de hacer conocer a la gente.

Si bien el Gobierno de Bolivia ha reglamentado con la “Ley N° 475, de Prestaciones de Servicio de Salud Integral del Estado Plurinacional de Bolivia, con el Decreto. Supremo N° 1984, del 30 de abril de 2014” (Bolivia : Reglamento a la Ley N° 475 , de prestaciones de servicios de salud integral del Estado Plurinacional de Bolivia , DS N° 1984 , 30 de abril de 2014 Capítulo I Disposiciones generales, 2014), es una mínima parte que está reflejada en Salud Mental, y lo reduce a centros de rehabilitación. Es algo insuficiente para una población en crecimiento constante. Además que si bien hablamos de salud ya está incluida la Salud Mental, pero no la asumen de esa manera, pero a nivel “Bolivia no hay una normativa real, y no haya una política real sobre salud Mental, ni leyes particulares referentes a Salud mental, y se estima que solo alrededor del 0.2% del presupuesto de salud, se destina en el país en a la salud mental” (Dra.

Rocha Caetano, Miriam Loza, 2008, pág. 5), es alarmante la cifra y los datos que dan en dicha lectura, ya que no se prioriza ni se habla de salud mental, sin tener en cuenta que es parte de la salud física, parte de la integridad de una persona, y es igual o peores consecuencias.

“Y por cada 100.000 habitantes existen 0.46 psicólogos en establecimientos de salud mental” (Dra. Rocha Caetano, Miriam Loza, 2008, pág. 5) es una cifra aún más alarmante, ya que la persona está en cambios constantes, cambios que pueden generar Trastornos identificados y tratados de manera temprana y mejor, aunque se puedan prevenir.

En la Universidad Mayor de San Andrés hay un área de Bien Estar Social, al servicio de los pacientes Matriculados de la U.M.S.A., y que si bien existe el Área de Psicología solo un porcentaje mínimo asiste al mismo, y según el Jefe de División de Bien estar social, Dr. Ramiro Fuente, es insuficiente un psicólogo para la atención de los pacientes. “Lograr un ambiente dirigido a construir un bienestar socializado y calidad de vida del estudiante universitario de la metrópoli, municipios y sedes rurales universitarias, a través de la creación y ejecución de programas y proyectos de beneficios, becas y servicios sociales integrales, salud, alimentarios, **psicológicos**, deportivo-recreativos y educativos, dirigidos a estudiantes de sectores empobrecidos y postergados económica y socialmente, para contar con oportunidades equitativas y desarrollo integral en el proceso de profesionalización” Es uno de los objetivos de este programa.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación utilizo el diseño EXPERIMENTAL, de tipo **cuasiexperimental** donde se manipuló deliberadamente una variable independiente para observar su efecto sobre la variable dependiente.

Los grupos designados por el director de la carrera de Ingeniería Eléctrica, donde se realizó la investigación, eran grupos ya conformados, en paralelos similares, así como menciona “los sujetos no se asignan al azar a los grupos ni se emparejan, sino que dichos grupos ya están conformados antes del experimento: son grupos intactos” (Hernández Sampieri, sexta edición, pag.151).

Grupo A (30 estudiantes) Grupo experimental con X1

En la investigación se tomará al curso de 5to año, conformada por 30 estudiantes, en el cual se aplicó la **técnica de Jacobson**, y se realizará antes de los exámenes, para ver si de alguna manera influencio en ellos para rendir el parcial.

Grupo B (28 estudiantes) Grupo de control

En la investigación se tomó otro paralelo de 28 estudiantes, los cuales solo se realizó un pre test, y un post test, el cual nos arrojará datos de ansiedad, y el nivel de notas que tiene.

3.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN

La investigación es de tipo correlacional, lo cual asocia conceptos o variables, Permiten predicciones, cuantifican relaciones entre conceptos o variables, en la investigación se hizo una comparación entre nuestras variables, ansiedad en relación con el rendimiento académico (Hernández Sampieri, Sexta Edición, pág. 90).

3.3. ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN

El enfoque de la investigación es de tipo cuantitativo, por lo cual se asumirá dentro del contexto social, dando datos estadísticos, y análisis de los datos, los cuales darán explicación a la realidad con los mismos datos estadísticos.

3.4. MÉTODO DE LA INVESTIGACIÓN

La presente investigación es de método deductivo, en el cual se planteará un enunciado en una hipótesis, lo cual nos llevó a medir, la cual afirmo y se comprobó con la investigación que se realizó, haciendo una deducción, y describiremos los trastornos de ansiedad que afectaran al rendimiento académico de los estudiantes. Dentro del enfoque deductivo-cuantitativo, las hipótesis se contrastan con la realidad para aceptarse o rechazarse en un contexto determinado.

3.5. TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

Entrevista: Se realizo la aplicación de entrevista cerrada, estandarizado, uniforme para todos los casos.

Se utilizó la **TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE DATOS**, con pruebas validadas y aprobadas para dicha recolección, las cuales tendrán confiabilidad, validez, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, mediante el vaciado de datos en el programa estadístico del SPSS.

3.6. INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

- **Cuestionario:** Se realizó la aplicación de Cuestionario validado, estandarizado, uniforme para todos los casos.
- **Test Inventario de Ansiedad de Beck:** El **Inventario de Ansiedad de Beck** es un breve cuestionario auto administrado con gran aceptación para **medir la ansiedad en adultos y adolescentes**, que viene siendo utilizado tanto en la **evaluación clínica** como en la investigación básica de forma habitual.
El Inventario (BAI) fue creado por Aarón T. Beck en la década de los 80, y se trata de un cuestionario de opción múltiple de **21 ítems** que mide la gravedad de la ansiedad actual en adultos y adolescentes.

Describe los **síntomas emocionales, fisiológicos y cognitivos de la ansiedad**, siendo una prueba muy adecuada para **discriminar la ansiedad de la depresión**. (Aaron T. Beck y Robert A. Steer, adaptación Jesús Sanz, Frédérique Vallar, Elena de la Guía y Ana Hernández; “Evaluación del Inventario de Beck BAI”; 2011, Pag, 2)

3.7. UNIVERSO O POBLACIÓN Y MUESTRA

➤ UNIVERSO

La presente investigación se realizó en la Ciudad de La Paz, en la Universidad Mayor de San Andrés, facultad de Ingeniería, y como población se tomó a la Carrera de Ingeniería Eléctrica, el cual cuenta con 643 estudiantes, del cual se evaluó a estudiantes de 5to año, entre varones y mujeres, con una selección aleatoria de curso, que fue designado por el director de Carrera.

➤ POBLACIÓN Y MUESTRA

La muestra es **no probabilística** pues la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características de la investigación y de la decisión del investigador, es él quien determina el número de sujetos o elementos de la muestra. 30 estudiantes para el grupo experimental y 28 estudiantes para el grupo de control, dando un total de 58 estudiantes.

El tipo de muestra que se empleo es de **sujetos tipo**, integrada por personas singulares que se caracterizan por desarrollar una forma de ser y/o de una actividad particular (estudiantes de la carrera de Ingeniería Eléctrica, 5to año).

Esta selección también es conocida como muestras dirigidas, que “suponen un procedimiento de selección informal. Se usa en muchas investigaciones, y a partir de ellas, se hacen inferencias sobre la población” (Hernández Sampieri, et. 2003, pág. 176)

Los 2 paralelos dieron un total de 58 sujetos para la investigación.

3.8. OBJETO DE ESTUDIO

El objeto de estudio de la investigación es el **conocimiento de los estados de ansiedad**, las características y los síntomas del mismo, para así poder reconocerlos y tratarlos de manera temprana, oportuna y adecuada, y si es necesario con profesionales a su disposición.

3.9. DELIMITACIÓN GEOGRÁFICA

La presente investigación se realizó en la Ciudad de La Paz, en la Universidad Mayor de San Andrés, de pre grado de la Facultad de Ingeniería, específicamente en la Carrera de Ingeniería Eléctrica, 5to año.

3.10. DELIMITACIÓN TEMPORAL DEL ESTUDIO

El presente estudio se realizó en el segundo semestre de gestión 2019, debido al avance oportuno de la misma.

CAPÍTULO IV

HIPÓTESIS

4.1. PLANTEAMIENTO DE LA HIPÓTESIS

A mayores niveles de ansiedad menor rendimiento académico en los estudiantes de la carrera de Ingeniería Eléctrica 5to año de la Universidad Mayor de San Andrés en la gestión 2019.

4.2. DETERMINACIÓN DE VARIABLES

4.2.1. Variable dependiente

Rendimiento académico: Se verá las dimensiones del rendimiento académico como satisfactorio a la aprobación de la materia y no satisfactorio a la reprobación, en la UMSA la nota de reprobación es menor a 51 “dimensiones más importantes en el proceso de enseñanza aprendizaje lo constituye el rendimiento académico del estudiante,” (Rubén Edel navarro, 2003, Pág. 12), el cual lo veremos desde la parte cuantitativa, desde el puntaje de la nota de parciales, obtenidos de la lista del docente de la carrera eléctrica de la Universidad Mayor de San Andrés.

4.2.2. Variable independiente

Ansiedad: “Se define como un estado emocional desagradable en las que hay sensación subjetiva de un peligro acompañado de una descarga neurovegetativa y cuya causa no está claramente reconocida para la persona” donde se puede experimentar miedo subjetivo, Neurofisiológico, autonómico, síntomas vasomotores, (Dr. Reyes J. Américo 2010, pág. 12)

4.3. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Variable independiente: Ansiedad:

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALAS	TÉCNICA	ÍTEM
ANSIEDAD	<i>Psicológicos</i>	Inquietud, agobio, sensación de amenaza o peligro, ganas de huir o atacar, inseguridad, sensación de extrañeza, temor a perder el control, incertidumbre, dificultad para tomar decisiones, etc.	0 = En absoluto 1 = Leve. 2 = Moderada. 3 = Severa.	TEST INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK	4, 5, 8, 9, 10, 14, 16.
	Neurofisiológicos	Hormigueo, entumecimiento, mareos, temblores generalizados, sobresaltos, molestias abdominales, aturdimiento, temblores en piernas y manos, palidez			1,3,6, 12, 13, 17, 18, 19
	Autonómico.	Taquicardia, palpitaciones, opresión en el pecho, falta de aire, temblores, sudoración, molestias digestivas, náuseas, vómitos, alteraciones en la alimentación, tensión y rigidez muscular, cansancio, sensación de mareo e inestabilidad, etc.			7, 11, 15.
	<i>Síntomas vasos motores:</i>	Sensación de calores, escalofríos, sudoración caliente y frío.			2, 20, 21.

Variable dependiente: Rendimiento académico

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALAS	TÉCNICA	ÍTEM
RENDIMIENTO ACADÉMICO	<i>SATISFACTORIO</i>	Obtención de calificaciones	51 – 63= suficiente 64 – 76= Bueno 77 – 89= distinguido 90 – 100 = Sobresaliente.	Recolección de datos de planilla de calificaciones	Planilla de calificaciones
	NO SATISFACTORIO	Obtención de calificaciones	1 – 50 = Reprobado	Recolección de datos de planilla de calificaciones	Planilla de calificaciones

CAPÍTULO V

RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

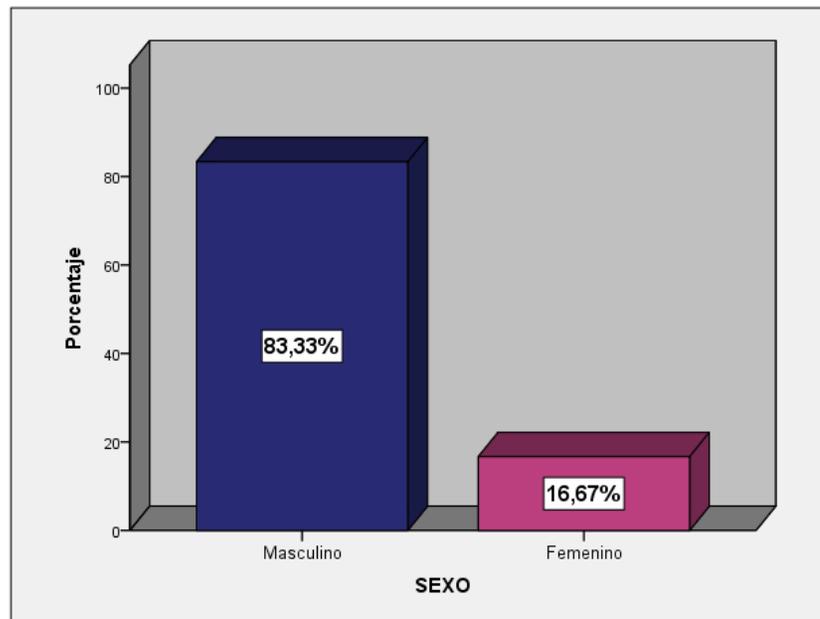
5.1. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

Resultados – GRUPO EXPERIMENTAL

TABLA 1
Resultado 1: SEXO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	masculino	25	83,3	83,3	83,3
	femenino	5	16,7	16,7	100,0
Total		30	100,0	100,0	

CUADRO 1
Resultado 1: SEXO



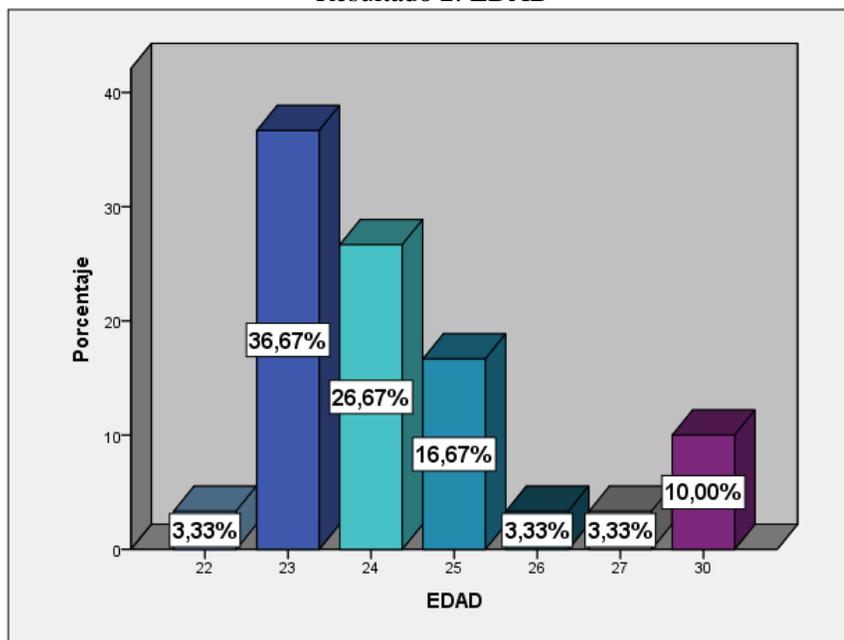
Fuente: Elaboración propia

Del 100% de la muestra el 83,33% de los estudiantes es masculino, que dan un número de 25 estudiantes, y el 16% de los estudiantes son mujeres, que son un total de 5 estudiantes.

TABLA 2
Resultado 2: EDAD

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	22	1	3,3	3,3	3,3
	23	11	36,7	36,7	40,0
	24	8	26,7	26,7	66,7
	25	5	16,7	16,7	83,3
	26	1	3,3	3,3	86,7
	27	1	3,3	3,3	90,0
	30	3	10,0	10,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 2
Resultado 2: EDAD



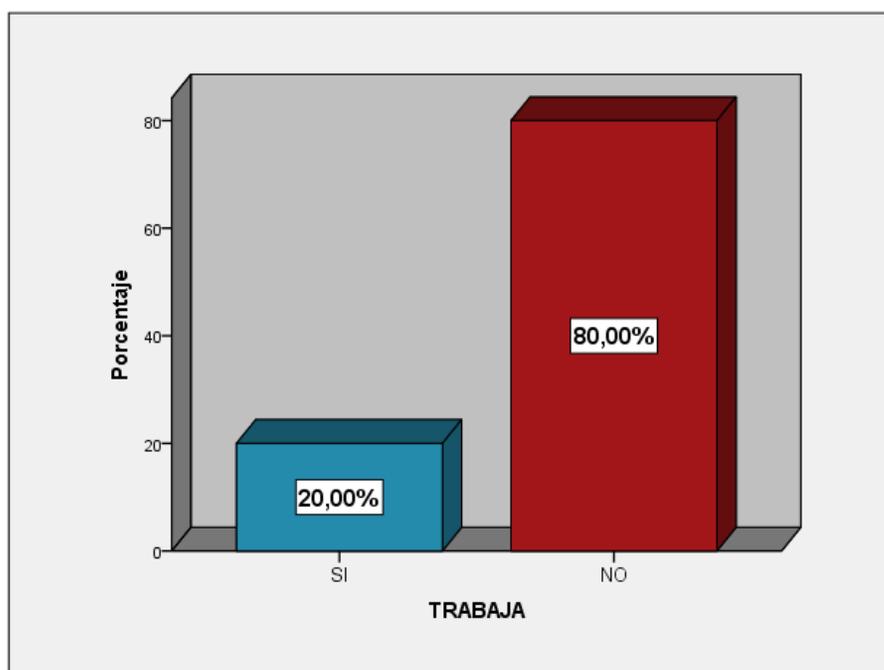
Fuente: Elaboración propia

Del 100% de los estudiantes el 36,67% tienen 23 años de edad, que son un total de 11 estudiantes; en un segundo lugar con el 26,67% tiene alrededor de 24 años, que son un total de 8 personas; y en un tercer lugar con 16,67% de ellos tienen 25 años, con un total de 5 estudiantes.

TABLA 3
Resultado 3: TRABAJA

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	SI	6	20,0	20,0	20,0
	NO	24	80,0	80,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 3
Resultado 3: TRABAJA



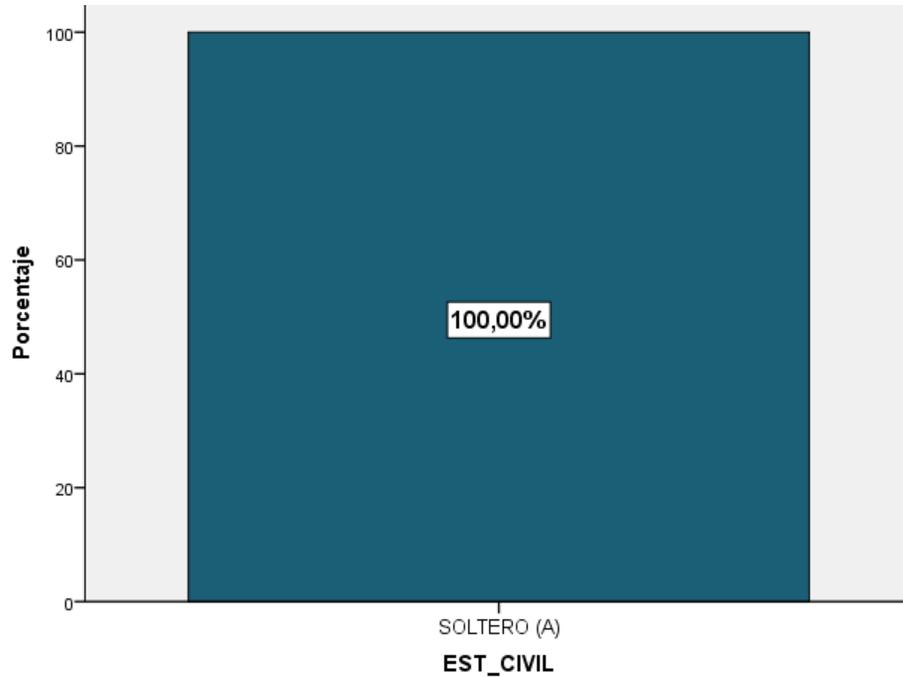
Fuente: Elaboración propia

Del 100% de los estudiantes el 80% de los estudiantes NO trabaja, que son un total de 24 estudiantes, y el 20% de los estudiantes SI trabaja.

TABLA 4
Resultado 4: ESTADO CIVIL

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	SOLTERO (A)	30	100,0	100,0	100,0

CUADRO 4
Resultado 4: ESTADO CIVIL



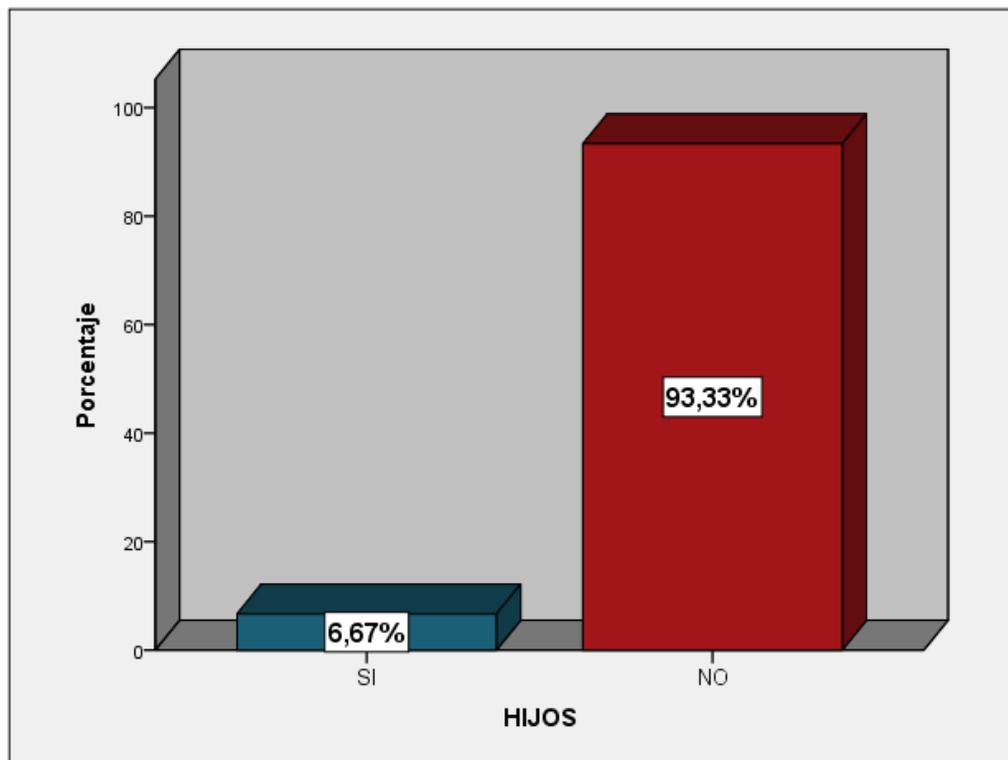
Fuente: Elaboración propia

El 100% de los estudiantes indica que es Soltero. Que son un total de 30 estudiantes.

TABLA 4
Resultado 4: HIJOS

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	SI	2	6,7	6,7	6,7
	NO	28	93,3	93,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 4
Resultado 4: HIJOS



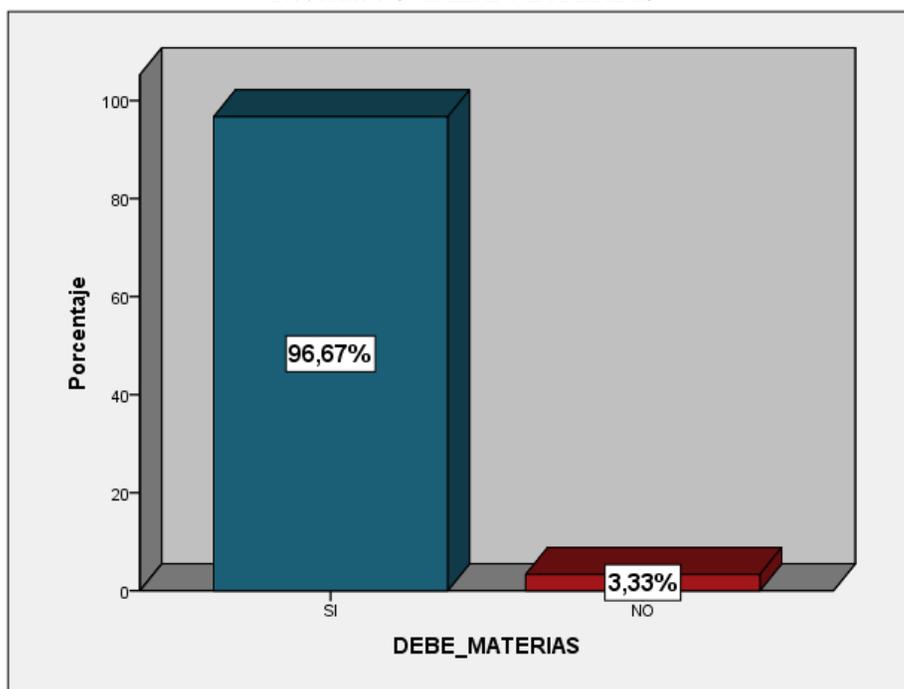
Fuente: Elaboración propia

Del 100% de los estudiantes, el 93,33% no tiene hijos, que son un total de 28 estudiantes; el 6,67% refiere que si tiene hijos, que son un total de 2 personas, de los 28.

TABLA 5
Resultado 5: DEBE MATERIAS

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	SI	29	96,7	96,7	96,7
	NO	1	3,3	3,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 5
Resultado 5: DEBE MATERIAS



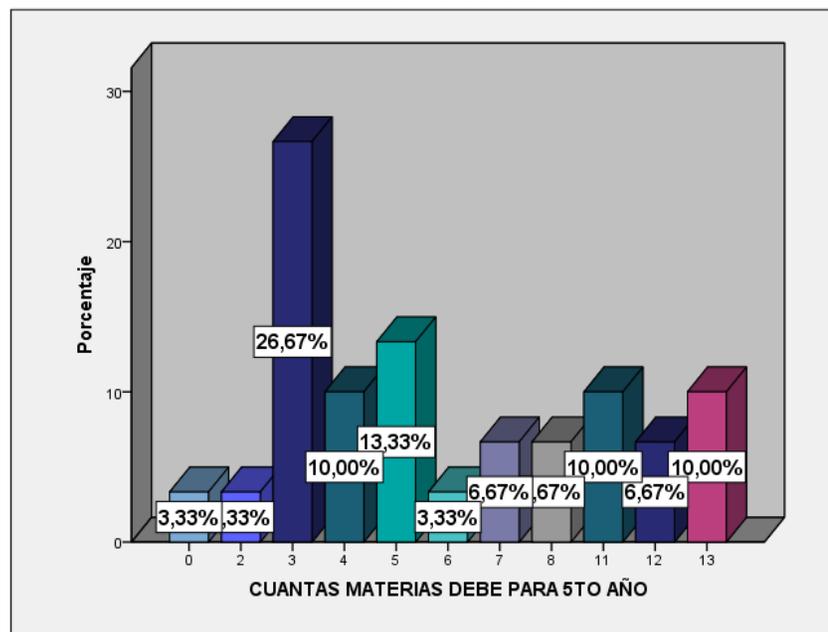
Fuente: Elaboración propia

De los estudiantes que están en 5to año de la Carrera de Ingeniería Eléctrica, el 96,67% de los estudiantes les falta materias para estar completamente en 5to año, que son 29 estudiantes de 30; y solo el 3,33% es que está completamente en 5to año de la carrera, que da un total de 1 de 30 estudiantes.

TABLA 6
Resultado 6: MATERIAS QUE DEBE

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	0	1	3,3	3,3	3,3
	2	1	3,3	3,3	6,7
	3	8	26,7	26,7	33,3
	4	3	10,0	10,0	43,3
	5	4	13,3	13,3	56,7
	6	1	3,3	3,3	60,0
	7	2	6,7	6,7	66,7
	8	2	6,7	6,7	73,3
	11	3	10,0	10,0	83,3
	12	2	6,7	6,7	90,0
	13	3	10,0	10,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 6
Resultado 6: DEBE MATERIAS



Fuente: Elaboración propia

Del 100% de los estudiantes el 26, 67% de los estudiantes debe 3 materias para llegar a 5to año de la Carrera de Ingeniería Eléctrica que son un total de 8 estudiantes; seguido del 13,33% debe 5 material, que son un total de 5 estudiantes; y el 10,00% de los estudiantes deben 4 materias (3 estudiantes), 11 materias (3 estudiantes) y 13 materias (3 estudiantes).

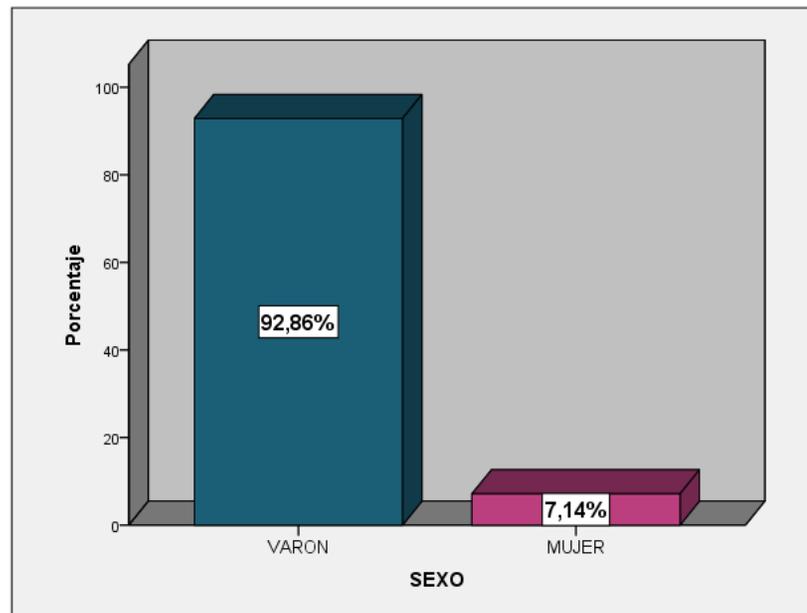
Resultados – GRUPO DE CONTROL

En el presente estudio se tomó para el grupo de control un total de 28 estudiantes, de los cuales los 28 son válidos.

TABLA 7
Resultado 7: SEXO

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
7Válido masculino	26	92,9	92,9	92,9
femenino	2	7,1	7,1	100,0
Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 7
Resultado 7: SEXO



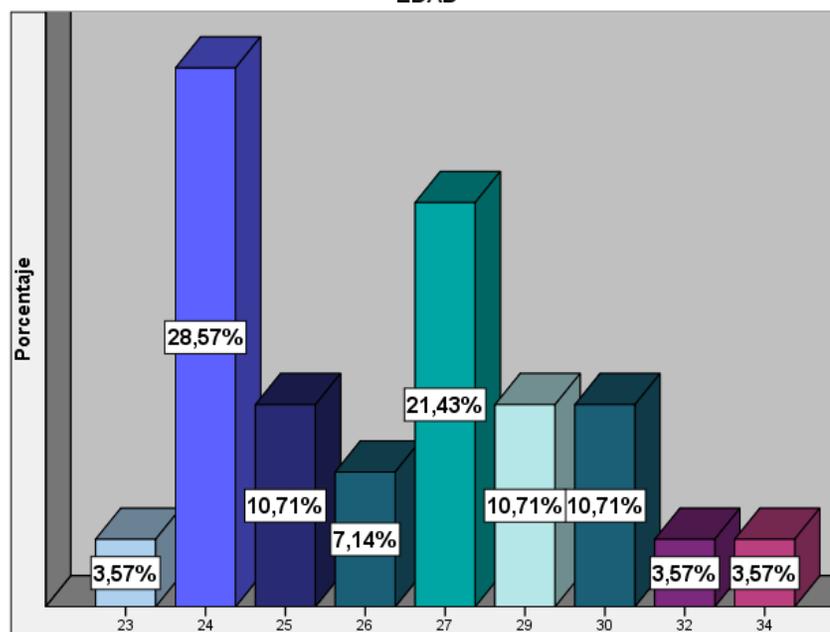
Fuente: Elaboración propia

Del 100% de los estudiantes de la Carrera de Ingeniería Eléctrica el 92,86% son varones, que son un total de 26 estudiantes; el otro 7,14% de los estudiantes es Mujer, con un total de 2 estudiantes.

TABLA 8
Resultado 8: EDAD

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	23	1	3,6	3,6	3,6
	24	8	28,6	28,6	32,1
	25	3	10,7	10,7	42,9
	26	2	7,1	7,1	50,0
	27	6	21,4	21,4	71,4
	29	3	10,7	10,7	82,1
	30	3	10,7	10,7	92,9
	32	1	3,6	3,6	96,4
	34	1	3,6	3,6	100,0
Total		28	100,0	100,0	

CUADRO 8
Resultado 8: EDAD



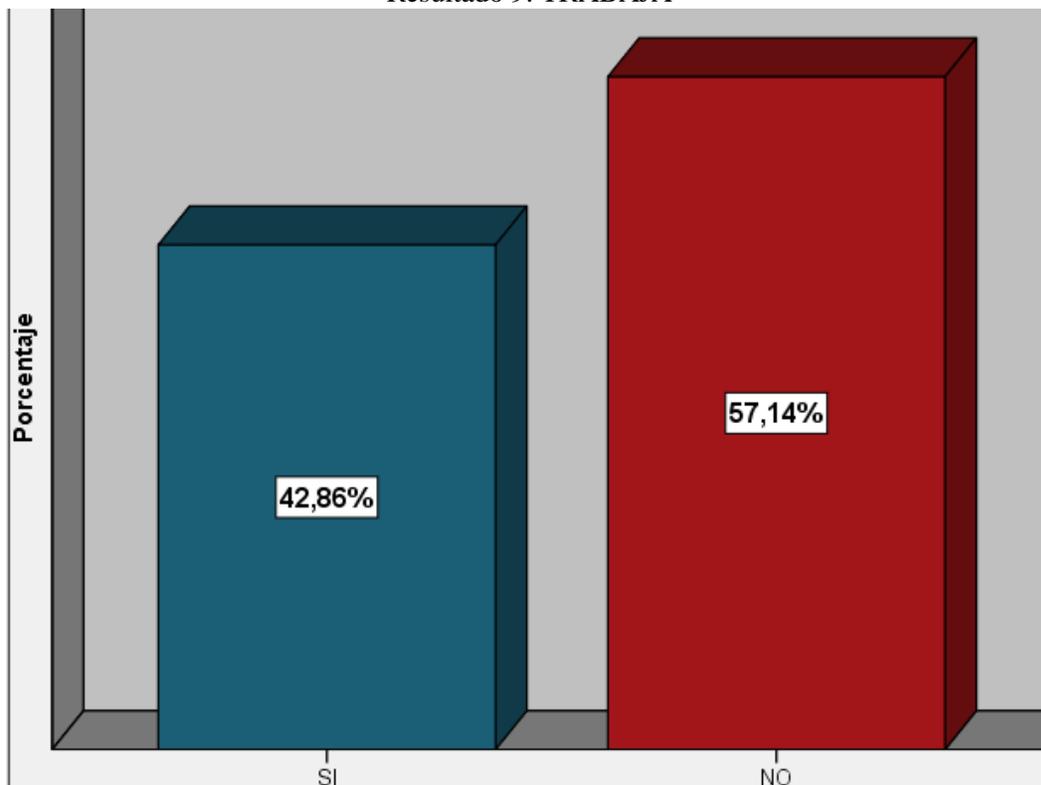
Fuente: Elaboración propia

Del 100% de la muestra un 28,57% de los estudiantes tiene 24 años de edad, con un número de 8 estudiantes; con un 21,43% de los estudiantes tiene 27 años de edad, con un total de 6 estudiantes.

TABLA 9
Resultado 9:TRABAJA

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	SI	12	42,9	42,9	42,9
	NO	16	57,1	57,1	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 9
Resultado 9: TRABAJA



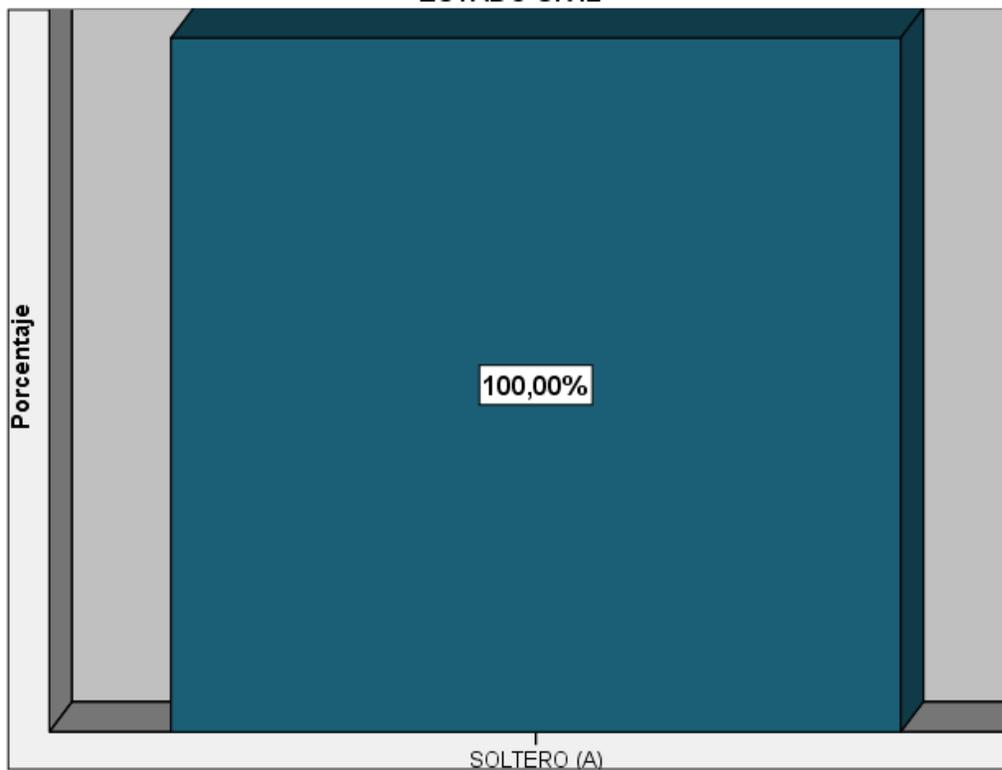
Fuente: Elaboración propia

Del 100% de la muestra el 57, 14% de los estudiantes no trabaja, que dan un total de 16 estudiantes que trabajan; y el 42,86% de los estudiantes Trabaja, que son un total de 14 estudiantes.

TABLA 10
Resultado 10: ESTADO CIVIL

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	SOLTERO (A)	28	100,0	100,0	100,0

CUADRO 10
Resultado 10: ESTADO CIVIL



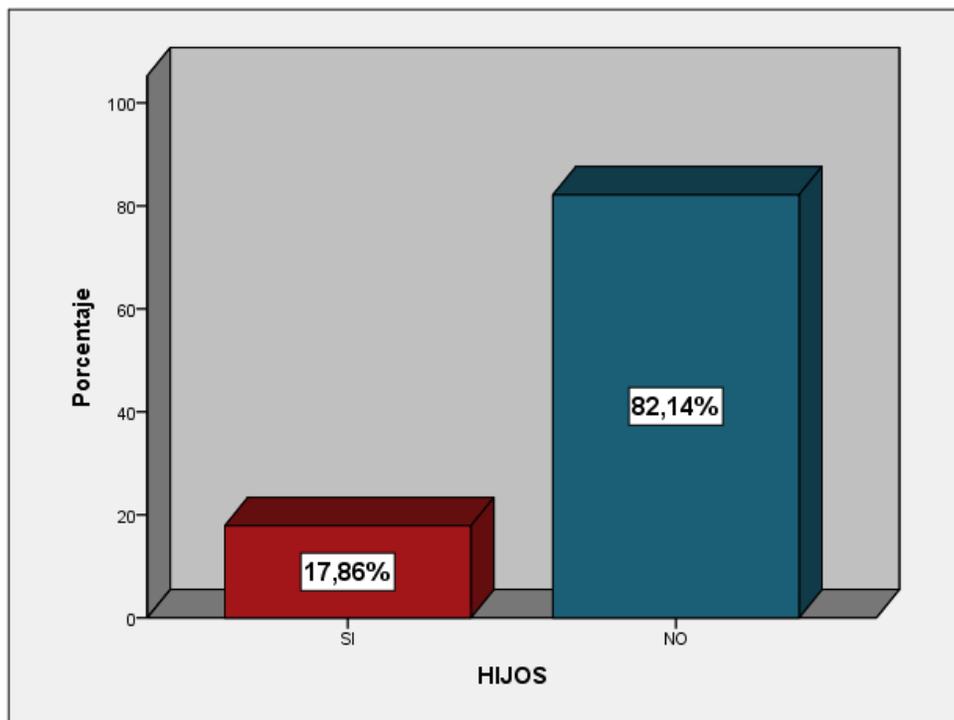
Fuente: Elaboración propia

Del 100% de la muestra el 100% es soltero en la Carrera de Ingeniería, específicamente en quinto año de la carrera.

TABLA 11
Resultado 11: HIJOS

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	SI	5	17,9	17,9	17,9
	NO	23	82,1	82,1	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 11
Resultado 11: HIJOS



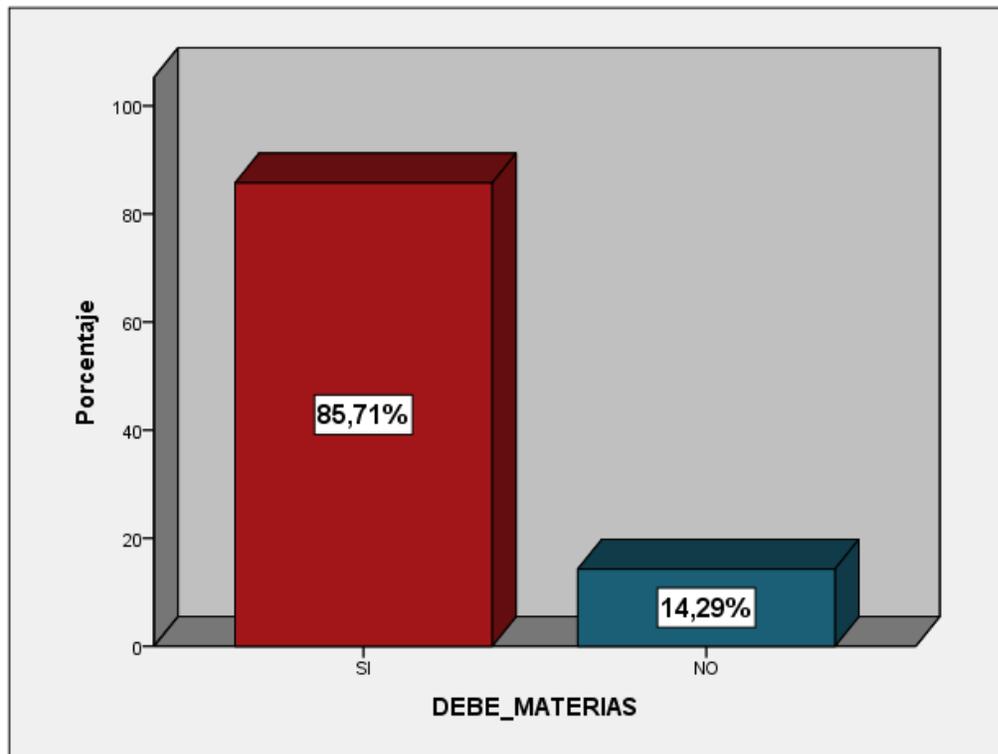
Fuente: Elaboración propia

En la Muestra del 100% de los estudiantes, el 82,14% de los estudiantes No tiene hijos, que de 30 estudiantes 23 estudiantes NO tiene hijos; y el 17,86% de los estudiantes SI tiene hijos, de 30 estudiantes solo 7 estudiantes tiene hijos.

TABLA 12
Resultado 12: DEBE MATERIAS

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	SI	24	85,7	85,7	85,7
	NO	4	14,3	14,3	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 12
Resultado 12: DEBE MATERIAS



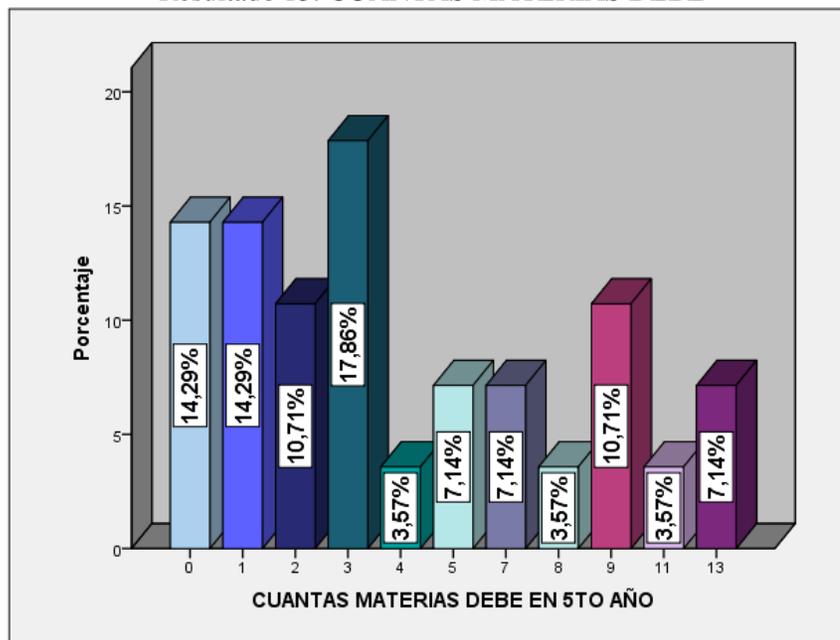
Fuente: Elaboración propia

En la muestra de estudiantes el 85,71% de los estudiantes debe materias en quinto año; y en 14,29% de los estudiantes si debe materias.

TABLA 13
Resultado 13: MATERIAS QUE DEBE

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	0	4	14,3	14,3	14,3
	1	4	14,3	14,3	28,6
	2	3	10,7	10,7	39,3
	3	5	17,9	17,9	57,1
	4	1	3,6	3,6	60,7
	5	2	7,1	7,1	67,9
	7	2	7,1	7,1	75,0
	8	1	3,6	3,6	78,6
	9	3	10,7	10,7	89,3
	11	1	3,6	3,6	92,9
	13	2	7,1	7,1	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 13
Resultado 13: CUANTAS MATERIAS DEBE



Fuente: Elaboración propia

Del 100% de la muestra el 17,86% de los estudiantes debe 3 materias, es decir que de 28 estudiantes 5 debe 3 materias; 14,29% de los estudiantes de la carrera de Ingeniería Eléctrica no debe materias (4 estudiantes), y debe 1 materia; seguido de 10,71% de los estudiantes debe 2 materias (3 estudiantes) y 9 materias (3 estudiantes).

5.2. INTERPRETACIÓN DE INSTRUMENTOS APLICADOS

Resultados Test de Ansiedad de Beck – GRUPO EXPERIMENTAL

PRE TEST - POR CADA ITEM QUE MIDE LA ANSIEDAD

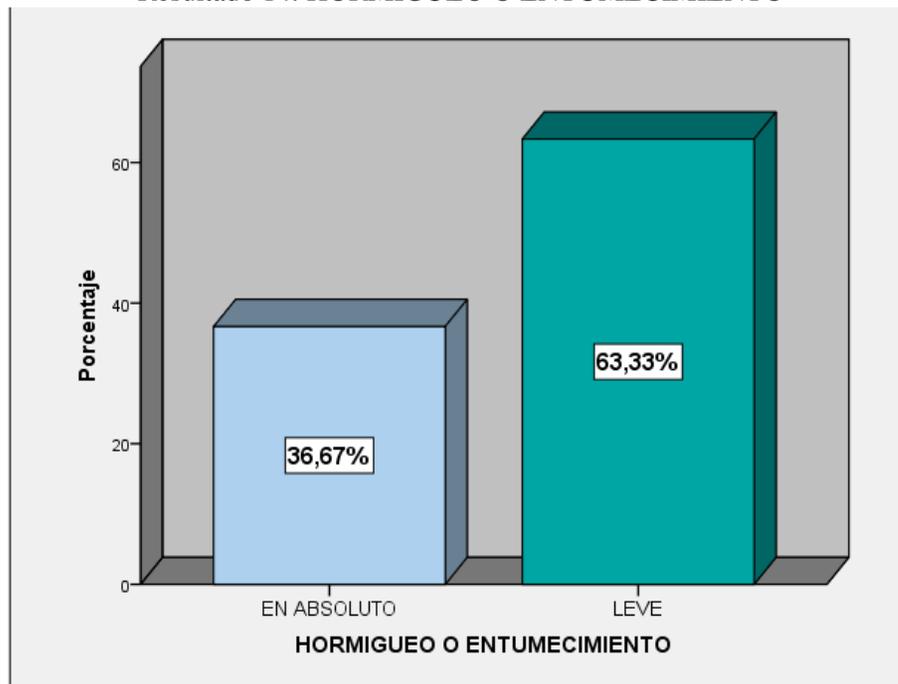
Los siguientes resultados de la investigación son bajo los siguientes ítems del test de Ansiedad de Beck:

1. Hormigueo o entumecimiento.
2. Sensación de calor.
3. Temblor de piernas.
4. Incapacidad de relajarse.
5. Miedo a que suceda lo peor.
6. Mareo o aturdimiento.
7. Palpitaciones o taquicardia.
8. Sensación de inestabilidad e inseguridad física.
9. Terrores.
10. Nerviosismo.
11. Sensación de ahogo.
12. Temblores de manos.
13. Temblor generalizado o estremecimiento.
14. Miedo a perder el control.
15. Dificultad para respirar.
16. Miedo a morir.
17. Sobre saltos.
18. Molestias digestivas o abdominales.
19. Palidez.
20. Rubor facial.
21. Sudoración (no debida al calor).

TABLA 14
Resultado 14: HORMIGUEO O ENTUMECIMIENTO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	11	36,7	36,7	36,7
	LEVE	19	63,3	63,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 14
Resultado 14: HORMIGUEO O ENTUMECIMIENTO



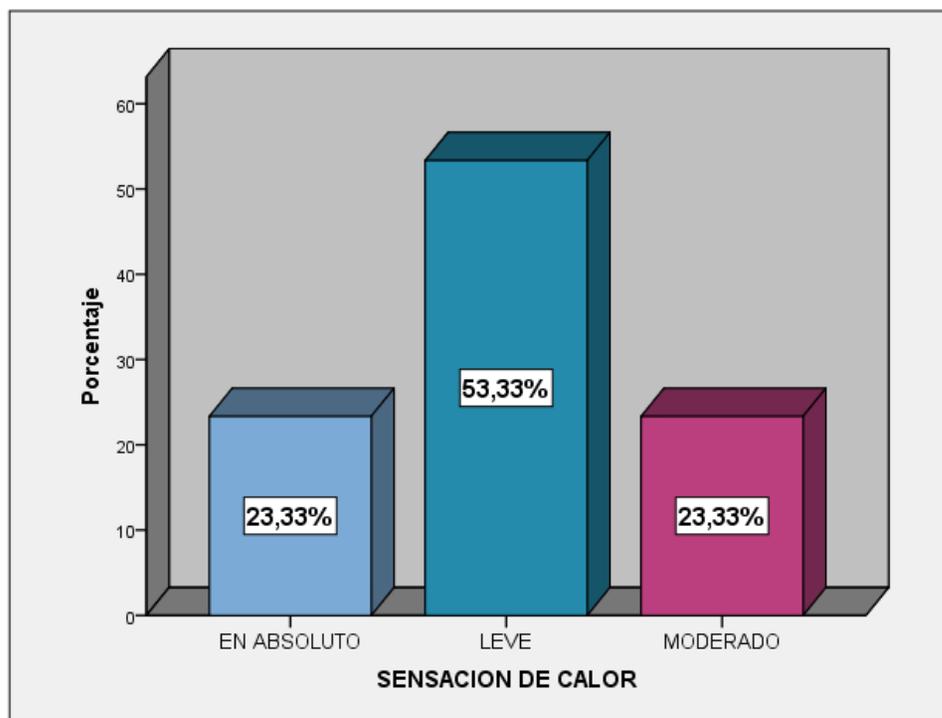
Fuente: Elaboración propia

De la muestra evaluada del 100% de los estudiantes el 63% de los estudiantes presentan hormigueo o entumecimiento corporal, pero a nivel leve, y el 36,67% en absoluto no presenta este síntoma.

TABLA 15
Resultado 15: SENSACION DE CALOR

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	7	23,3	23,3	23,3
	LEVE	16	53,3	53,3	76,7
	MODERADO	7	23,3	23,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 15
Resultado 15: SENSACION DE CALOR



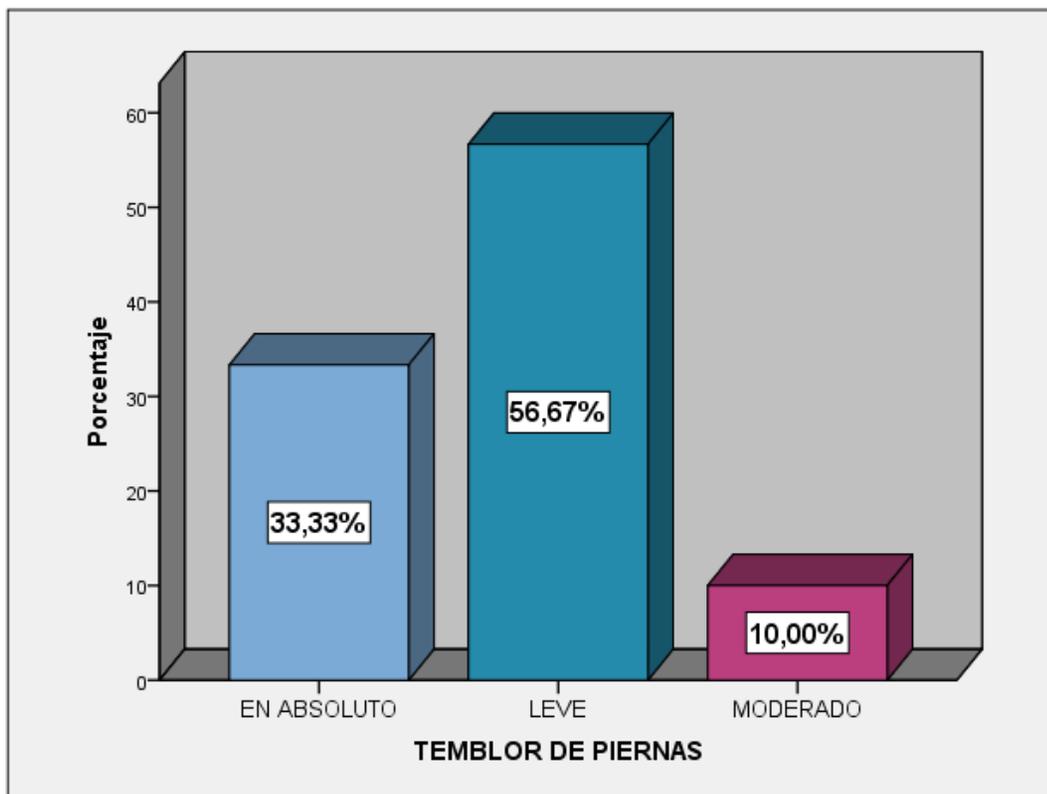
Fuente: Elaboración propia

Del 100% de los estudiantes el 53,33% de los estudiantes presentan sensación de calor en una intensidad leve, que son 16 estudiantes que tienen esta sensación, y el 23,33% de los estudiantes tienen esta sensación de Manera Moderada y el otro 23,33% no sienten esta sensación.

TABLA 16
Resultado 16: TEMBLOR DE PIERNAS

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	10	33,3	33,3	33,3
	LEVE	17	56,7	56,7	90,0
	MODERADO	3	10,0	10,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 16
Resultado 16: TEMBLOR DE PIERNAS



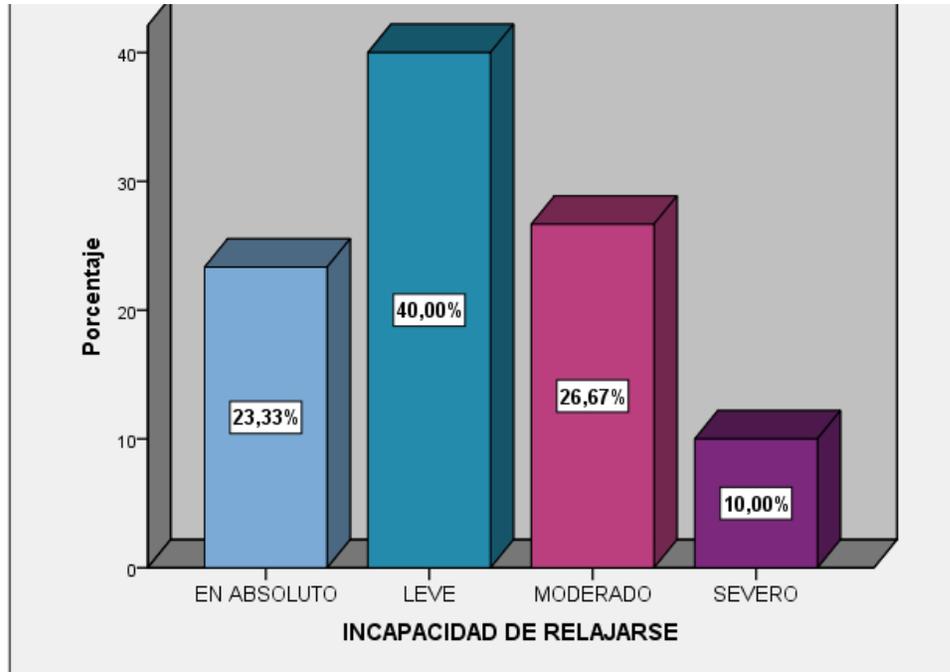
Fuente: Elaboración propia

El 56,67% de la muestra de un 100% de los estudiantes sienten temblor en las piernas de manera leve, que son 17 de 30 estudiantes que tiene esta sensación en las piernas y el otro 33,33% de los estudiantes no sienten esta sensación, los cuales son 10 de 30 estudiantes.

TABLA 17
Resultado 17: INCAPACIDAD DE RELAJARSE

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	7	23,3	23,3	23,3
	LEVE	12	40,0	40,0	63,3
	MODERADO	8	26,7	26,7	90,0
	SEVERO	3	10,0	10,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 17
Resultado 17: INCAPACIDAD DE RELAJARSE



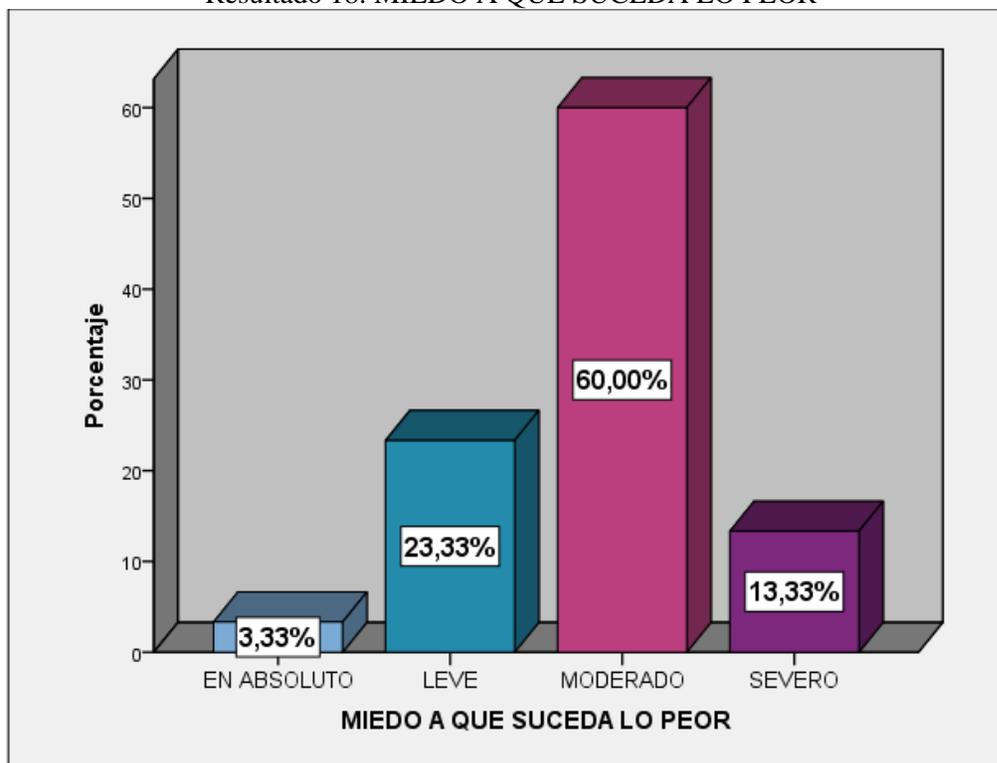
Fuente: Elaboración propia

Del 100% de los estudiantes evaluados, el 40% de los mismo presenta incapacidad para relajarse de manera leve, que puede tolerar, es decir, 12 de los 30 estudiantes tiene esta incapacidad; el 26,67% de los estudiantes tiene la incapacidad para relajarse de manera Moderada, de los 30 estudiantes 8 sienten esta incapacidad que es molesta. Pero en este ítem ya se puede ver que ya existe de manera severa la incapacidad de relajarse.

TABLA 18
Resultado 18: MIEDO A QUE SUCEDA LO PEOR

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	1	3,3	3,3	3,3
	LEVE	7	23,3	23,3	26,7
	MODERADO	18	60,0	60,0	86,7
	SEVERO	4	13,3	13,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 18
Resultado 18: MIEDO A QUE SUCEDA LO PEOR



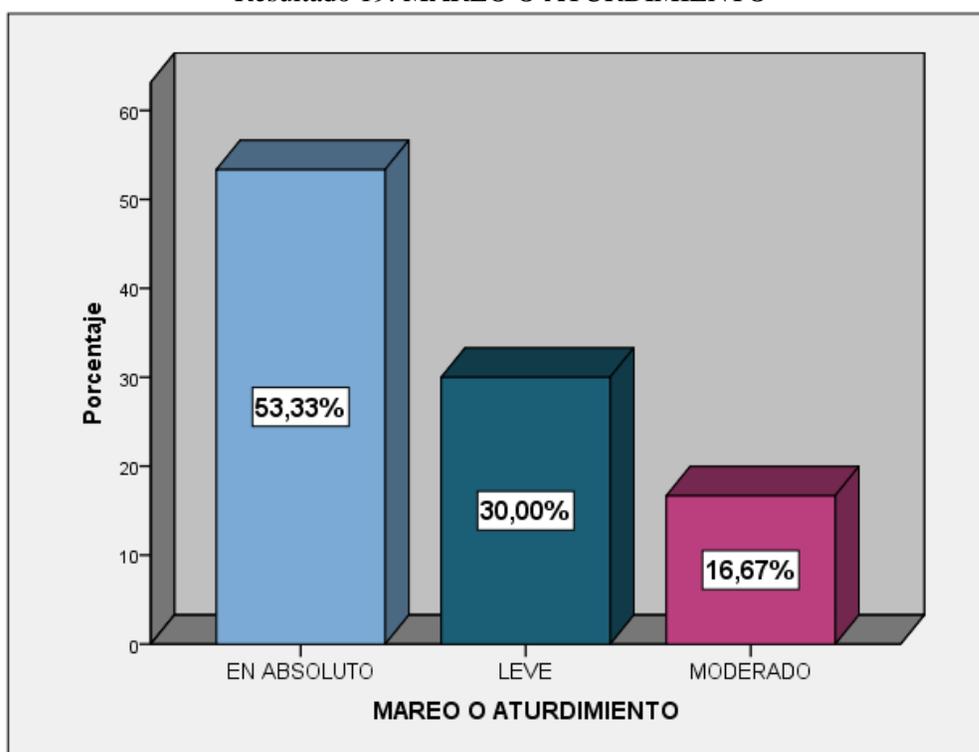
Fuente: Elaboración propia

Del 100% de los estudiantes el 60 % de los estudiantes tiene “Miedo a que suceda lo peor” de manera Moderada, 18 estudiantes de 30 tienen este miedo; el 23,33% de los estudiantes tiene miedo a que suceda lo peor de manera leve, y el otro 13,33% de manera severa.

TABLA 19
Resultado 19: MAREO O ATURDIMIENTO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	16	53,3	53,3	53,3
	LEVE	9	30,0	30,0	83,3
	MODERADO	5	16,7	16,7	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 19
Resultado 19: MAREO O ATURDIMIENTO



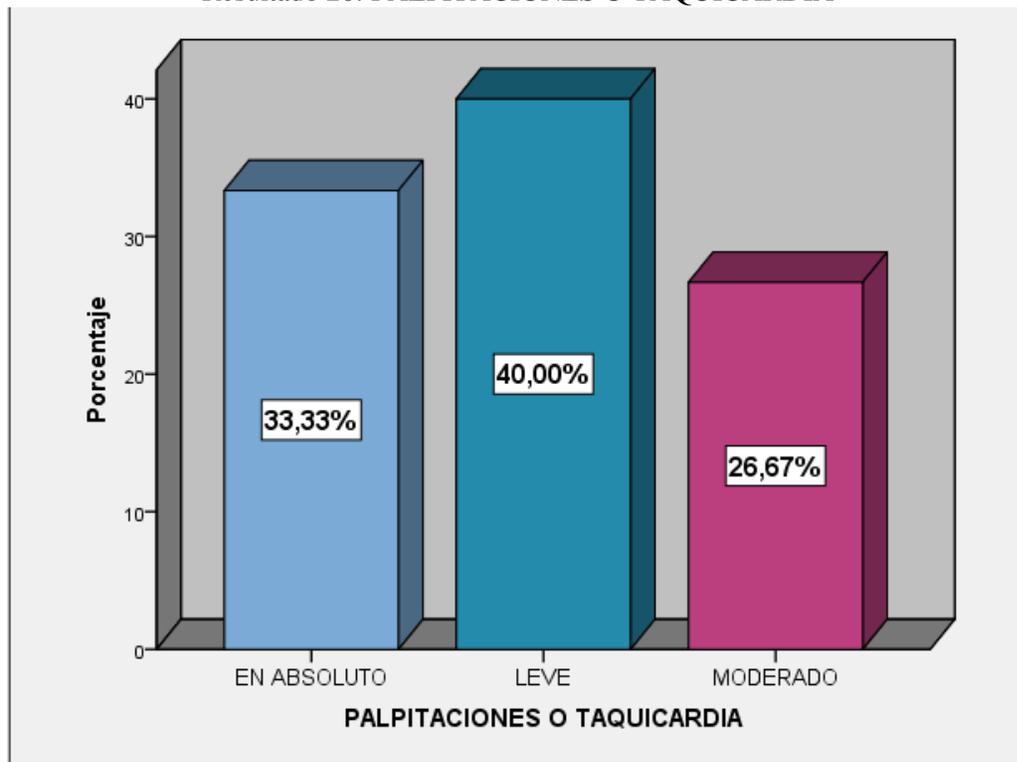
Fuente: Elaboración propia

Del 100% de la muestra de los estudiantes, 30% de los estudiantes sufre “Mareo o aturdimiento” de manera leve, es decir de 30 estudiantes 16 estudiantes sufre de Mareos o aturdimiento de manera leve; y el 16,67% de los estudiantes sufre de estos mareos o aturdimiento de manera moderada, que es molesto. El 53,33% de los estudiantes no sufre de estos mareos.

TABLA 20
Resultado 20: PALPITACIONES O TAQUICARDIA

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	10	33,3	33,3	33,3
	LEVE	12	40,0	40,0	73,3
	MODERADO	8	26,7	26,7	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 20
Resultado 20: PALPITACIONES O TAQUICARDIA



Fuente: Elaboración propia

El 40% del 100% de los estudiantes sufre de palpitaciones o taquicardia de manera leve, es decir 12 de 30 estudiantes sufre de esta sensación de palpitaciones y taquicardia; El 26,67% sufre de palpitaciones y taquicardia de manera moderada, que son 8 estudiantes que sufre esta sensación de manera moderada, lo cual nos da un numero de 20 estudiantes con esta sensación.

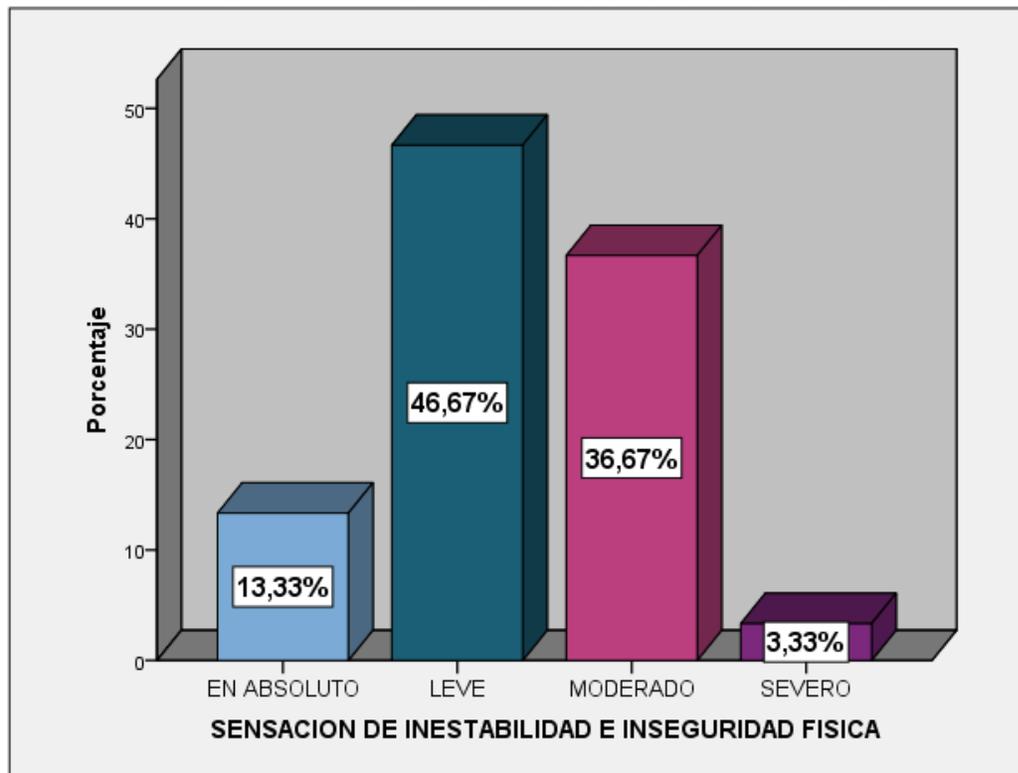
TABLA 21

Resultado 21: SENSACION DE INESTABILIDAD E INSEGURIDAD FISICA

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	4	13,3	13,3	13,3
	LEVE	14	46,7	46,7	60,0
	MODERADO	11	36,7	36,7	96,7
	SEVERO	1	3,3	3,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 21

Resultado 21: SENSACION DE INVESTABILIDAD E INSEGURIDAD FISICA



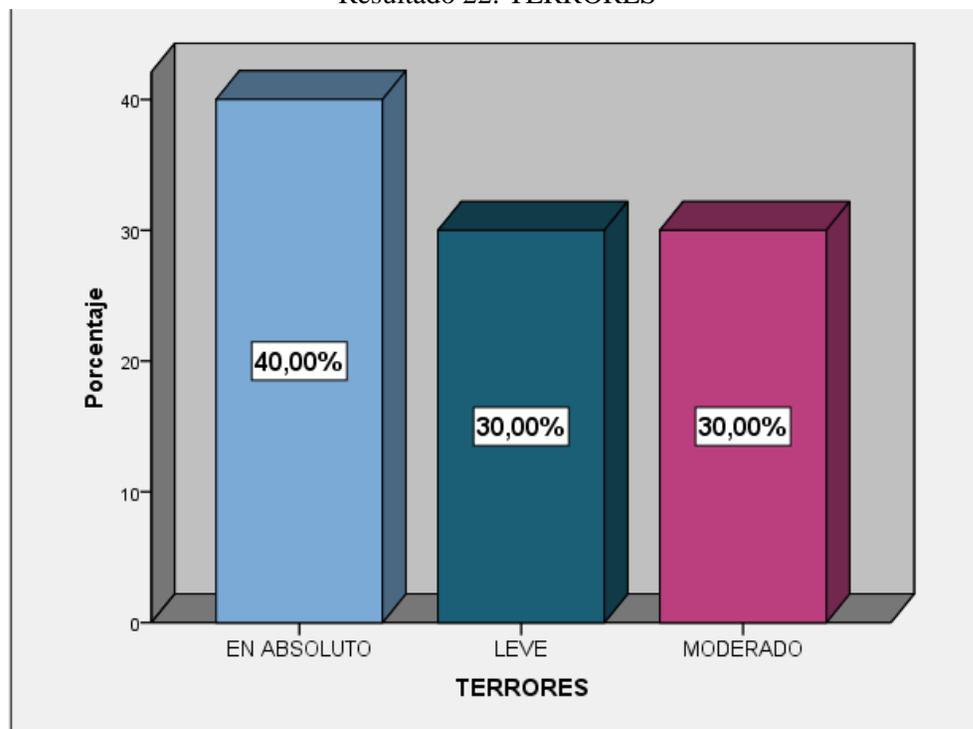
Fuente: Elaboración propia

El 46,67% de estudiantes del 100%, tiene una sensación de Inestabilidad e Inseguridad Física de Manera Leve, es decir que 14 de los 30 estudiantes sufre una sensación de Inestabilidad Leve; 36,67% de los estudiantes tiene esta sensación de manera Moderada; y el 3,33% de manera Severa.

TABLA 22
Resultado 22: TERRORES

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	12	40,0	40,0	40,0
	LEVE	9	30,0	30,0	70,0
	MODERADO	9	30,0	30,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 22
Resultado 22: TERRORES



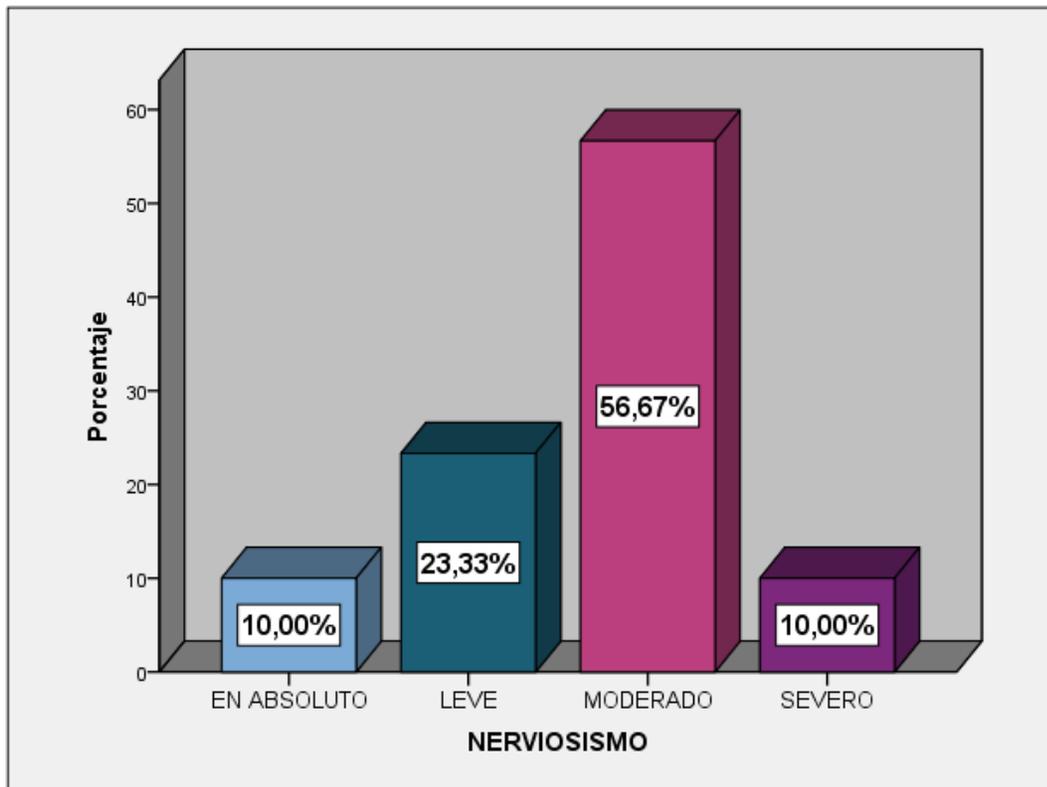
Fuente: Elaboración propia

En “Terrores” el 30% de los estudiantes sufre de esta sensación, de Manera Leve, que son un total de 9 personas y el 30% de manera Moderada, ambas haciendo un total de 60% que sufre de terrores, haciendo 18 de 30 estudiantes que sufre de esta sensación.

TABLA 23
Resultado 23: NERVIOSISMO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	3	10,0	10,0	10,0
	LEVE	7	23,3	23,3	33,3
	MODERADO	17	56,7	56,7	90,0
	SEVERO	3	10,0	10,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 24
Resultado 24: NERVIOSISMO



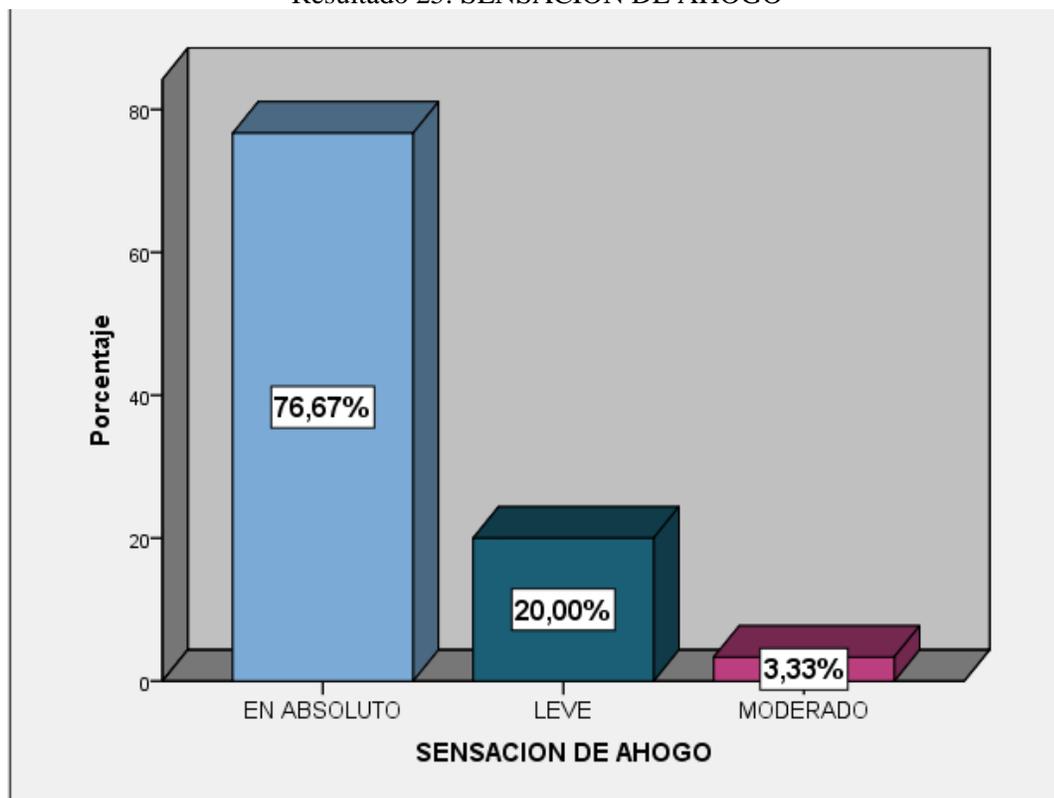
Fuente: Elaboración propia

En la pregunta si sufre “Nerviosismo”, el 56, 67% de los estudiantes sufre de esta Sensación de manera MODERADA, es decir 17 de los 30 estudiantes sufre de Nerviosismo; el 23,33% sufre de Nerviosismo de manera Leve; y 10% de los estudiantes de manera Severa.

TABLA 25
Resultado 25: SENSACIÓN DE AHOGO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	23	76,7	76,7	76,7
	LEVE	6	20,0	20,0	96,7
	MODERADO	1	3,3	3,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 25
Resultado 25: SENSACIÓN DE AHOGO



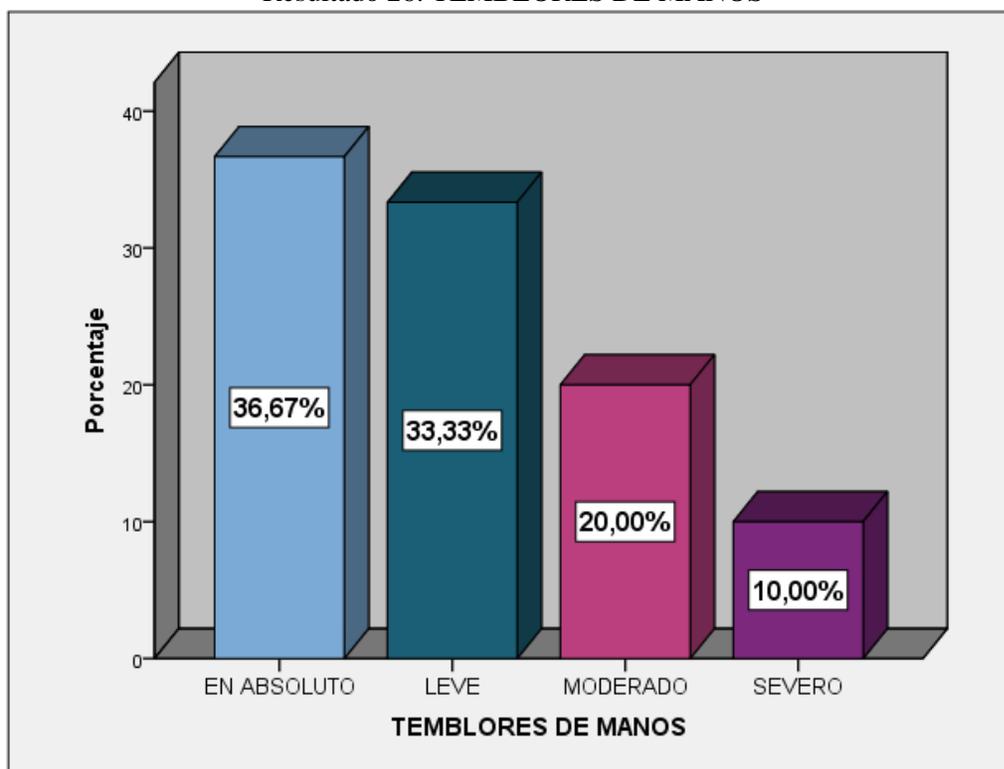
Fuente: Elaboración propia

En la pregunta si tiene “Sensación de ahogo” el 76,67% de los estudiantes, NO Sufre de esta sensación, el 20% de los Estudiantes sufre de la sensación de ahogo de manera Leve.

TABLA 26
Resultado 26: TEMBLORES DE MANOS

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	11	36,7	36,7	36,7
	LEVE	10	33,3	33,3	70,0
	MODERADO	6	20,0	20,0	90,0
	SEVERO	3	10,0	10,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 26
Resultado 26: TEMBLORES DE MANOS



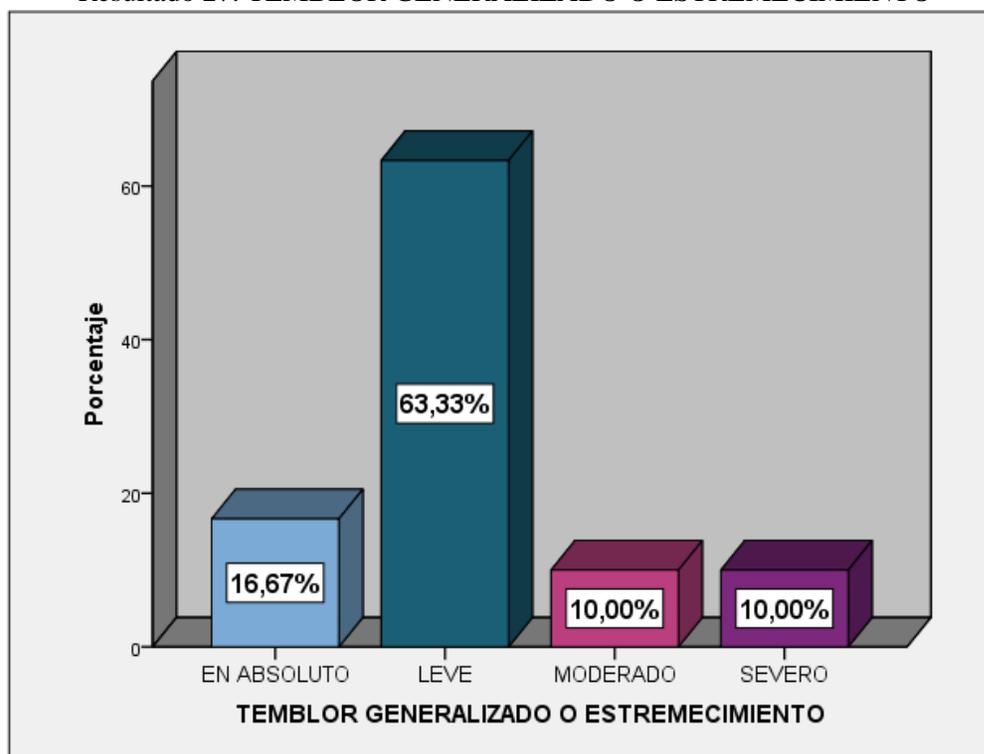
Fuente: Elaboración propia

En la pregunta si siente “Tembloros de manos”, 33,33% de los estudiantes sufre esta sensación de manera LEVE, el 20% de manera Moderada y el 10% de manera Severa, juntos hacen un total de 63,33% de los estudiantes que sufre de esta sensación.

TABLA 27
Resultado 27: TEMBLOR GENERALIZADO O ESTREMECIMIENTO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	5	16,7	16,7	16,7
	LEVE	19	63,3	63,3	80,0
	MODERADO	3	10,0	10,0	90,0
	SEVERO	3	10,0	10,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 27
Resultado 27: TEMBLOR GENERALIZADO O ESTREMECIMIENTO



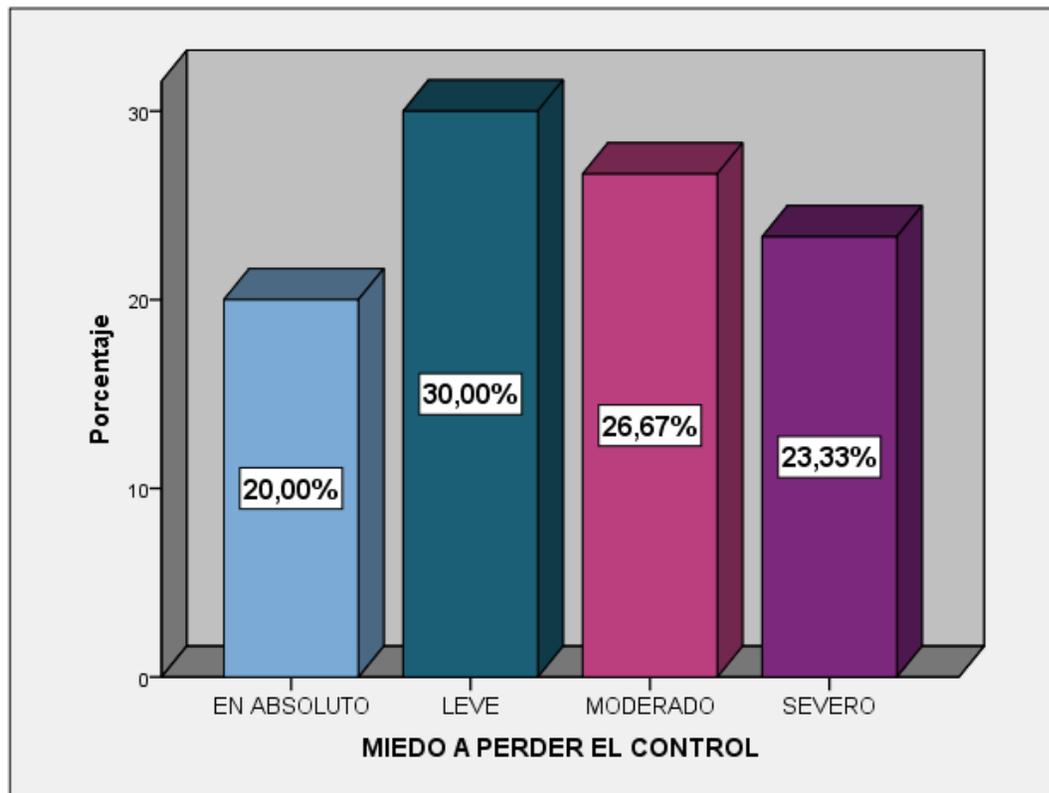
Fuente: Elaboración propia

En la pregunta donde menciona “Temblor Generalizado o Estremecimiento” el 63,33% de los estudiantes sufre de Manera LEVE esta sensación, y de manera Moderada y Severa en un 10% cada uno, la Suma de los 3 hace un total de 83,33% de los estudiantes sufre de esta sensación.

TABLA 28
Resultado 28: MIEDO A PERDER EL CONTROL

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	6	20,0	20,0	20,0
	LEVE	9	30,0	30,0	50,0
	MODERADO	8	26,7	26,7	76,7
	SEVERO	7	23,3	23,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 28
Resultado 28: MIEDO A PERDER EL CONTROL



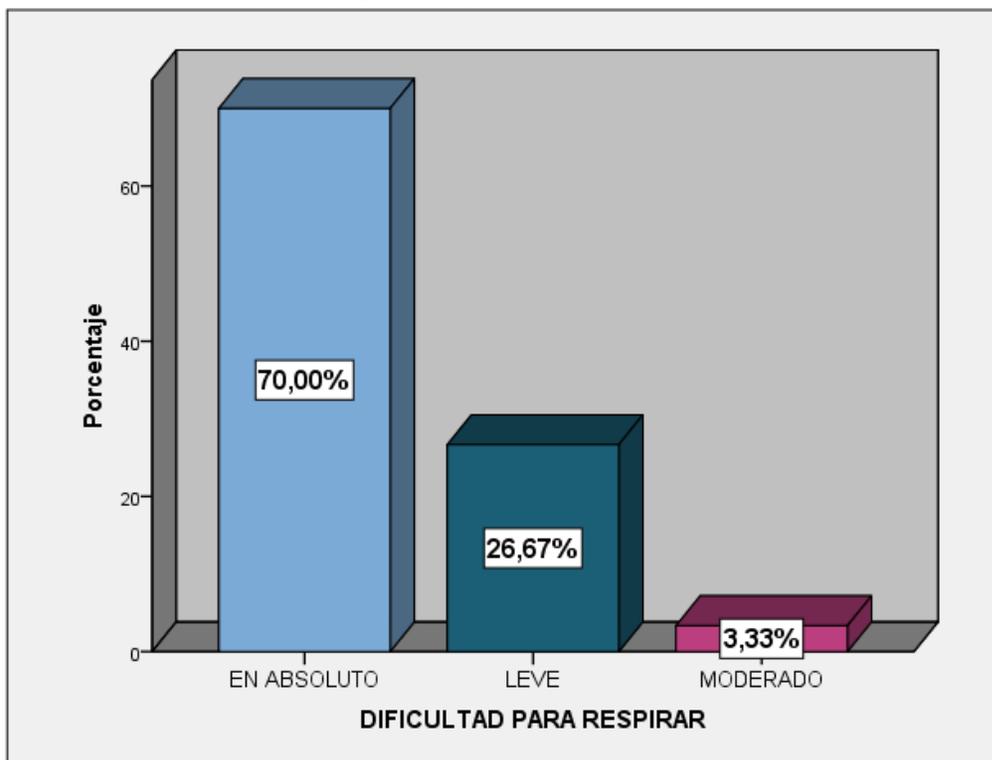
Fuente: Elaboración propia

En la pregunta si tiene “Miedo a perder el control” del 100% de los estudiantes, el 30% de los estudiantes sufre de este Miedo a Perder el control de manera LEVE; el 26,67% de los estudiantes de manera MODERADA y el 23,33% de los estudiantes de manera SEVERA.

TABLA 29
Resultado 29: DIFICULTAD PARA RESPIRAR

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	21	70,0	70,0	70,0
	LEVE	8	26,7	26,7	96,7
	MODERADO	1	3,3	3,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 29
Resultado 29: DIFICULTAD PARA RESPIRAR



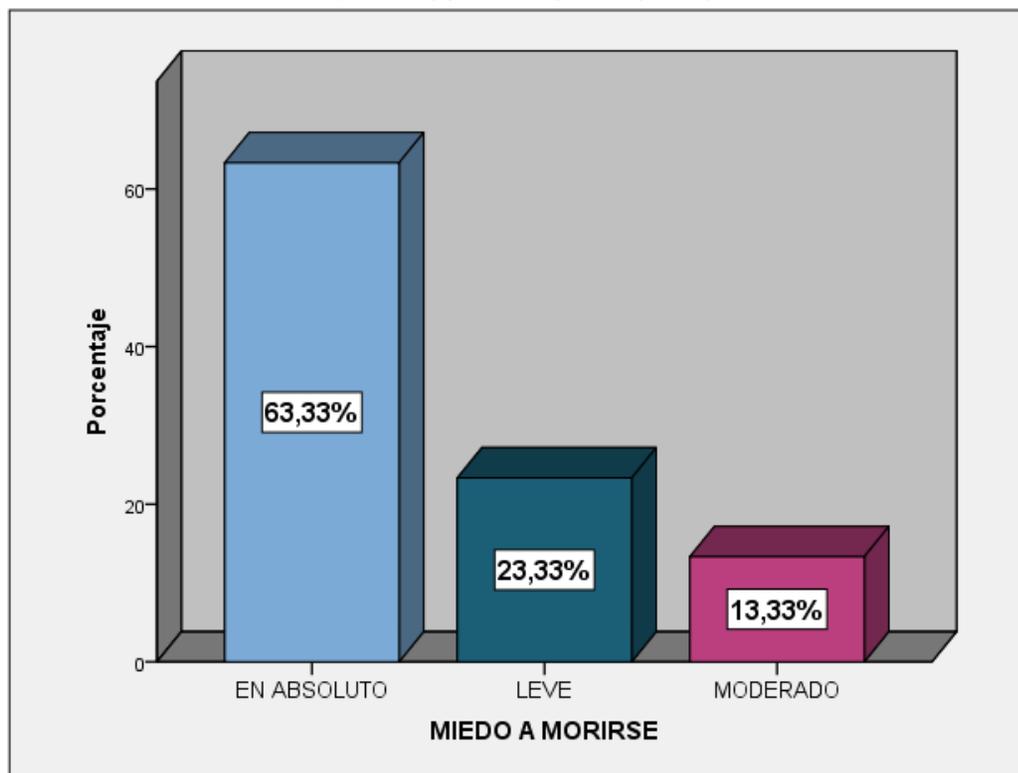
Fuente: Elaboración propia

En el Ítem de la pregunta “Dificultad para respirar” el 70% de los estudiantes NO SUFRE de esta sensación, es decir que de los 30 estudiantes 21 no sufre de esta sensación; el 26,67% de los estudiantes sufre de esta sensación de Manera LEVE, del cual solo 8 estudiantes sufren de esta sensación.

TABLA 30
Resultado 30: MIEDO A MORIRSE

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	19	63,3	63,3	63,3
	LEVE	7	23,3	23,3	86,7
	MODERADO	4	13,3	13,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 30
Resultado 30: MIEDO A MORIRSE



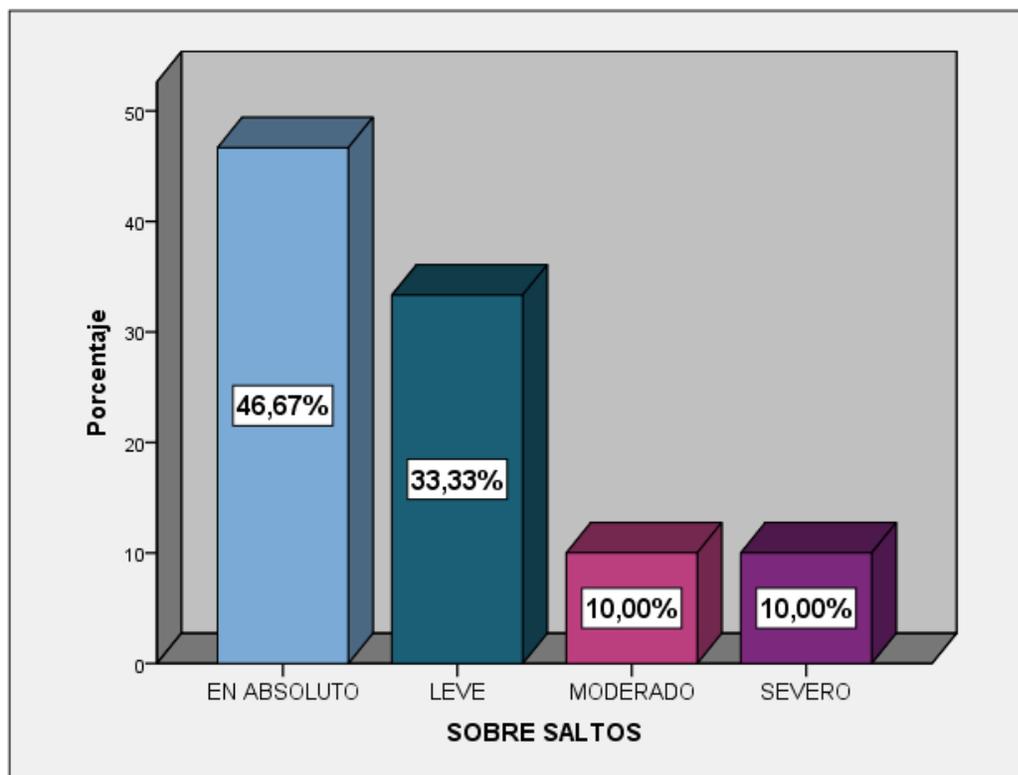
Fuente: Elaboración propia

En la pregunta “Miedo a Morirse”, el 63,33% de los estudiantes NO SUFRE de este temor, es decir que de los 30 estudiantes 19 no sufre de esta sensación; el 23,33% de los estudiantes sufre de este miedo de manera LEVE, y el 13,33% de manera Moderada.

TABLA 31
Resultado 31: SOBRE SALTO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	14	46,7	46,7	46,7
	LEVE	10	33,3	33,3	80,0
	MODERADO	3	10,0	10,0	90,0
	SEVERO	3	10,0	10,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 31
Resultado 31: SOBRE SALTO



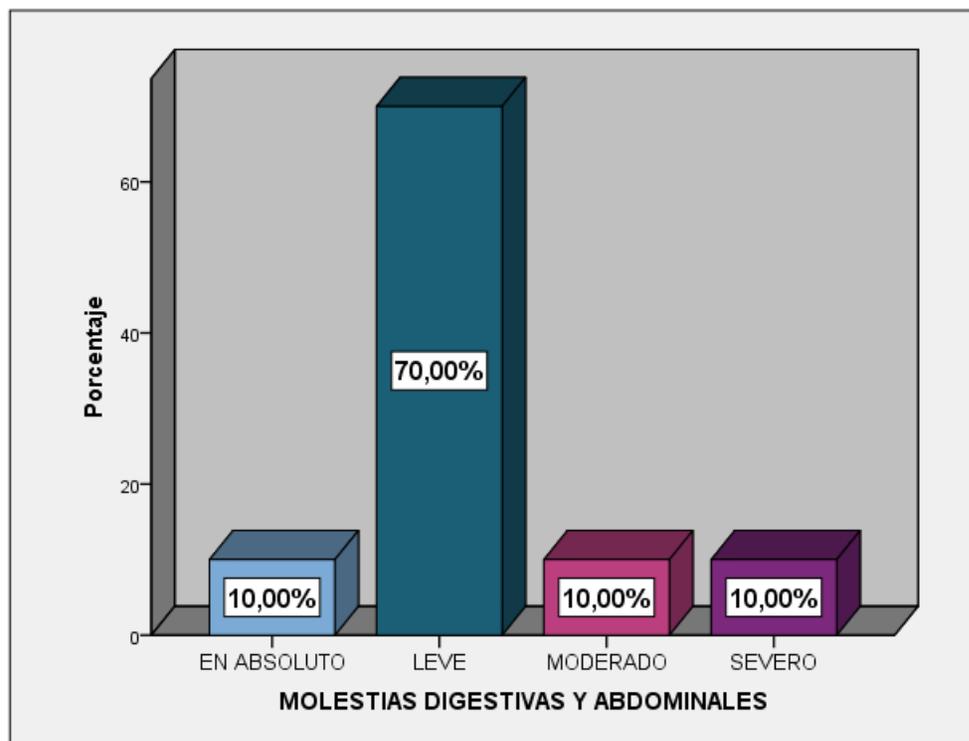
Fuente: Elaboración propia

En la pregunta si sufre de “Sobre saltos” el 46,67% de los estudiantes no sufre de esta sensación; el 33,33% de los estudiantes sufre de esta sensación de Manera LEVE, 10% de manera Moderada y 10% de manera Severa, y los tres dan un total d 53,33% de los estudiantes si sufre de esta sensación.

TABLA 32
Resultado 32: MOLESTIAS DIGESTIVAS Y ABDOMINALES

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	3	10,0	10,0	10,0
	LEVE	21	70,0	70,0	80,0
	MODERADO	3	10,0	10,0	90,0
	SEVERO	3	10,0	10,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 32
Resultado 32: MOLESTIAS DIGESTIVAS Y ABDOMINALES



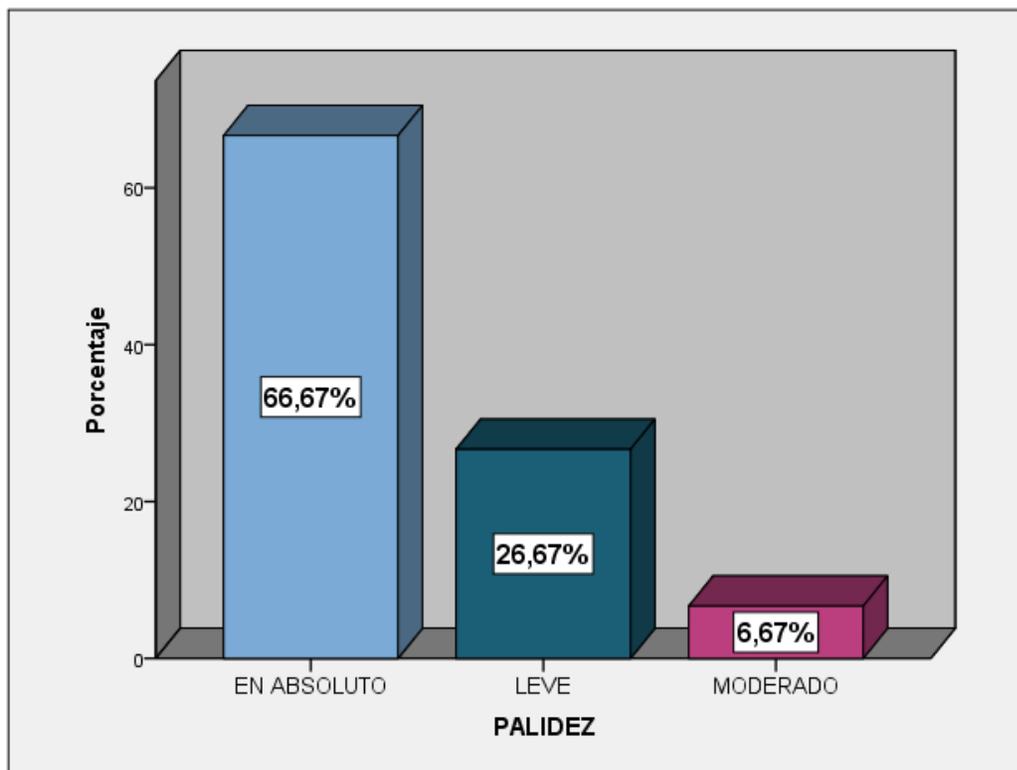
Fuente: Elaboración propia

En la pregunta “Molestias Digestivas y abdominales”, el 70% de los estudiantes sufre de manera LEVE, es decir que 21 de los 30 estudiantes sufre de esta Molestia de Manera LEVE; el 10% de manera Moderada, 10% de manera Severa.

TABLA 33
Resultado 33: PALIDEZ

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	20	66,7	66,7	66,7
	LEVE	8	26,7	26,7	93,3
	MODERADO	2	6,7	6,7	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 33
Resultado 33: PALIDEZ



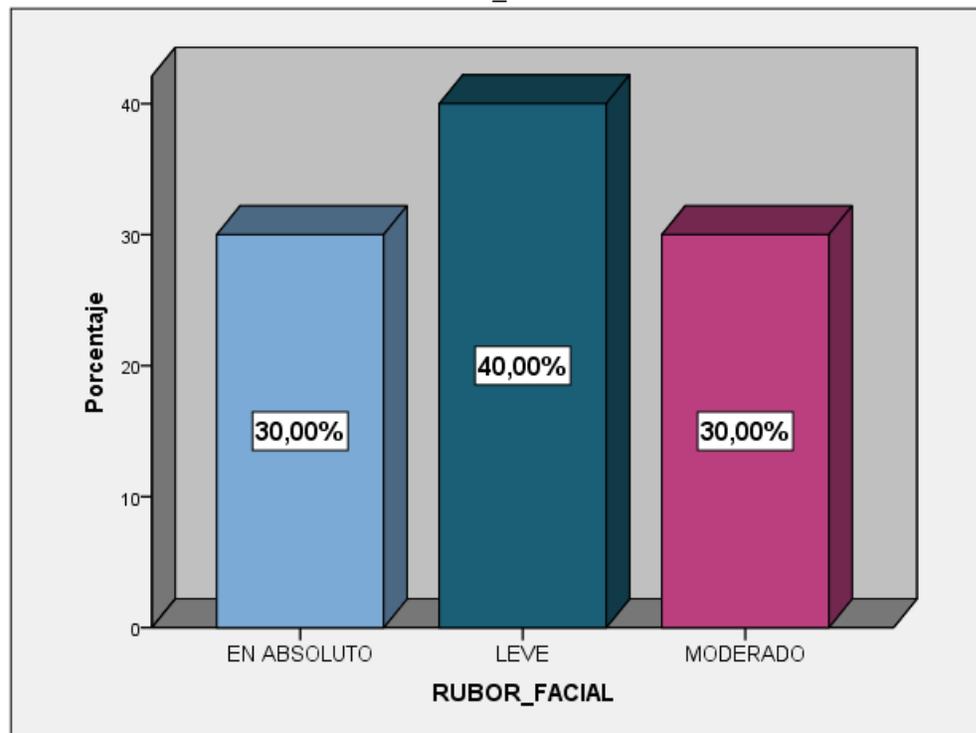
Fuente: Elaboración propia

En la sensación de “Palidez” el 66,67% de los estudiantes evaluados no sufre de Palidez, es decir que, de 30 estudiantes, 20 de los estudiantes sufre de Palidez; el 26,67% de los estudiantes sufre de palidez de manera LEVE; y el 6,67% de los estudiantes sufre de palidez de manera Moderada.

TABLA 34
Resultado 34: RUBOR FACIAL

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	9	30,0	30,0	30,0
	LEVE	12	40,0	40,0	70,0
	MODERADO	9	30,0	30,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 34
Resultado 34: RUBOR FACIAL



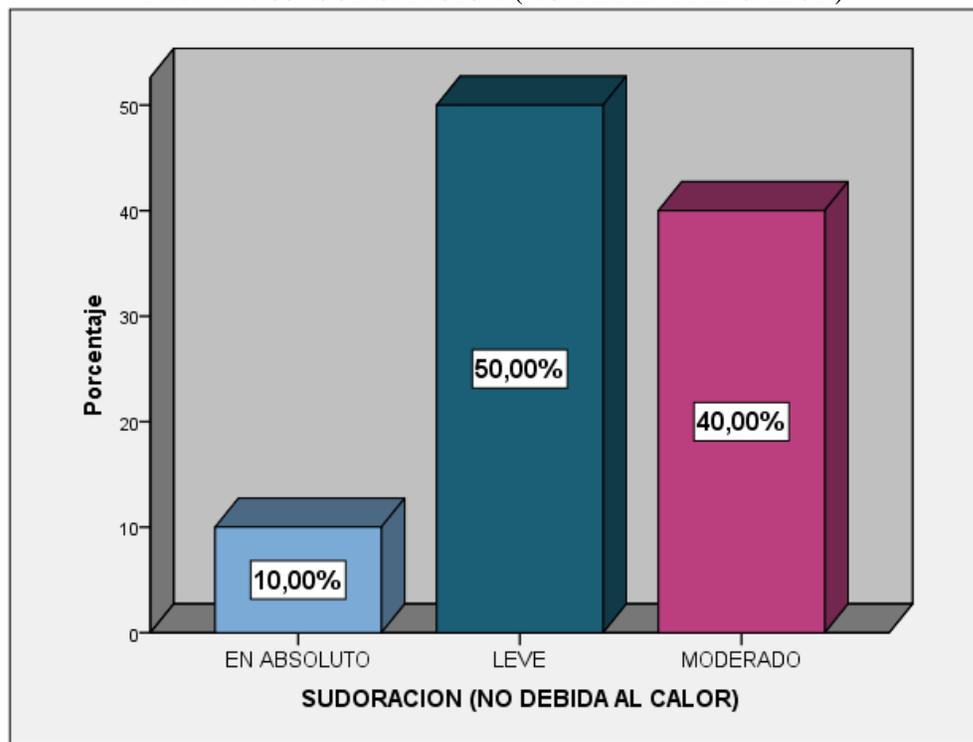
Fuente: Elaboración propia

En la pregunta “Rubor facial” el 40% de los estudiantes tiene un Rubor facial de Manera LEVE, es decir de los 30 estudiantes 12 estudiantes tiene rubor facial; el 30% de los estudiantes tiene rubor facial de manera Moderada, de 30 estudiantes 9 sufre de esta sensación. Ambos suman 70% de estudiantes que sufre de esta sensación.

TABLA 35
Resultado 35: SUDORACION (NO DEBIDA AL CALOR)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	3	10,0	10,0	10,0
	LEVE	15	50,0	50,0	60,0
	MODERADO	12	40,0	40,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 35
Resultado 35: SUDORACION (NO DEBIDA AL CALOR)



Fuente: Elaboración propia

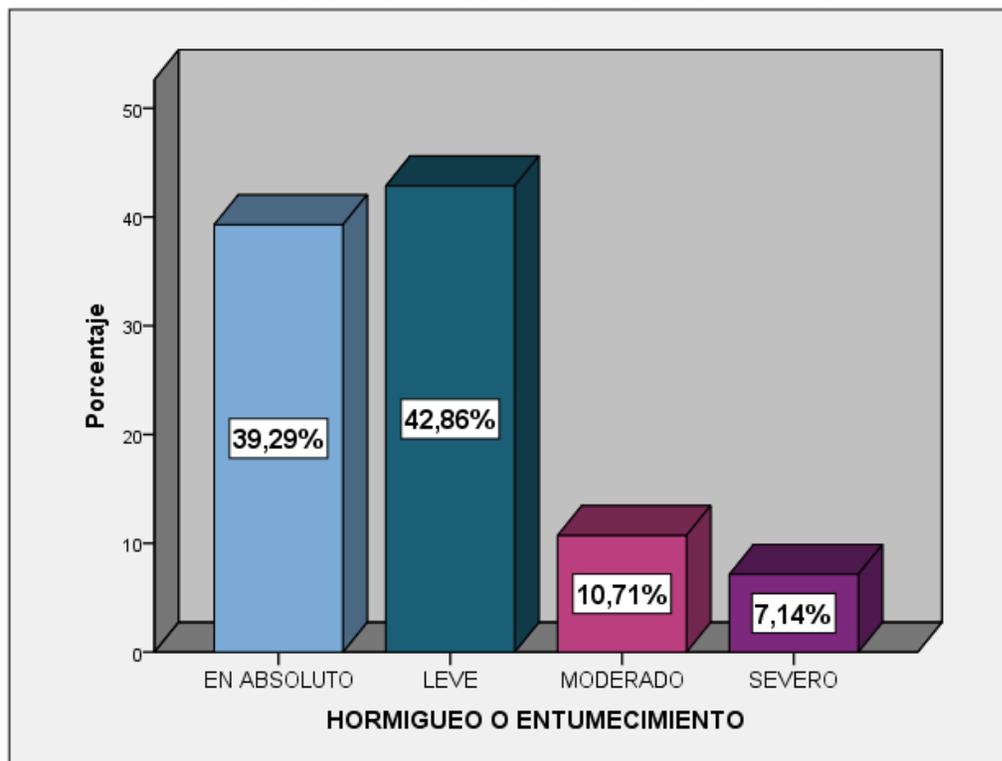
En la pregunta “Sudoración”, el 50% de los estudiantes sufre de Manera Leve la sudoración, es decir que de 30 estudiantes 15 sufre de sudoración de manera leve; y un 40% de los estudiantes sufre de sudoración de manera Moderada.

Resultados Test de Ansiedad de Beck – PRE TEST – GRUPO DE CONTROL

TABLA 36
Resultado 36: HORMIGUEO O ENTUMECIMIENTO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	11	39,3	39,3	39,3
	LEVE	12	42,9	42,9	82,1
	MODERADO	3	10,7	10,7	92,9
	SEVERO	2	7,1	7,1	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 36
Resultado 36: HORMIGUEO O ENTUMECIMIENTO



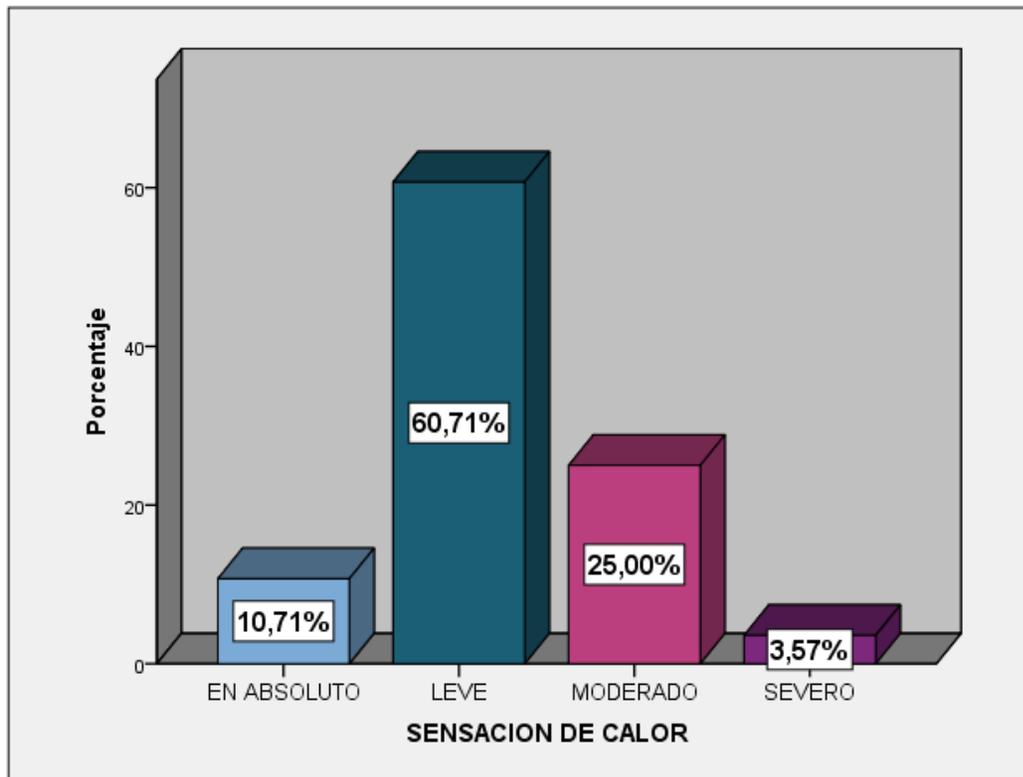
Fuente: Elaboración propia

En el ítem de pregunta “Hormigueo o entumecimiento”, el 42,86% de los estudiantes sufre de esta sensación de manera LEVE, el 10,71% de los estudiantes sufre de esta sensación de manera MODERADA, y el 7,14% de los estudiantes de manera SEVERA. Lo cual sumados nos da 60,71% sufre de esta sensación.

TABLA 37
Resultado 37: SENSACION DE CALOR

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	3	10,7	10,7	10,7
	LEVE	17	60,7	60,7	71,4
	MODERADO	7	25,0	25,0	96,4
	SEVERO	1	3,6	3,6	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 37
Resultado 37: SENSACION DE CALOR



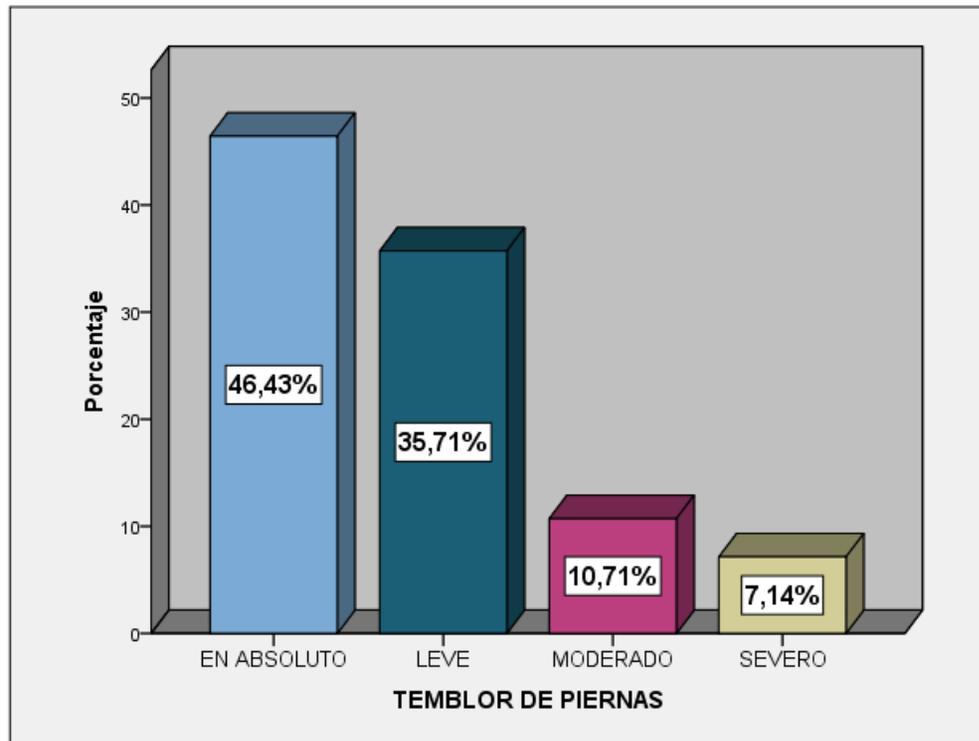
Fuente: Elaboración propia

“Sensación de calor” el 60,71% de los estudiantes sufre de esta sensación de manera LEVE, es decir que de los 28 estudiantes 17 estudiantes sufre de esta sensación; que el 25% de los estudiantes sufre de esta sensación de calor de manera Moderada.

TABLA 38
Resultado 38: TEMBLOR DE PIERNAS

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	13	46,4	46,4	46,4
	LEVE	10	35,7	35,7	82,1
	MODERADO	3	10,7	10,7	92,9
	SEVERO	2	7,1	7,1	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 38
Resultado 38: TEMBLOR DE PIERNAS



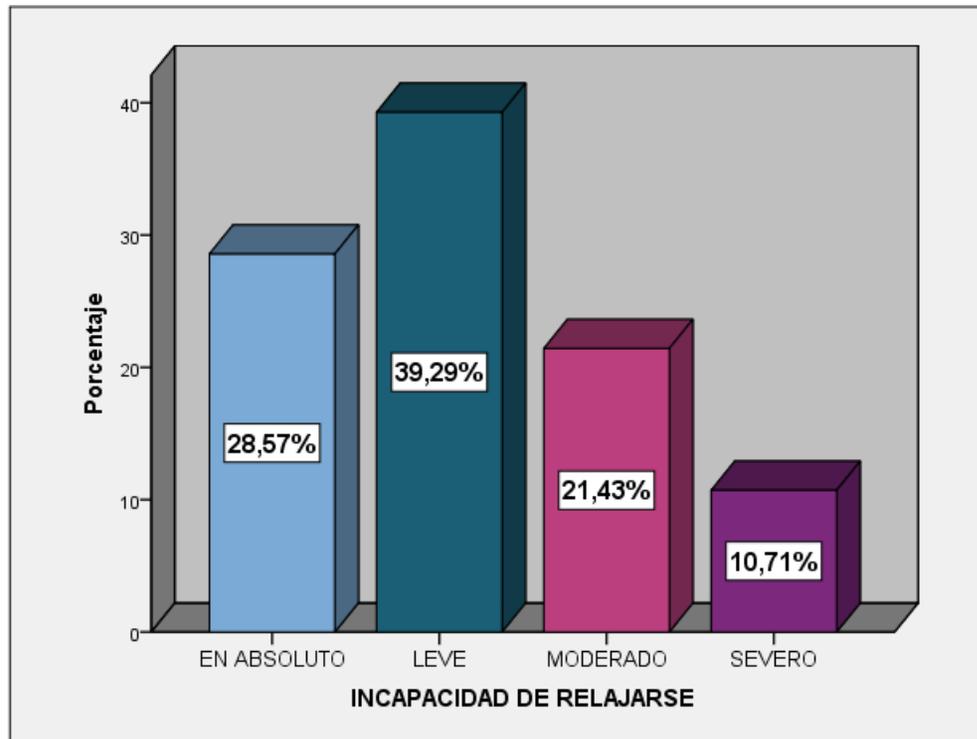
Fuente: Elaboración propia

En la sensación de “Temblor de piernas” el 46,43% no sufre de esta sensación. Pero sumados las 3 áreas dan un (leve, moderado, severo), dan 53,57%, por lo cual el 35% de los estudiantes sufren de temblores en las piernas de manera LEVE, el 10,71% de manera Moderada y 7,14% de manera Severa.

TABLA 39
Resultado 39: INCAPACIDAD DE RELAJARSE

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	8	28,6	28,6	28,6
	LEVE	11	39,3	39,3	67,9
	MODERADO	6	21,4	21,4	89,3
	SEVERO	3	10,7	10,7	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 39
Resultado 39: INCAPACIDAD DE RELAJARSE



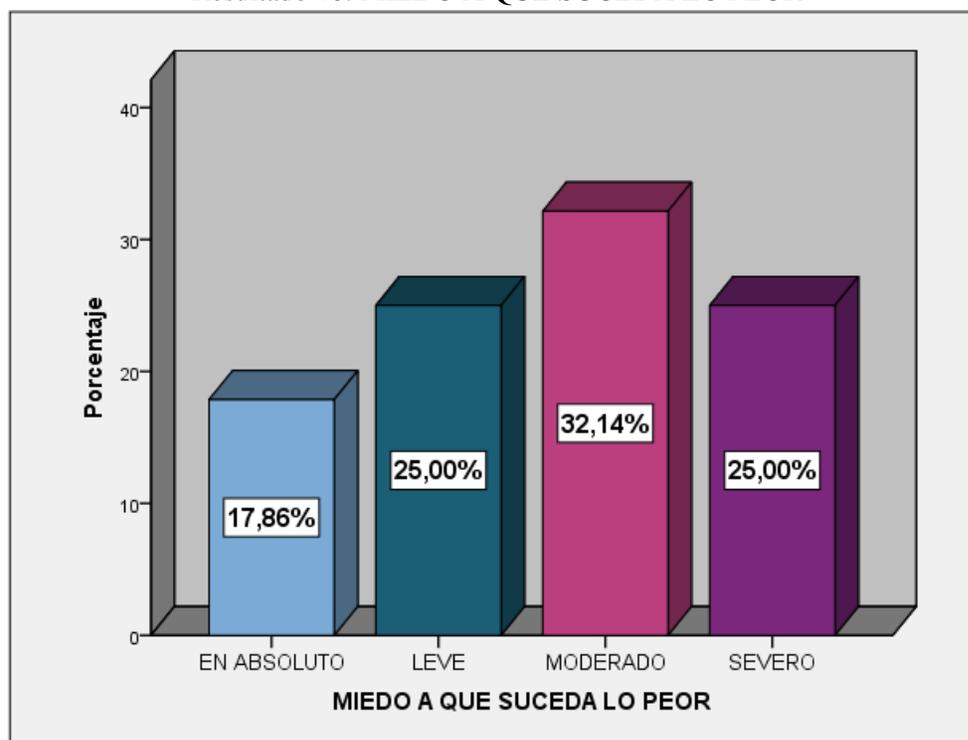
Fuente: Elaboración propia

En el ítem que indica “Incapacidad de relajarse” el 39,29% de los estudiantes sufre de Incapacidad de relajarse de manera LEVE, es decir que de 28 estudiantes 11 tiene la incapacidad de Relajarse, el 21,43% de los estudiantes, sufre de manera Moderada, y el 10,71% lo sufre de manera severa.

TABLA 40
Resultado 40: MIEDO A QUE SUCEDA LO PEOR

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	5	17,9	17,9	17,9
	LEVE	7	25,0	25,0	42,9
	MODERADO	9	32,1	32,1	75,0
	SEVERO	7	25,0	25,0	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 40
Resultado 40: MIEDO A QUE SUCEDA LO PEOR



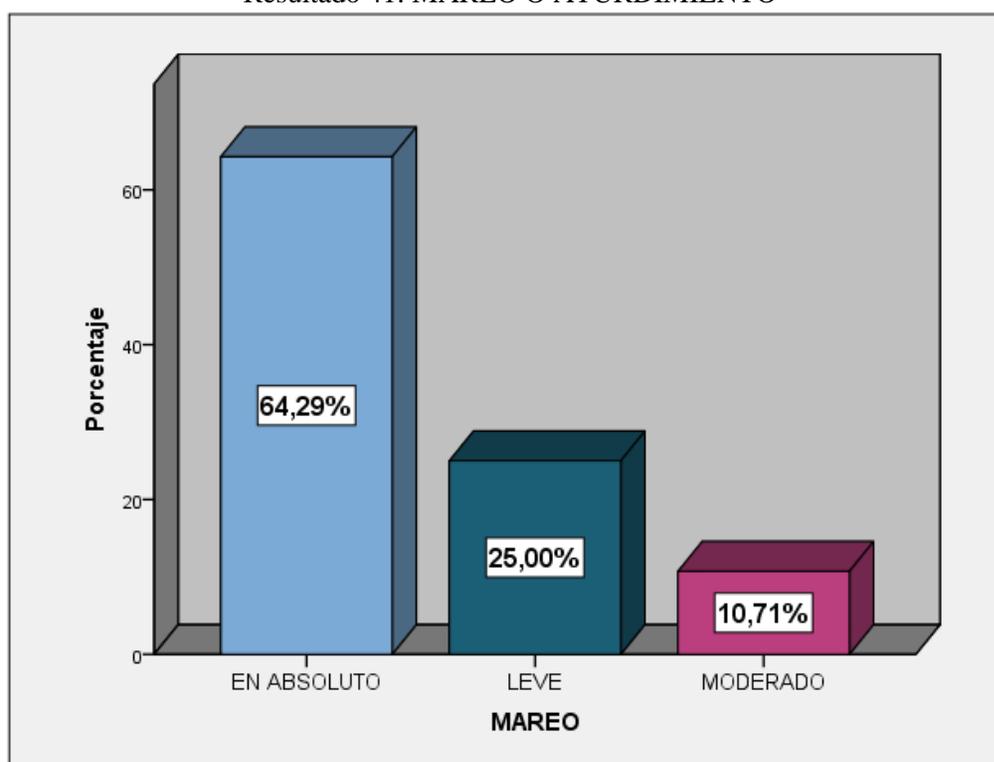
Fuente: Elaboración propia

En el ítem donde indica “Miedo a que suceda lo peor” 32,14% de los estudiantes sufre de este miedo de manera MODERADA, es decir 9 de 28 estudiantes sufre de Miedo a que suceda o peor de manera leve, el 25% de los estudiantes sufre de manera LEVE y el otro 25% de los estudiantes sufre de este miedo de manera SEVERA.

TABLA 41
Resultado 41: MAREO O ATURDIMIENTO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	18	64,3	64,3	64,3
	LEVE	7	25,0	25,0	89,3
	MODERADO	3	10,7	10,7	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 41
Resultado 41: MAREO O ATURDIMIENTO



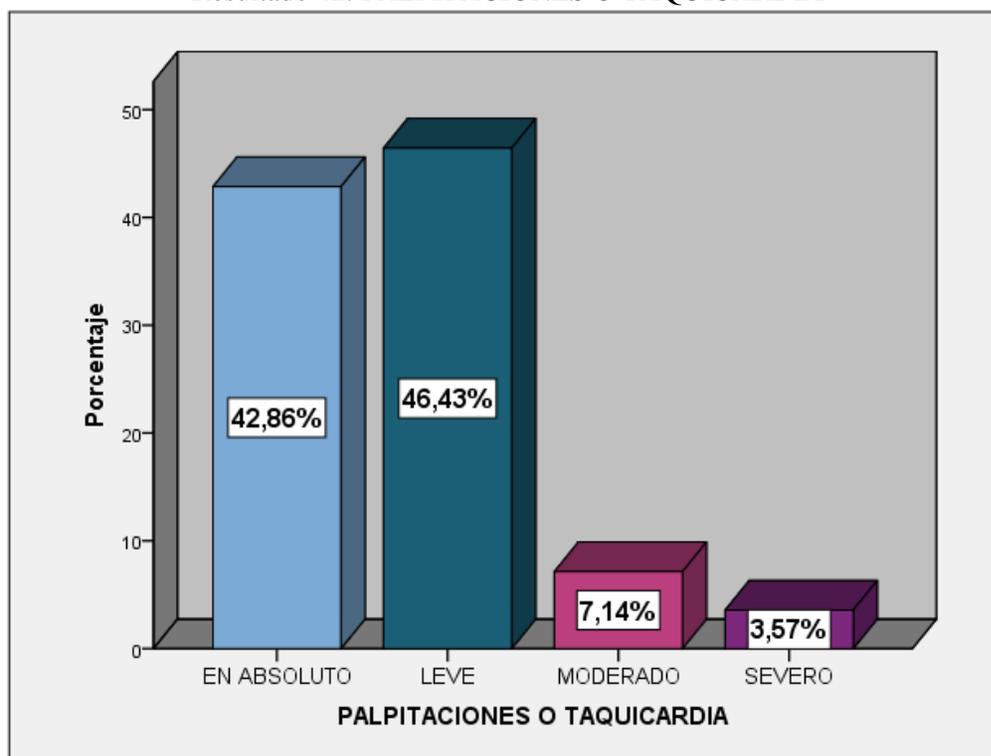
Fuente: Elaboración propia

En la pregunta, si “sufre de mareo o aturdimiento” el 64,29% de los estudiantes NO sufre de Mareos o aturdimiento; solo el 25% de los estudiantes sufre de manera LEVE, y el 10,71% de manera Moderada.

TABLA 42
Resultado 42: PALPITACIONES O TAQUICARDIA

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	12	42,9	42,9	42,9
	LEVE	13	46,4	46,4	89,3
	MODERADO	2	7,1	7,1	96,4
	SEVERO	1	3,6	3,6	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 42
Resultado 42: PALPITACIONES O TAQUICARDIA



Fuente: Elaboración propia

De las “Palpitaciones o taquicardia”, el 46,43% de los estudiantes sufre de palpitaciones o taquicardia de manera LEVE, y el 7,14% de los estudiantes de manera Moderada, por último 3,57% de manera Severa.

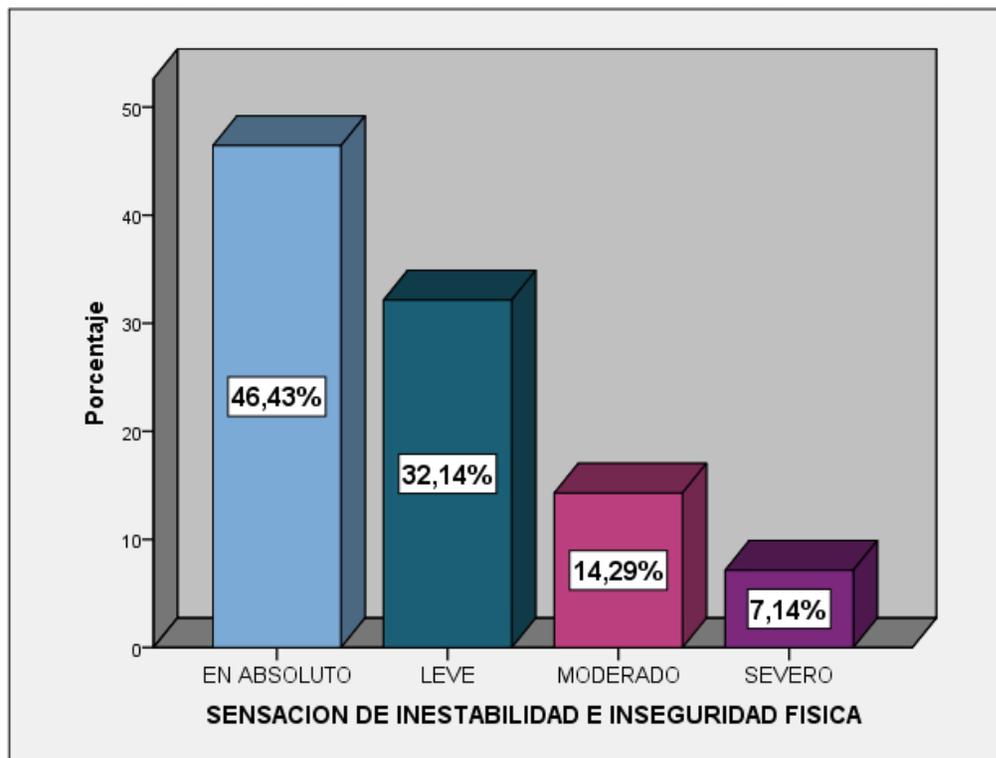
TABLA 43

Resultado 43: SENSACION DE INESTABILIDAD E INSEGURIDAD FISICA

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	13	46,4	46,4	46,4
	LEVE	9	32,1	32,1	78,6
	MODERADO	4	14,3	14,3	92,9
	SEVERO	2	7,1	7,1	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 43

Resultado 43: SENSACION DE INESTABILIDAD E INSEGURIDAD FISICA



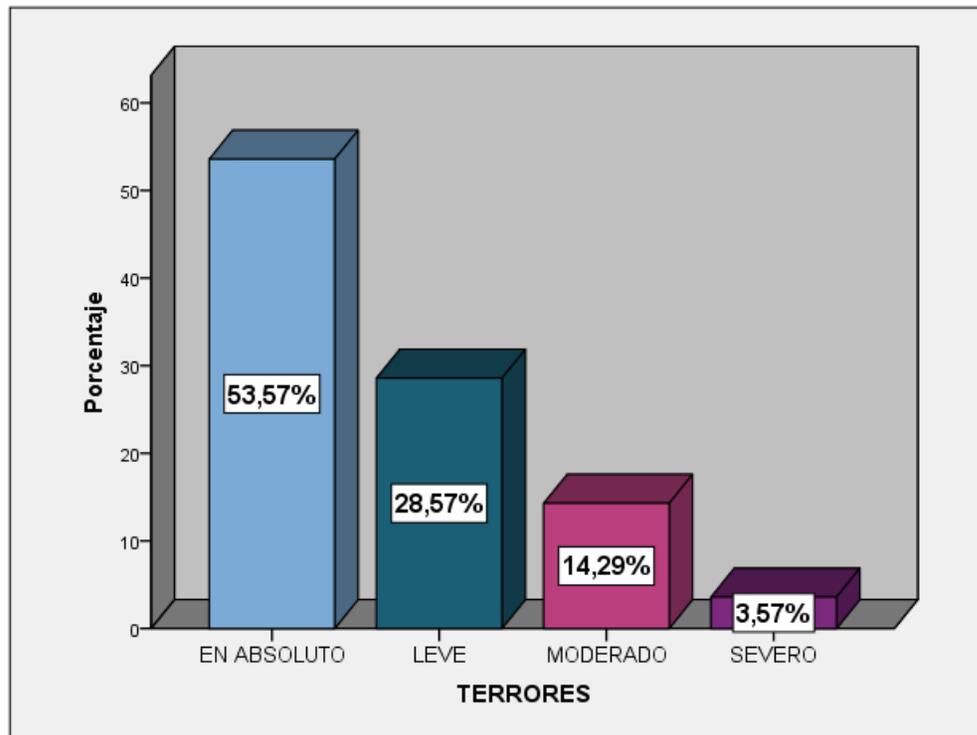
Fuente: Elaboración propia

En “Sensación de Inestabilidad e inseguridad Física” el 46,43% de los estudiantes no sufre de esta sensación. Pero sumados (leve, moderado, severo) suman 53,57% de los cuales se divide de la siguiente manera, el 32,14% de los estudiantes sufre sensación de inestabilidad e inseguridad física de manera LEVE, el 14,29% de manera Moderada y 7,14% de manera severa.

TABLA 44
Resultado 44: TERRORES

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	15	53,6	53,6	53,6
	LEVE	8	28,6	28,6	82,1
	MODERADO	4	14,3	14,3	96,4
	SEVERO	1	3,6	3,6	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 44
Resultado 44: TERRORES



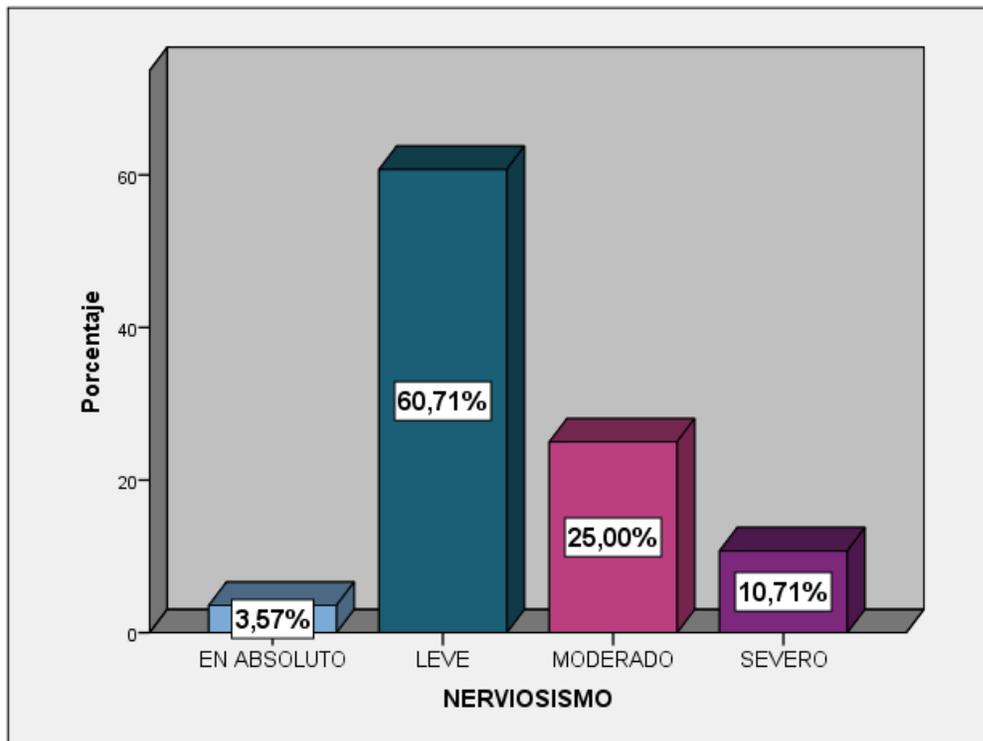
Fuente: Elaboración propia

En “Terrores” el 53,57% de los estudiantes NO sufre de terrores, es decir que 15 de 28 estudiantes no sufre de sensación de Terror. El 28,57% de los estudiantes sufre de Terror, de manera LEVE, 14,29% de los estudiantes sufre de terrores de manera Moderada.

TABLA 45
Resultado 45: NERVIOSISMO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	1	3,6	3,6	3,6
	LEVE	17	60,7	60,7	64,3
	MODERADO	7	25,0	25,0	89,3
	SEVERO	3	10,7	10,7	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 45
Resultado 45: NERVIOSISMO



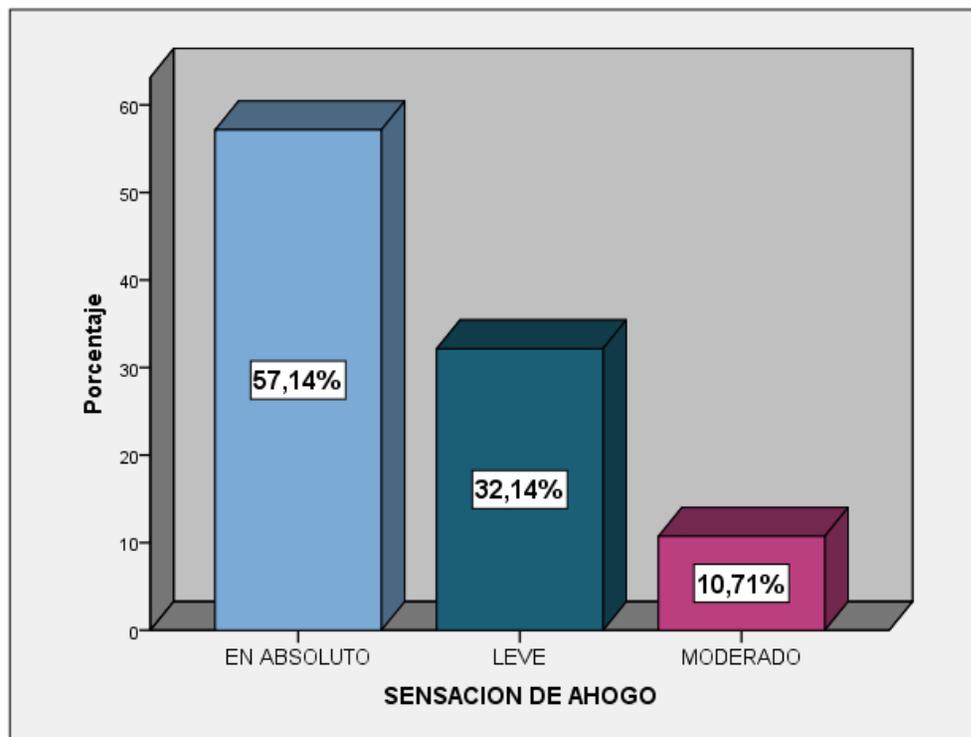
Fuente: Elaboración propia

Del ítem donde indica “Nerviosismo” el 60,71% de los estudiantes sufre de Nerviosismo de Manera LEVE, es decir que 17 de 28 estudiantes sufre de Nerviosismo; el 25% de los estudiantes de manera Moderada, y del 10,71% de los estudiantes de manera Severa.

TABLA 46
Resultado 46: SENSACION DE AHOGO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	16	57,1	57,1	57,1
	LEVE	9	32,1	32,1	89,3
	MODERADO	3	10,7	10,7	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 46
Resultado 46: SENSACION DE AHOGO



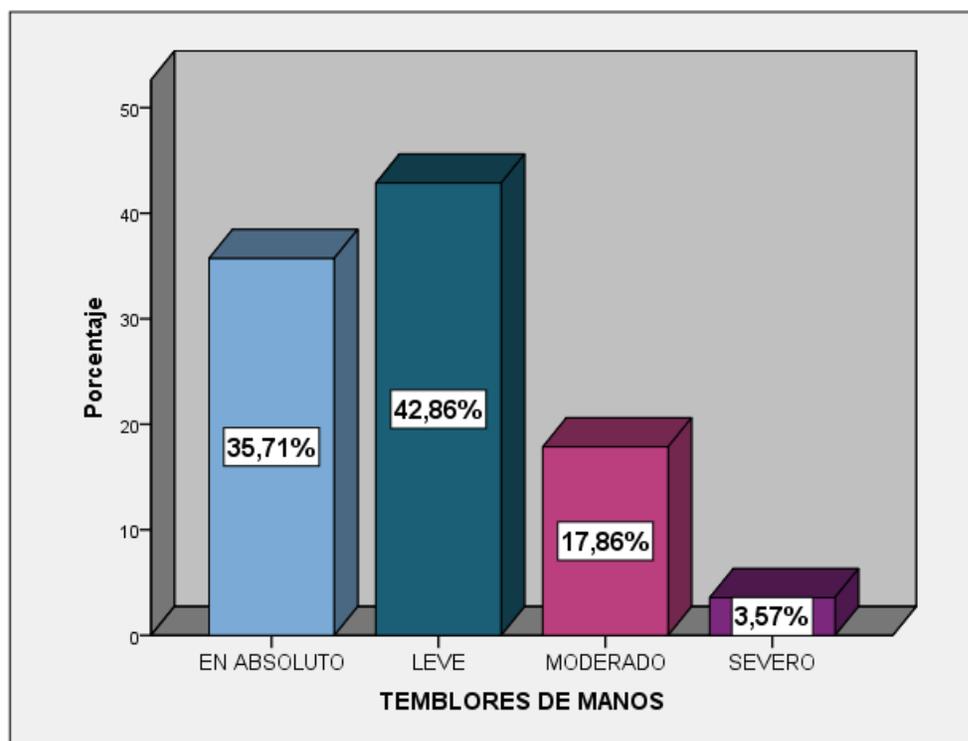
Fuente: Elaboración propia

En “Sensación de ahogo” el 57,14% de los estudiantes NO sufre de Sensación de ahogo. Y el 32,14% de los estudiantes sufre de sensación de ahogo de manera LEVE, y el 10,71% de los estudiantes de manera Moderada.

TABLA 47
Resultado 47: TEMBLORES DE MANOS

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	10	35,7	35,7	35,7
	LEVE	12	42,9	42,9	78,6
	MODERADO	5	17,9	17,9	96,4
	SEVERO	1	3,6	3,6	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 47
Resultado 47: TEMBLORES DE MANOS



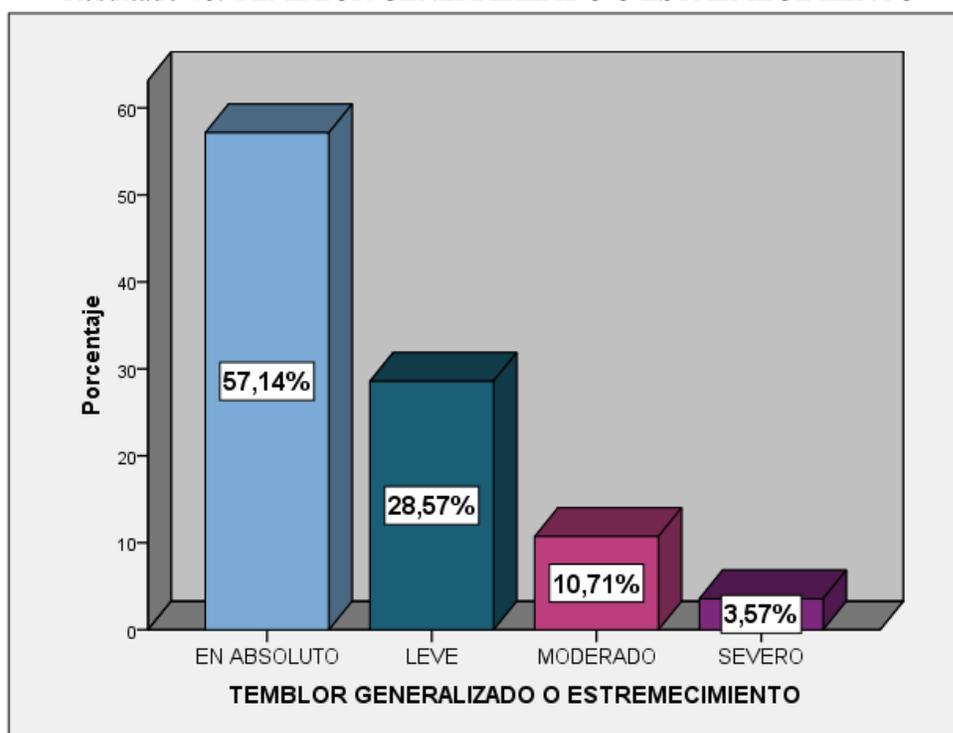
Fuente: Elaboración propia

En “temblores de manos” el 42,86% de los estudiantes sufre de temblores de manos de manera LEVE, es decir 16 de 28 estudiantes sufre de temblores de manos. El 17,86% de los estudiantes sufre de temblores de manos de manera Moderada, y el 3,57% de los estudiantes sufre de manera severa.

TABLA 48
Resultado 48: TEMBLOR GENERALIZADO O ESTREMECIMIENTO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	16	57,1	57,1	57,1
	LEVE	8	28,6	28,6	85,7
	MODERADO	3	10,7	10,7	96,4
	SEVERO	1	3,6	3,6	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 48
Resultado 48: TEMBLOR GENERALIZADO O ESTREMECIMIENTO



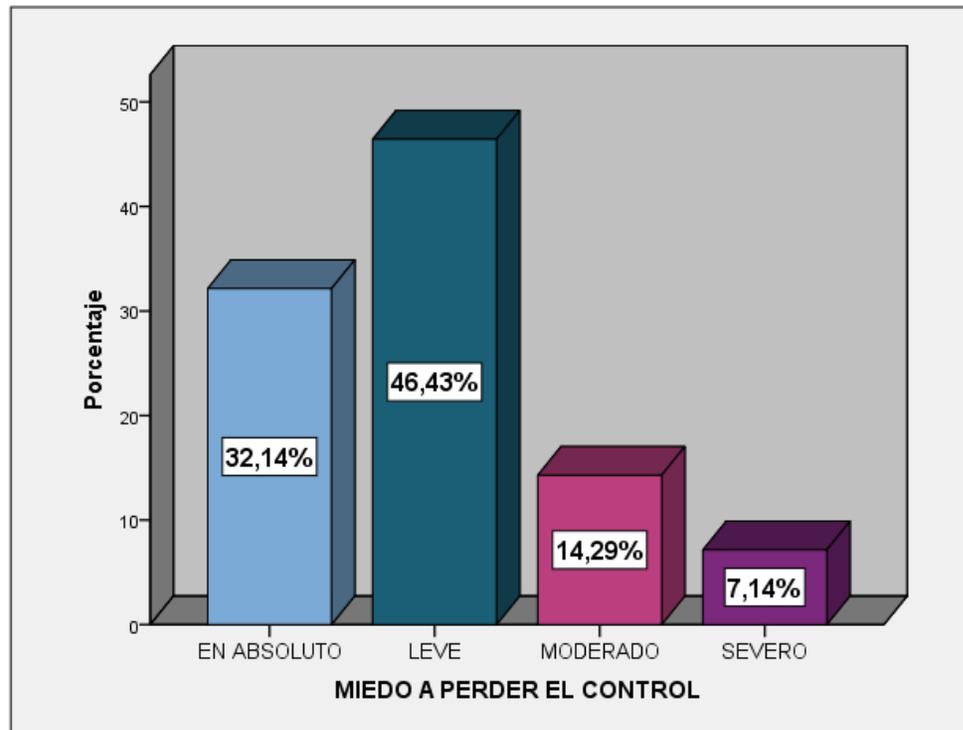
Fuente: Elaboración propia

En “Temblor generalizado o estremecimiento”, el 57,14% de los estudiantes NO sufre de temblor generalizado o estremecimiento, es decir 16 de 28 estudiantes sufre de temblor o estremecimiento. El 28,57% de los estudiantes sufre de esta sensación de manera LEVE, y el 10,71% de manera Moderada, y el 3,57% de los estudiantes de manera Severa.

TABLA 49
Resultado 49: MIEDO A PERDER EL CONTROL

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	9	32,1	32,1	32,1
	LEVE	13	46,4	46,4	78,6
	MODERADO	4	14,3	14,3	92,9
	SEVERO	2	7,1	7,1	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 49
Resultado 49: MIEDO A PERDER EL CONTROL



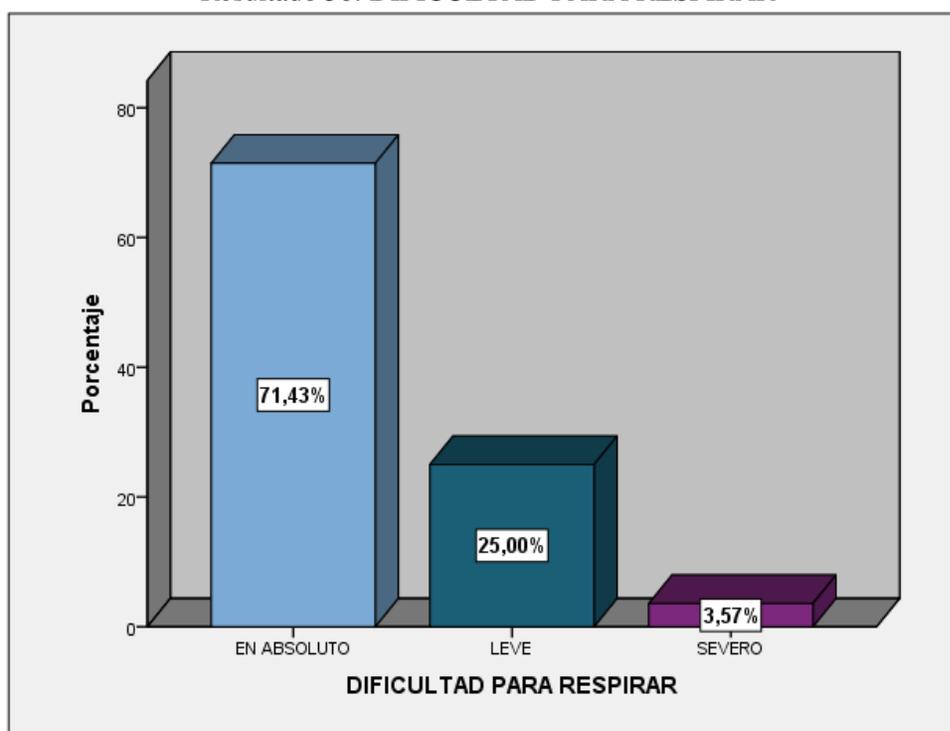
Fuente: Elaboración propia

En la pregunta “Miedo a perder el control”, el 46,43% de los estudiantes sufre de Miedo a perder al control de manera LEVE, es decir que 13 de 28 estudiantes sufre de este Miedo a perder el control de manera LEVE, el 14,29% de los estudiantes sufre de este miedo de manera Moderada, 7,14% de los estudiantes de manera Severa, haciendo un total de 67,86% de los estudiantes sufre de este miedo en diferentes niveles.

TABLA 50
Resultado 50: DIFICULTAD PARA RESPIRAR

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	20	71,4	71,4	71,4
	LEVE	7	25,0	25,0	96,4
	SEVERO	1	3,6	3,6	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 50
Resultado 50: DIFICULTAD PARA RESPIRAR



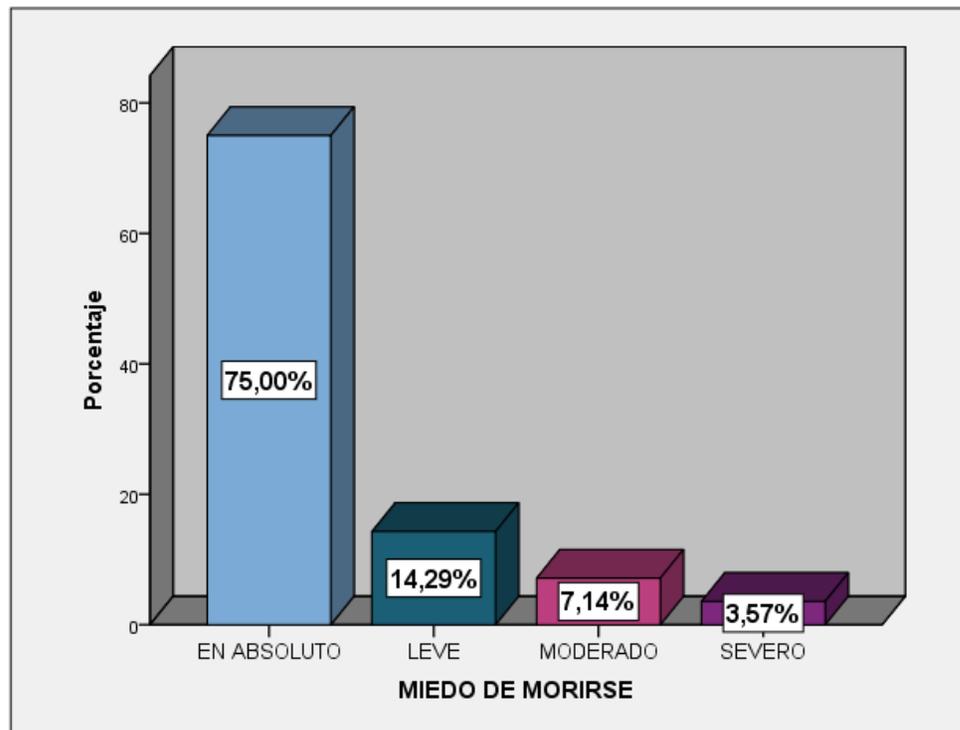
Fuente: Elaboración propia

En la pregunta de “Dificultad para respirar” el 71,43% de los estudiantes NO sufre de dificultad para respirar, es decir que 20 de 28 estudiantes no sufre de esta dificultad. El 25% de los estudiantes sufre de dificultad para respirar de manera LEVE, y 3,57% de los estudiantes de manera SEVERA.

TABLA 51
Resultado 51: MIEDO DE MORIRSE

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	21	75,0	75,0	75,0
	LEVE	4	14,3	14,3	89,3
	MODERADO	2	7,1	7,1	96,4
	SEVERO	1	3,6	3,6	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 51
Resultado 51: MIEDO DE MORIRSE



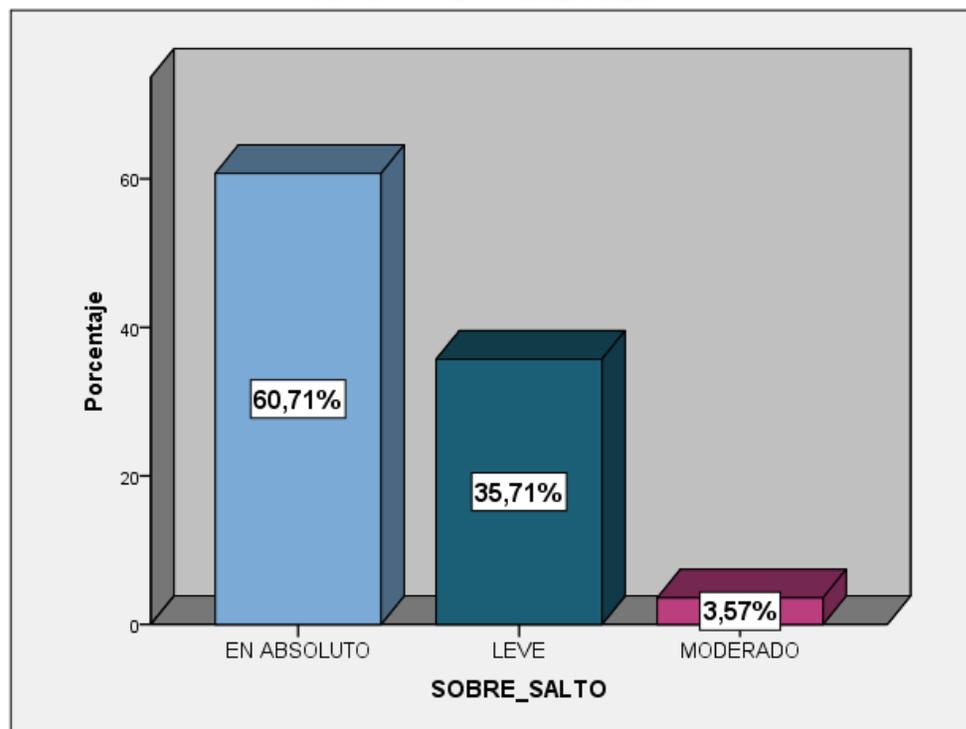
Fuente: Elaboración propia

En la pregunta “miedo a morir” el 75% de los estudiantes NO tiene miedo a morir, es decir que 21 de 28 estudiantes NO tiene miedo a morir. El 14,29% de los estudiantes tiene miedo a morir de manera LEVE; el 7,14% de los estudiantes y manera Moderada, y el 3,57% de los estudiantes de manera Severa.

TABLA 52
Resultado 52: SOBRE SALTO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	17	60,7	60,7	60,7
	LEVE	10	35,7	35,7	96,4
	MODERADO	1	3,6	3,6	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 52
Resultado 52: SOBRE SALTO



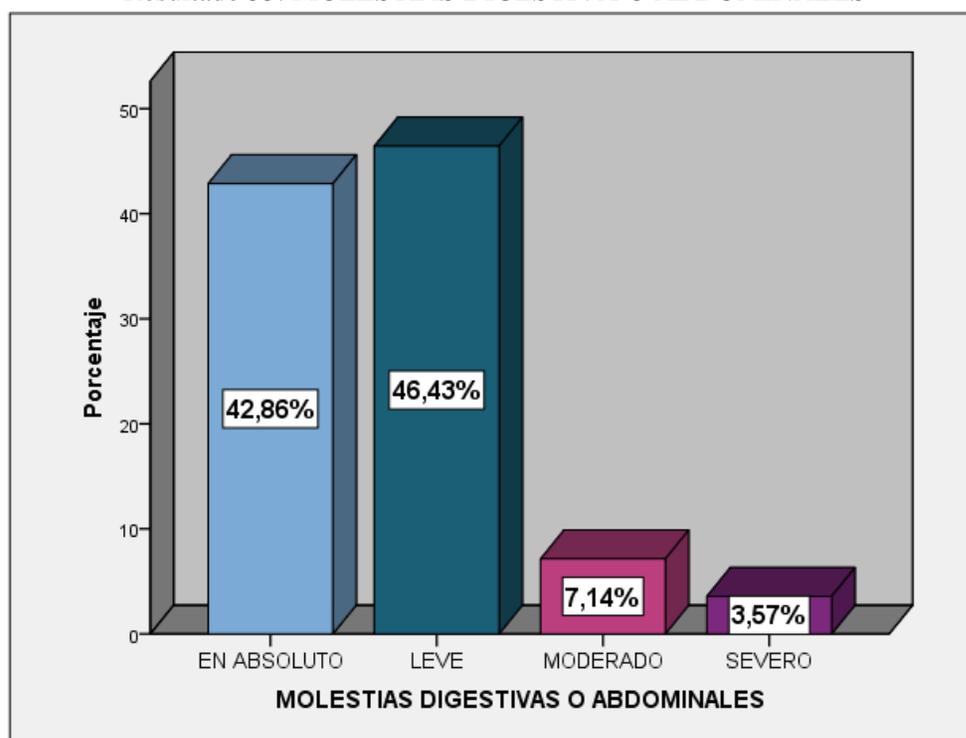
Fuente: Elaboración propia

En “Sobre salto” el mayor porcentaje no sufre de este sobre salto, es decir el 60,71%, 17 de 28 estudiantes no sufre de sobre saltos. Pero el 35,71% de los estudiantes si sufre de sobre salto de manera LEVE, y 3,57% de los estudiantes sufre de manera moderada.

TABLA 53
Resultado 53: MOLESTIAS DIGESTIVA O ABDOMINALES

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	12	42,9	42,9	42,9
	LEVE	13	46,4	46,4	89,3
	MODERADO	2	7,1	7,1	96,4
	SEVERO	1	3,6	3,6	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 53
Resultado 53: MOLESTIAS DIGESTIVA O ABDOMINALES



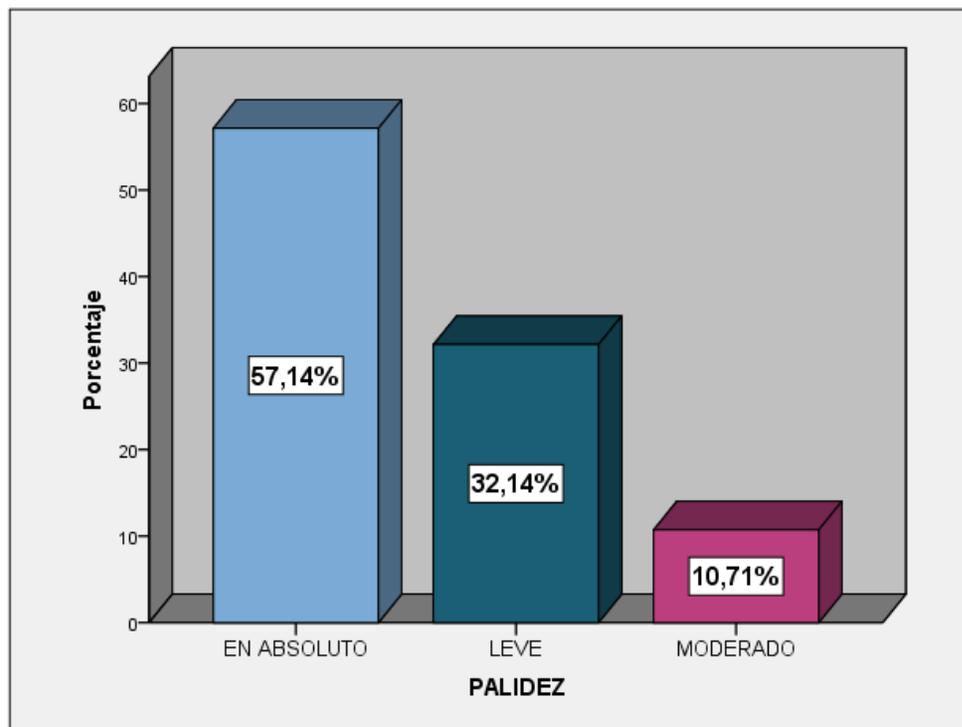
Fuente: Elaboración propia

En el ítem “Molestias digestivas o abdominales” el 46,43% de los estudiantes respondió que padece de estas molestias digestivas y abdominales de manera LEVE, es decir que 13 de los 28 estudiantes sufren de molestia digestiva o abdominal de manera leve; el 7,14% padece de esta molestia de manera Moderada y el 3,57% de manera Severa.

TABLA 54
Resultado 54: PALIDEZ

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	16	57,1	57,1	57,1
	LEVE	9	32,1	32,1	89,3
	MODERADO	3	10,7	10,7	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 54
Resultado 54: PALIDEZ



Fuente: Elaboración propia

En “Palidez” el 57% de los estudiantes NO sufre de palidez, es decir que 16 de 28 estudiantes no sufre de palidez. El 32,14% de los estudiantes padece de Palidez de manera LEVE, y el 10,71% de los estudiantes lo padece de manera Moderada.

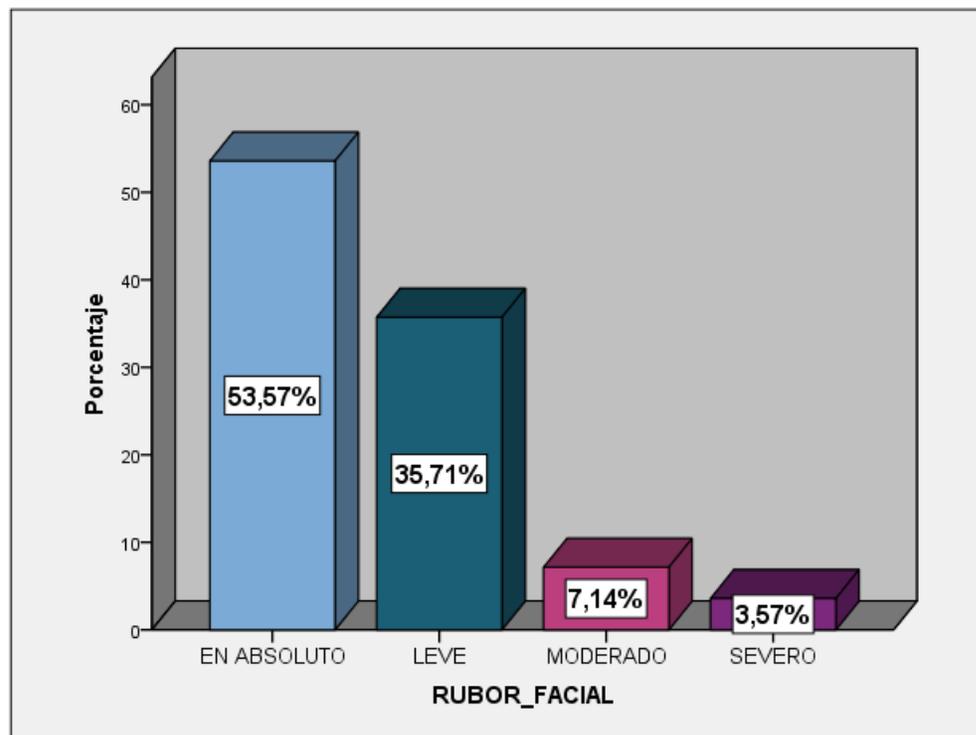
TABLA 55

Resultado 55: RUBOR FACIAL

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	15	53,6	53,6	53,6
	LEVE	10	35,7	35,7	89,3
	MODERADO	2	7,1	7,1	96,4
	SEVERO	1	3,6	3,6	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 55

Resultado 55: RUBOR FACIAL



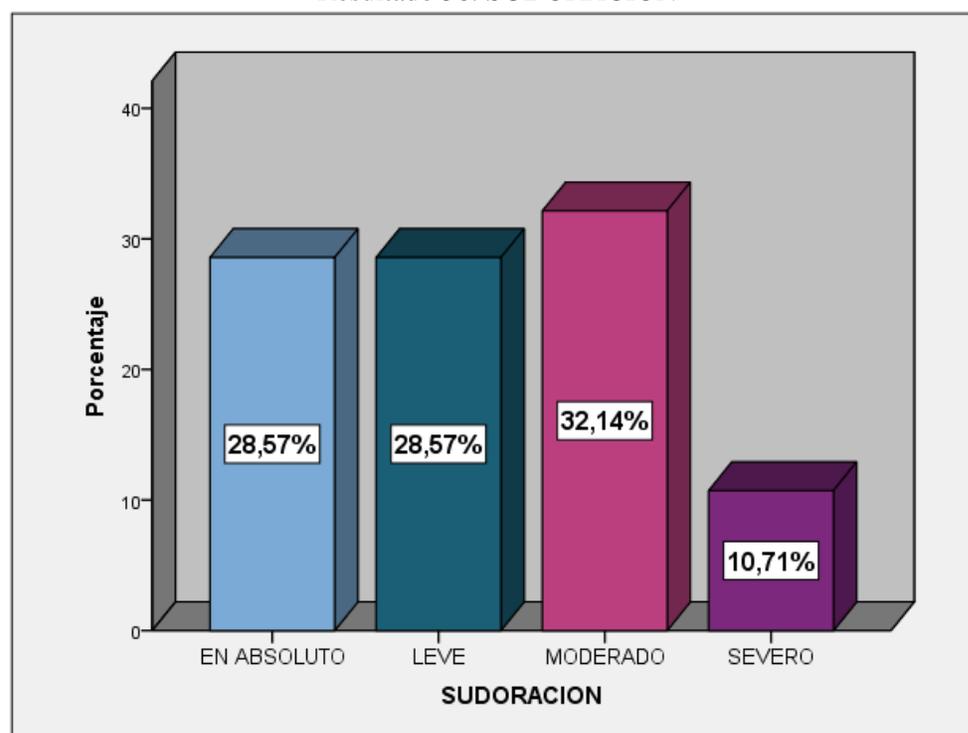
Fuente: Elaboración propia

En “Rubor facial” el 53,57% de los estudiantes refiere NO tener Rubor facial, es decir 15 de 28 estudiantes no tiene rubor facial. El 35,71% de los estudiantes refiere tener Rubor facial de manera LEVE, 7,14% de manera Moderada, y 3,57% de manera severa.

TABLA 56
Resultado 56: SUDORACIÓN

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	8	28,6	28,6	28,6
	LEVE	8	28,6	28,6	57,1
	MODERADO	9	32,1	32,1	89,3
	SEVERO	3	10,7	10,7	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 56
Resultado 56: SUDORACIÓN



Fuente: Elaboración propia

La muestra de estudiantes, en “Sudoración” (No debida al calor) el 32,14% de los estudiantes refiere tener una sudoración de manera MODERADA, es decir 9 de 28 estudiantes sufre de sudoración de manera moderada; el 28,57% de los estudiantes tiene la sudoración de manera leve, y el 10,71% tiene una sudoración severa.

5.4. VERIFICACIÓN DE LOS OBJETIVOS:

GRUPO EXPERIMENTAL – PRE TEST

Determinar nivel de ansiedad que influye en el rendimiento académico:

TABLA 57
Resultado 57: NOTA*ANSIEDAD tabulación cruzada

		ANSIEDAD				Total
		MINIMO 0 - 7	LEVE 8 - 15	MODERADO 16 -25	GRAVE 26 - 63	
NOTA	REPROBADO					
	1-50	0	0	1	0	1
	12	0	0	1	0	1
	13	0	0	0	1	1
	17	0	0	1	0	1
	19	0	0	0	1	1
	23	0	0	1	1	2
	24	0	1	0	0	1
	25	0	0	2	0	2
	28	0	0	1	0	1
	29	0	0	0	1	1
	31	0	0	0	1	1
	33	0	0	0	2	2
	35	0	1	0	0	1
	40	0	1	1	0	2
	42	0	0	0	1	1
	45	0	0	0	2	2
	48	0	1	0	0	1
		0	4	8	10	22
NOTA	APROBADOS					
	52	1	0	0	0	1
	53	0	0	1	0	1
	54	0	1	0	0	1
	55	0	0	1	0	1
	56	0	0	1	0	1
	60	0	0	1	0	1
	65	0	1	0	0	1
	76	0	1	0	0	1
	Total	1	3	4	0	8

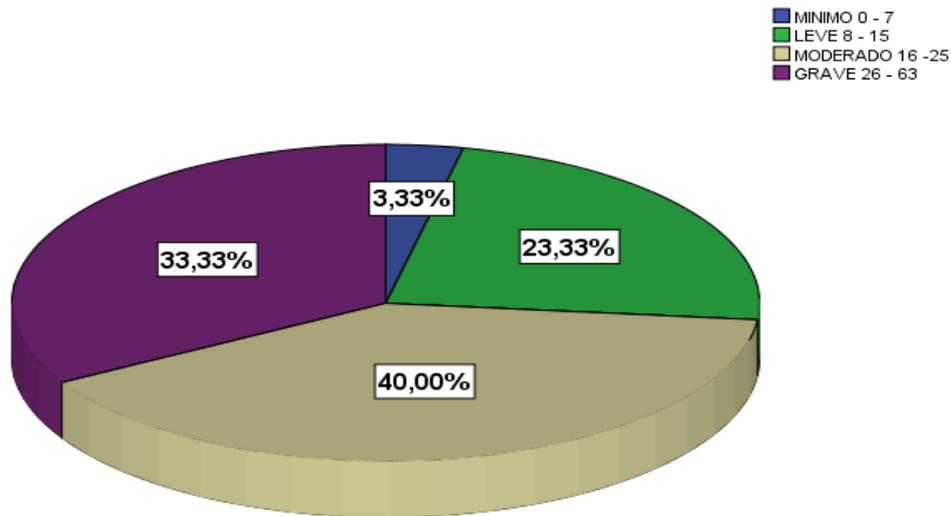
En esta tabla mostramos el cruce de variables, como influye la Ansiedad en el Rendimiento Académico, podemos notar que los que sufren de Ansiedad Moderada son más frecuentes con un total de 12 estudiantes, de estos solo 4 aprobaron; de 10 personas que sufren de Ansiedad Severa ninguno aprobó, y los que padecen de ansiedad Leve que son 7 que aprobaron. En general de los 30 estudiantes 29 sufre de ansiedad en diferentes niveles, y de los 30 solo 8 aprobaron.

GRUPO EXPERIMENTAL – PRE TEST

TABLA 58
Resultado 58: ANSIEDAD

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	MINIMO 0 - 7	1	3,3	3,33	3,3
	LEVE 8 - 15	7	23,3	23,33	26,7
	MODERADO 16 -25	12	40,0	40,00	66,7
	GRAVE 26 - 63	10	33,3	33,33	100,0
	Total	30	100,0	100,00	

CUADRO 58
Resultado 58: ANSIEDAD



Fuente: Elaboración propia

En la tabla 58 y el cuadro 57 vemos que el nivel más alto de Ansiedad es el nivel Moderado, con un 40% de los estudiantes que padecen de Ansiedad moderada, es decir, que 12 de 30 estudiantes padecen de Ansiedad Moderada. Y que la Ansiedad Leve tiene el 33,33%. Por último, que el 23,33% de los estudiantes padecen de una Ansiedad Severa. Sumados los tres grupos podríamos decir que 96,67% sufre de Ansiedad en los diferentes niveles.

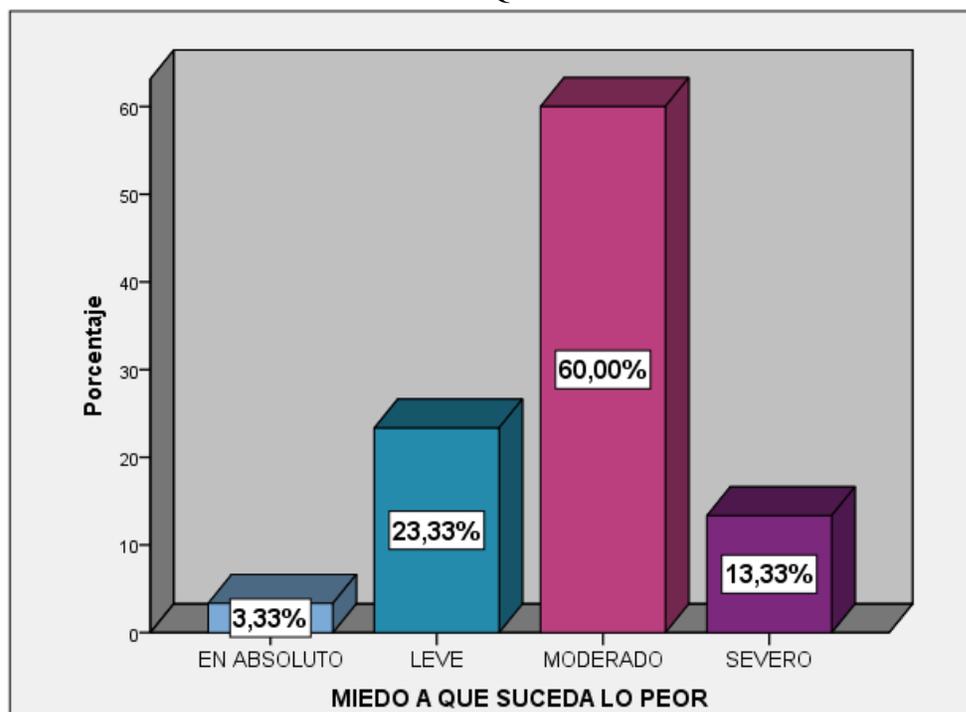
El síntoma con más puntaje en **EL GRUPO EXPERIMENTAL, PRE TEST:**
TABLA 59

Resultado 59: MIEDO A QUE SUCEDA LO PEOR

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	1	3,3	3,3	3,3
	LEVE	7	23,3	23,3	26,7
	MODERADO	18	60,0	60,0	86,7
	SEVERO	4	13,3	13,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 59

Resultado 59: MIEDO A QUE SUCEDA LO PEOR



Fuente: Elaboración propia

En la pregunta número 5 del cuestionario el síntoma más frecuente, donde indica “miedo a que suceda lo peor”, es el que mayor puntaje tiene en relación a los demás ítems haciendo una suma del 96,66%, es decir de los 30 estudiantes 29 sufren este miedo a que suceda lo peor, y en un mayor porcentaje de manera Moderada, exactamente el 60% de los estudiantes.

GRUPO DE CONTROL – PRE TEST

Determinar nivel de ansiedad que influye en el rendimiento académico:

TABLA 60
Resultado 60: NOTA*ANSIEDAD tabulación cruzada

		ANSIEDAD				Total
		MINIMO 0 - 7	LEVE 8 - 15	MODERADO 16 -25	GRAVE 26 - 63	
NOTA	REPROBADO					
	0	0	1	0	2	3
	5	0	0	0	1	1
	10	0	0	1	0	1
	15	0	1	0	0	1
	20	0	3	0	0	3
	30	1	0	0	1	2
	35	0	0	2	0	2
	40	0	1	1	0	2
	50	1	3	4	0	8
		2	9	8	4	23
	APROBADO					
	52	0	1	0	0	1
	60	0	0	1	0	1
	65	0	1	0	0	1
	70	0	1	0	0	1
	72	0	1	0	0	1
	Total	0	4	1	0	5

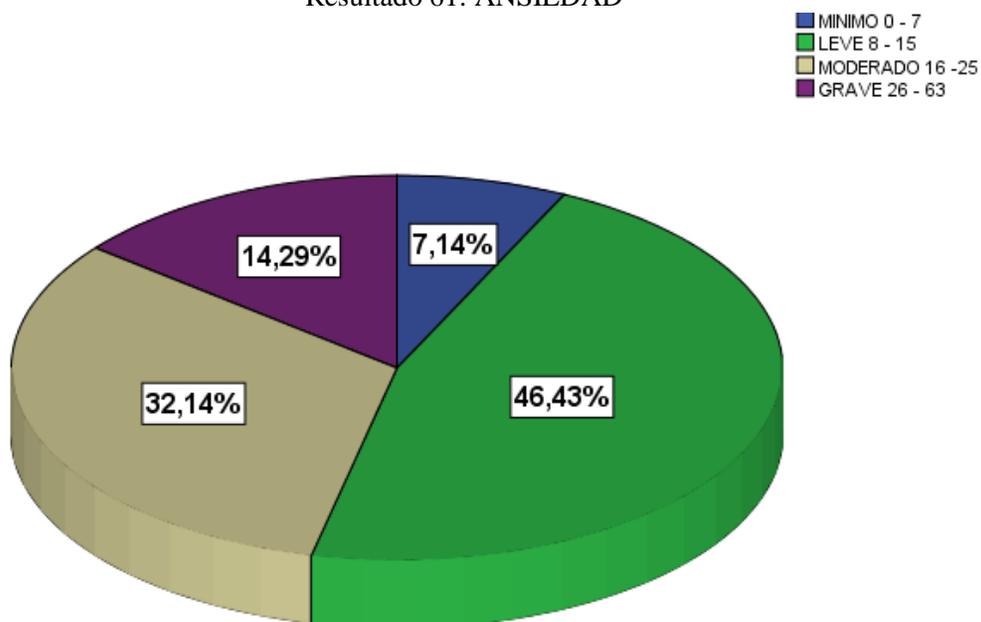
En el cruce de variables se ve que los que sufren Ansiedad Leve tienen un mayor porcentaje de reprobados, los cuales suman 13, es decir que de 28 estudiantes 4 estudiantes llegaron a la nota de aprobación. Seguido de la frecuencia de 9 estudiantes que padecen de Ansiedad Moderada solo 1 alcanzo la nota de aprobación. Por último 4 de los 28 estudiantes padecen de Ansiedad Severa no hay aprobados. De la suma de los 28 estudiantes 26 sufren de Ansiedad de los cuales 5 estudiantes lograron la nota de aprobación.

GRUPO DE CONTROL – PRE TEST

TABLA 61
Resultado 61: ANSIEDAD

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	MINIMO 0 – 7	2	7,1	7,1	7,1
	LEVE 8 – 15	13	46,4	46,4	53,6
	MODERADO 16 -25	9	32,1	32,1	85,7
	GRAVE 26 - 63	4	14,3	14,3	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 61
Resultado 61: ANSIEDAD



Fuente: Elaboración propia

En el grupo de control en el nivel de Ansiedad más elevado con 46,43% es la ansiedad leve, es decir 13 de cada 28 estudiantes sufre de ansiedad leve. Con un 32,14% los estudiantes sufren de ansiedad Moderada. Por último, el 14,29% sufre de ansiedad severa. Sumados los 3 dan un total de 92,86% de los estudiantes que sufren de ansiedad, en diferentes niveles.

El síntoma con más puntaje en el **GRUPO DE CONTROL – PRE TEST**

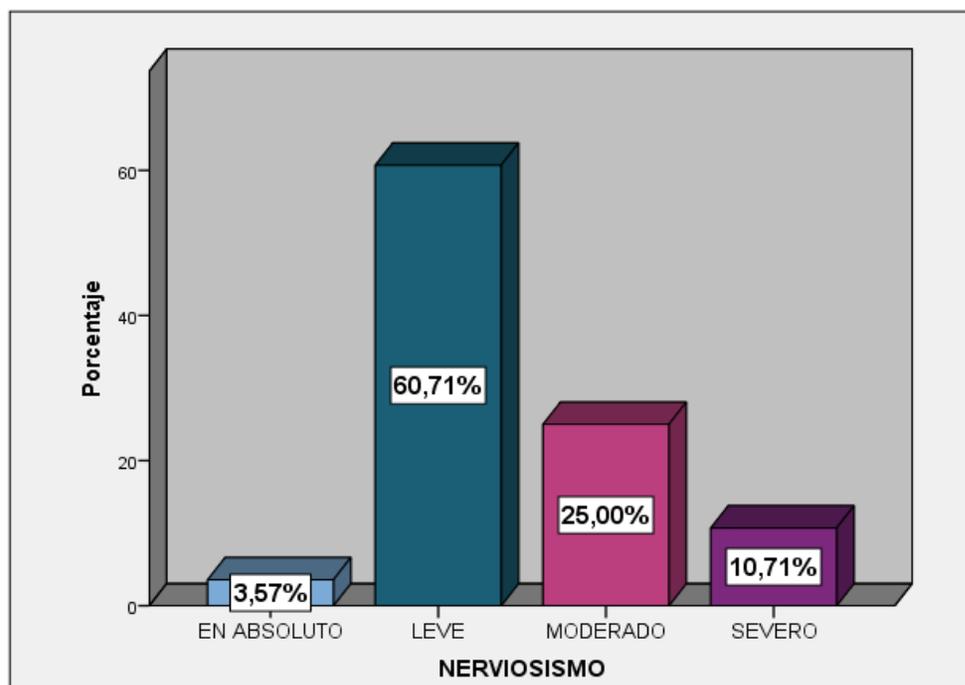
TABLA 62

Resultado 62: NERVIOSISMO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	EN ABSOLUTO	1	3,6	3,6	3,6
	LEVE	17	60,7	60,7	64,3
	MODERADO	7	25,0	25,0	89,3
	SEVERO	3	10,7	10,7	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

CUADRO 62

Resultado 62: NERVIOSISMO



Fuente: Elaboración propia

En el grupo de control, el síntoma con más puntaje es el Nerviosismo, haciendo un total de 96,42% de los estudiantes padecen de nerviosismo, es decir de los 28 estudiantes 27 estudiantes padecen se Nerviosismo, y distribuidos de la siguiente manera; 60,71% de manera LEVE, 25% de manera moderada y 10,71% de manera severa.

5.5. VERIFICACIÓN DE LA HIPÓTESIS
GRUPO EXPERIMENTAL – PRE TEST

En nuestro grupo experimental nos dio como resultados que a mayor ansiedad evidentemente aumenta el riesgo de no tener éxito en las notas alcanzada, ya que el nivel de ansiedad lo puede confundir, o dejar pasar cosas que quizá sabia, pero como está en estado de alerta, no lo deja concentrarse, y se ve en la frecuencia que los casos severos no logran el éxito de aprobación. Así como vemos en la Tabla 57.

TABLA 57
 Resultado 57: NOTA*ANSIEDAD tabulación cruzada

		ANSIEDAD				Total
		MINIMO 0 - 7	LEVE 8 - 15	MODERADO 16 -25	GRAVE 26 - 63	
NOTA	REPROBADO					
	1-50	0	0	1	0	1
	12	0	0	1	0	1
	13	0	0	0	1	1
	17	0	0	1	0	1
	19	0	0	0	1	1
	23	0	0	1	1	2
	24	0	1	0	0	1
	25	0	0	2	0	2
	28	0	0	1	0	1
	29	0	0	0	1	1
	31	0	0	0	1	1
	33	0	0	0	2	2
	35	0	1	0	0	1
	40	0	1	1	0	2
	42	0	0	0	1	1
	45	0	0	0	2	2
	48	0	1	0	0	1
		0	4	8	10	22
NOTA	APROBADOS					
	52	1	0	0	0	1
	53	0	0	1	0	1
	54	0	1	0	0	1
	55	0	0	1	0	1
	56	0	0	1	0	1
	60	0	0	1	0	1
	65	0	1	0	0	1
	76	0	1	0	0	1
	Total	1	3	4	0	8

GRUPO DE CONTROL – PRE TEST

En el grupo de control donde no se implementó la técnica de Jacobson se pudo evidenciar que la ansiedad se mantenía, y que, de alguna manera, las notas alcanzadas por el grupo fueron mínima de aprobación, con un número mínimo de aprobados, que nos dio unos 6 estudiantes que lograron la nota de aprobación de 51 para arriba. Así como vemos en la Tabla 60.

TABLA 60
Resultado 60: NOTA*ANSIEDAD tabulación cruzada

		ANSIEDAD				Total
		MINIMO 0 – 7	LEVE 8 - 15	MODERADO 16 -25	GRAVE 26 - 63	
NOTA	REPROBADO					
	0	0	1	0	2	3
	5	0	0	0	1	1
	10	0	0	1	0	1
	15	0	1	0	0	1
	20	0	3	0	0	3
	30	1	0	0	1	2
	35	0	0	2	0	2
	40	0	1	1	0	2
	50	1	3	4	0	8
		2	9	8	4	23
	APROBADO					
	52	0	1	0	0	1
	60	0	0	1	0	1
	65	0	1	0	0	1
	70	0	1	0	0	1
	72	0	1	0	0	1
	Total	0	4	1	0	5

En ambos casos, tanto en el Grupo experimental, como en el grupo de control no hay éxito si existe mayor ansiedad.

CAPÍTULO VI

DISEÑO DE LA PROPUESTA

6.1. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA

TALLERES DE RELAJACIÓN Y SALUD MENTAL APLICACIÓN DE LA TÉCNICA DE JACOBSON PARA ESTUDIANTES

Una vez que se realizó la primera evaluación, se llegó a la conclusión de que es necesario hablar de salud mental, y que la mayor parte de los estudiantes padecen de ansiedad, solo que no lo reconocen, ni saben cómo tratarlo, ni a donde acudir.

Por tal razón es que se da la propuesta de talleres que hablen de Salud Mental, y se pueda aplicar la técnica de Jacobson, para dar a conocer como técnica de relajación, y así poder reducir la Ansiedad de los estudiantes.

Técnica Jacobson: Jacobson nos enseña a relajar la musculatura voluntaria como medio para alcanzar un estado profundo de calma interior, que se produce cuando la tensión innecesaria nos abandona. Liberarnos de la tensión física es el paso previo e imprescindible para experimentar la sensación de calma voluntaria. Las zonas en que acumulamos tensión son múltiples, aprender a relajar los distintos grupos musculares que componen nuestro mapa muscular de tensión supone un recorrido por todo nuestro cuerpo, aunque en ocasiones no tengamos información de la tensión que se acumula en estas zonas no deja de ser un ejercicio interesante y sorprendente al mismo tiempo. (Universidad de Almería; “Relajación progresiva de Jacobson”, pag.3).

TALLER DE SALUD MENTAL

Se dará a conocer la Salud Mental, como se puede auto diagnosticar, como se trata, y donde pueden acudir en caso de Trastornos.

Fase 1:

Se llegó a la Dirección de la Carrera Eléctrica, para coordinar fechas de talleres, con la participación de estudiantes de un paralelo en específico que se nos asignó.

Fase 2:

Se realizó la propuesta a los estudiantes, y docente de materia, para poder realizar el taller, en horario que el docente disponga, con suficiente anticipación de una semana, para dar a conocer a todos los estudiantes de la materia, y así puedan participar del taller en la semana. Y la realización del pre test.

Fase 3:

Se realizó el pre test de manera colectiva.

Fase 4:

Taller donde se habla sobre la Salud Mental, un autodiagnóstico, como tratarlo, donde acudir.

Fase 5:

Aplicación de la técnica de Jacobson

TÉCNICA DE JACOBSON

La técnica de Jacobson es una técnica progresiva de relajación, que puede ser empleado de manera individual o colectiva, en diferentes grupos, que es utilizada en diferentes tipos de ansiedad, en el consultorio de psicología, el número de pacientes con ansiedad va en aumento, la Técnica de Jacobson es la mejor para relajar

fisiológicamente al participante, y como se puede aplicar de manera colectiva, es indicada para un grupo de estudiantes.

Favorece a mejorar el nivel de relajación ya que es a progresivo, intenso y eficaz a largo plazo.

Estará dividida en 3 etapas:

Etapas 1: Tensión y relajación.

Relajación de cara, cuello y hombros con el siguiente orden (repetir cada ejercicio tres veces con intervalos de descanso de unos segundos):

- o **Frente:** Arruga unos segundos y relaja lentamente.
- o **Ojos:** Abrir ampliamente y cerrar lentamente.
- o **Nariz:** Arrugar unos segundos y relaja lentamente.
- o **Boca:** Sonreír ampliamente, relaja lentamente.
- o **Lengua:** Presionar la lengua contra el paladar, relaja lentamente.
- o **Mandíbula:** Presionar los dientes notando la tensión en los músculos laterales de la cara y en las sienes, relaja lentamente.
- o **Labios:** Arrugar como para dar un beso y relaja lentamente.
- o **Cuello y nuca:** Flexiona hacia atrás, vuelve a la posición inicial. Flexiona hacia adelante, vuelve a la posición inicial lentamente.
- o **Hombros y cuello:** Elevar los hombros presionando contra el cuello, vuelve a la posición inicial lentamente.
- o **Relajación de brazos y manos.** Contraer, sin mover, primero un brazo y luego el otro con el puño apretado, notando la tensión en brazos, antebrazos y manos. Relaja lentamente.
- o **Relajación de piernas:** Estirar primero una pierna y después la otra levantando el pie hacia arriba y notando la tensión en piernas: trasero, muslo, rodilla, pantorrilla y pie. Relaja lentamente.

Relajación de tórax, abdomen y región lumbar (estos ejercicios se hacen mejor sentado sobre una silla):

o **Espalda:** Brazos en cruz y llevar codos hacia atrás. Notará la tensión en la parte inferior de la espalda y los hombros.

o **Tórax:** Inspirar y retener el aire durante unos segundos en los pulmones. Observar la tensión en el pecho. Espirar lentamente.

o **Estómago:** Tensar estómago, relajar lentamente.

o **Cintura:** Tensar nalgas y muslos. El trasero se eleva de la silla.

Etapa 2: Repaso.

Repasa mentalmente cada una de las partes que hemos tensionado y relajado para comprobar que cada parte sigue relajada, relaja aún más cada una de ellas.

Etapa 3: Relajación mental.

Finalmente piensa en algo agradable, algo que te guste, que sea relajante, una música, un paisaje, etc., o bien deja la mente en blanco.

Fase 6:

Cierre de Taller, con recomendaciones para una buena salud Mental.

6.2. OBJETIVOS DE LA PROPUESTA

Objetivo General:

- Disminuir el nivel de la ansiedad con la aplicación de la Técnica de relajación de Jacobson.

Objetivos específicos:

- Propuesta que mejore o alivie los niveles de la ansiedad.
- Determinar propuesta para mejorar la ansiedad.
- Realizar interpretación del concepto de Salud Mental.

- Explicar sobre ansiedad y trastornos de ansiedad generalizada.
- Establecer un autodiagnóstico de la ansiedad.
- Determinar lugares de intervención psicológica dentro de la Universidad Mayor de San Andrés.
- Exponer como llevar una buena Salud Mental

6.3. ALCANCES DE LA PROPUESTA

La aplicación del taller dará alcance a todo el universo de la población universitaria de la Carrera de Ingeniería Eléctrica, y así poder ver que el rendimiento académico mejore en los estudiantes de esta carrera.

6.4. EJECUCIÓN DE LA PROPUESTA

Tiempo Actividad	AGOSTO			
	1°Sm	1°Sm	2°Sm	3°Sm
Fase 1: Establecer los objetivos del Taller	X			
Fase 2: Establecer contacto con la dirección y la propuesta en aula a los estudiantes		X		
Fase 3: Pre test			X	
Fase 4: Inicio Taller de Salud Mental				X
Fase 5: Aplicación de la técnica de Jacobson				X
Fase 6: Cierre de Taller				X

Fase 1: Establecer los objetivos: Se planteo los objetivos, de manera que lleguen a los estudiantes.

Fase 2: Establecer un contacto con la dirección para la implementación del taller: Se realizó un contacto con el director de Carrera, estableciendo los objetivos, y la designación del curso donde se implementó la técnica de Jacobson, llegando a un buen número de estudiantes, y un contacto con el docente y estudiantes a los cuales se les aplico la Técnica.

Fase 3: Pre test; se logró con éxito la participación de los estudiantes para la aplicación del test, de Beck de manera colectiva.

Fase 4: Taller de Salud Mental; se logró con satisfacción el taller, dando una mirada a los resultados del test, y llevándolos a un autodiagnóstico, además de cómo tratarlo, y de los que necesitan una intervención psicológica se los derivo al servicio de Psicología en la Casita de Psicología (calle Belisario Salinas) y Monoblock, de manera gratuita.

Fase 5: Aplicación de la Técnica de Jacobson: El Taller se realizó en un horario de clases, con estudiantes de quinto año de la Carrera de Ingeniería Eléctrica.

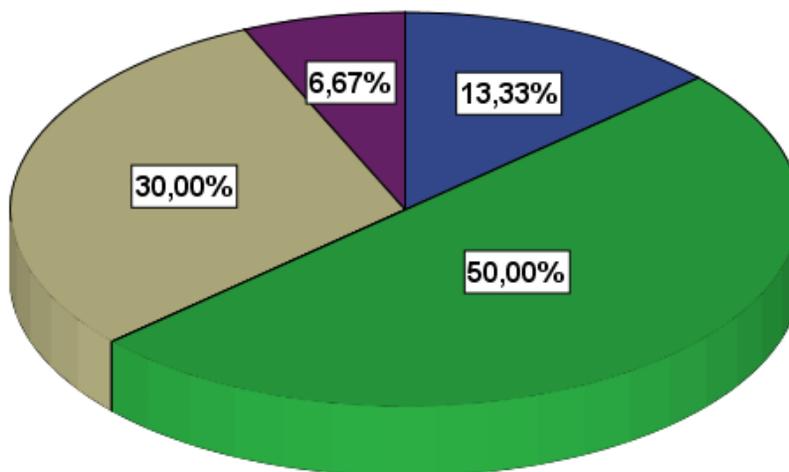
Fase 6: Se realizo el cierre; de manera que los estudiantes comprendieron y se les dio recomendaciones finales para una buena salud mental.

**RESULTADOS DESPUÉS DE LA
IMPLEMENTACIÓN DE LA TÉCNICA DE JACOBSON
GRUPO EXPERIMENTAL – POST TEST**

TABLA 63
Resultado 63: ANSIEDAD

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	MINIMO 0 - 7	4	13,3	13,3	13,3
	LEVE 8 - 15	15	50,0	50,0	63,3
	MODERADO 16 -25	9	30,0	30,0	93,3
	GRAVE 26 - 63	2	6,7	6,7	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

CUADRO 63
Resultado 63: ANSIEDAD



Fuente: Elaboración propia

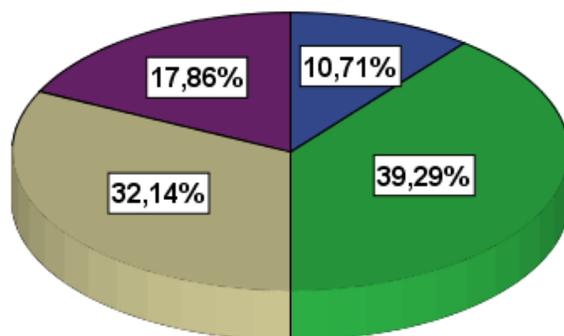
Ya después de la implementación de la Técnica de Jacobson, una semana después se volvió a realizar la prueba de Ansiedad, y a comparación del anterior resultado, se puede evidenciar que la técnica de Jacobson si ayudó a reducir la ansiedad de manera progresiva. Ya que ahora el 60% de los estudiantes padecen de Ansiedad Leve, y ya no así Moderada.

GRUPO DE CONTROL – POST TEST

TABLA 64
Resultado 64: ANSIEDAD

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	MINIMO 0 – 7	3	10,7	10,7	10,7
	LEVE 8 – 15	11	39,3	39,3	50,0
	MODERADO 16 -25	9	32,1	32,1	82,1
	GRAVE 26 – 63	5	17,9	17,9	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

TABLA 64
Resultado 64: ANSIEDAD



Fuente: Elaboración propia

En nuestro grupo de control, en el post test, en los resultados lanzo que el 39,29% de los estudiantes sufre de ansiedad en nivel leve, es decir que de 28 estudiantes 11 sufre de ansiedad leve, y que el 32,14% de los estudiantes sufre de Ansiedad moderada, y por último el 17,86% de los estudiantes sufren de ansiedad grave.

Si realizamos un análisis del pre test (tabla 58 y 63 y cuadro 58 y 63) y post test del grupo experimental, se observó que en el grupo experimental el nivel más alto de Ansiedad es el nivel Moderado, con un 40% de los estudiantes que padecen de Ansiedad moderada, es decir, que 12 de 30 estudiantes padecen de Ansiedad Moderada. Y que la Ansiedad Leve tiene el 33,33%. Por último, que el 23,33% de los estudiantes padecen de una Ansiedad Severa. Sumados los tres grupos podríamos decir que 96,67% sufre de Ansiedad en los diferentes niveles. Ya después de la implementación de la Técnica de Jacobson, una semana después se volvió a realizar la prueba de Ansiedad, y a comparación del anterior resultado, se puede evidenciar que la técnica de Jacobson si ayudo a reducir la ansiedad de manera progresiva. Ya que ahora el 60% de los estudiantes padecen de Ansiedad Leve, y ya no así Moderada. En las tortas vemos que de un nivel moderado con un alto porcentaje, en el pre test después de haber utilizado la técnica, rebaja el nivel de ansiedad, de moderado a leve, de manera significativa.

En nuestro grupo de control en el pretest (Tabla 61 y cuadro 61), el nivel de Ansiedad más elevado con 46,43% es la ansiedad leve, es decir 13 de cada 28 estudiantes sufre de ansiedad leve. Con un 32,14% los estudiantes sufren de ansiedad Moderada. Por último, el 14,29% sufre de ansiedad severa. Sumados los 3 dan un total de 92,86% de los estudiantes que sufren de ansiedad, en diferentes niveles. Y en el post test (tabla 64 y cuadro 64) en los resultados lanzo que el 39,29% de los estudiantes sufre de ansiedad en nivel leve, es decir que de 28 estudiantes 11 sufre de ansiedad leve, y que el 32,14% de los estudiantes sufre de Ansiedad moderada, y por último el 17,86% de los estudiantes sufren de ansiedad grave. Si hacemos una comparación de los resultados en el pre test como en el post test, la ansiedad se mantiene con un mayor porcentaje de estudiantes que sufren de ansiedad leve en los estudiantes.

CAPÍTULO VII

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

7.1. CONCLUSIONES GENERALES

La presente investigación nos da los siguientes datos, y cada dato da cuerpo, a la presente investigación, que de alguna manera es un gran aporte para la carrera de Ingeniería eléctrica.

Nuestra muestra evaluada tanto en el grupo experimental, como en el control, la población Masculina es mayoritaria, entre ambos da como el 88% de presencia masculina y el resto es de género Femenino.

De nuestra muestra, en 5to año, tiene una edad promedio de 23 a 27 años promedio, haciendo un total de 67%, y que son pocos alrededor de estas edades. Teniendo en cuenta que según un estereotipo de la sociedad a esta edad debería estar ya culminando una licenciatura, y que el resto por motivos externos o internos de la Universidad aún siguen en un curso regular de la carrera de pre grado.

Del 100% de los estudiantes tanto en el grupo de control, como en el grupo experimental da alrededor de 68,57% de los estudiantes que NO TRABAJA, y el resto si trabaja. Lo cual influye también en el rendimiento, o en el tiempo que el estudiante le dedica a la materia cursante.

Del 100% de los estudiantes tanto del grupo experimental como el grupo de control indica que es Soltero. Lo cual es significativo debido a que quizá si tienen tiempo para estar dedicado a la carrera.

Por otro lado, del 100% de los estudiantes el 87% de los estudiantes NO TIENE HIJOS y el resto si tiene hijos, a pesar de que se indican como solteros, con ayuda es que estos estudiantes pueden superar adversidades dentro de la Carrera, o pudiendo cumplir con la asistencia y la responsabilidad con la culminación de la Carrera, lo cual podría influir también a tener Ansiedad.

Es difícil culminar con una carrera y más si se ven cursando materias que no corresponden al 5to año, si no que van llevando materias desde 1er año de carrera, lo cual puede generar emoción de frustración, al no poder culminar totalmente la carrera. Es así que casi el 91% de los estudiantes tanto del grupo experimental, como el grupo de control, debe 3 materias hasta 5 materias para estar por completo de 5to año.

Por lo tanto, a mayores materias debidas se podría demostrar mayor frustración, en cada uno de los estudiantes, lo cual puede generar mayor Ansiedad a la hora de cursar el mismo curso.

Por último, se cumplió con los objetivos de la investigación, es decir: que a mayor ansiedad mayor probabilidad de que no haya un buen rendimiento académico, que la ansiedad afecta en gran manera; se pudo evidenciar que el miedo se apodera de ellos, miedo a reprobado la materia, y mientras haya reprobado anteriormente mayor es el temor de volver a reprobado.

Conclusiones Del Test de Ansiedad de Beck

POR CADA ITEM

De todos los estudiantes, tanto en el grupo experimental como el control, se identificó que sufre de estos hormigueos o entumecimiento de manera leve, pero que también que es de un 60% y que de alguna manera podríamos decir que 17 estudiantes sufren de esta sensación, pero de manera Leve, ya que cada uno puede experimentar esta

sensación en diferentes situaciones, pero es más generada en etapas de evaluación, según los estudiantes, es la etapa más desesperante debido a que deben rendir más de una evaluación al día.

En la “sensación del calor” varios de los estudiantes tienen esa sensación, cuando están frente a un examen o a un docente que genere malestar, o incomodidad, o en el momento de saber las notas, aunque muchos no se muestran cómodos al recibir una nota, pues es un miedo nota de reprobación, y esta sensación la tienen de una manera leve, en un 80% de los estudiantes pueden padecerla, es decir que de 30 estudiantes, 21 estudiantes padecen de esta sensación.

En el ítem “temblor de piernas” solo el grupo experimental fueron quienes tuvieron un porcentaje de 56% que tenía esta sensación, pero de manera LEVE, y el grupo de control en un porcentaje que sufre de esta sensación sumados los tres niveles a 53,57% de los estudiantes. Que también es significativo, pues a pesar que no estaban en etapa de examen en el acompañamiento se notó que muchos de los estudiantes tendían a temblar las piernas.

En el ítem que indica “Incapacidad de relajarse”, sumando los 3 niveles ambos grupos sufren de esa incapacidad de relajarse, a nivel leve, moderado y grave, teniendo en cuenta que la evaluación se realizó en momento donde solo pasaban clases, muchos de los estudiantes no saben que es Ansiedad, y que esta imposibilidad de relajarse, podría generar más malestares somáticos, que pueden ser confundidos como cualquier enfermedad biológica. Es así que tanto el grupo experimental como de control del 100% de los estudiantes evaluados, llega el 40% de los mismo presenta incapacidad para relajarse de manera leve, pero que puede tolerar; es decir, 12 de los 30 estudiantes tiene esta incapacidad; el 26,67% de los estudiantes tiene la incapacidad para relajarse de manera Moderada, de los 30 estudiantes 8 sienten esta incapacidad que es molesta.

Además, se puede ver que la incapacidad de relajarse en un 21,43% de los estudiantes es de manera Moderada, y el 10,71% lo sufre de manera severa.

En el ítem “Miedo a que suceda lo peor” el grupo experimental tiene un mayor puntaje en el ítem mencionado, del 100% de los estudiantes el 60 % de los estudiantes tiene “Miedo a que suceda lo peor” de manera Moderada, 18 estudiantes de 30 tienen este miedo; y se suma el 23,33% de los estudiantes tiene miedo a que suceda lo peor de manera leve, y el otro 13,33% de manera severa. De la misma manera el grupo de control, pero es menor el porcentaje, no deja de ser el más sobresaliente entre los niveles ya que el 32,14% de los estudiantes sufre de este miedo de manera MODERADA, es decir 9 de 28 estudiantes sufre de Miedo a que suceda o peor de manera leve, el 25% de los estudiantes sufre de manera LEVE y el otro 25% de los estudiantes sufre de este miedo de manera SEVERA. Según los estudiantes este temor se refleja a perder la materia, ya que muchos docentes de la Carrera, les provoca un miedo, en algunos casos, es por el trato que reciben de los docentes.

En el ítem que indica “Mareo o aturdimiento” tanto el grupo experimental y grupo de control, sufre de esta sensación de manera leve. Del 100% de la muestra de los estudiantes, 30% de los estudiantes sufre de manera leve, es decir de 58 estudiantes 16 estudiantes sufre de Mareos o aturdimiento de manera leve; y el 16,67% de los estudiantes sufre de estos mareos o aturdimiento de manera moderada, y el resto no sufre de estas sensaciones.

En el ítem “Palpitaciones o taquicardia” sumados los 3 niveles (leve moderado y severo) dan un total de 60,12%, que los estudiantes sufren de este malestar, y que nuestro grupo experimental tiene el 40% del 100% de los estudiantes sufre de palpitaciones o taquicardia de manera leve, es decir 12 de 30 estudiantes sufre de esta sensación de palpitaciones y taquicardia; El 26,67% sufre de palpitaciones y taquicardia

de manera moderada, que son 8 estudiantes que sufre esta sensación de manera moderada, lo cual nos da un numero de 20 estudiantes con esta sensación. Y el grupo de control el 46,43% de los estudiantes sufre de palpitaciones o taquicardia de manera LEVE, y el 7,14% de los estudiantes de manera Moderada, por último 3,57% de manera Severa.

En el ítem “Inestabilidad e Inseguridad Física” los estudiantes del grupo experimental lo sufren en 46,67% de estudiantes del 100%, tiene una sensación de Manera Leve, es decir que 14 de los 30 estudiantes sufre una sensación de Inestabilidad Leve; 36,67% de los estudiantes tiene esta sensación de manera Moderada; y el 3,33% de manera Severa. Y nuestro grupo de control el 30% de los estudiantes sufre de esta sensación, de Manera Leve, que son un total de 9 personas y el 30% de manera Moderada, ambas haciendo un total de 60% que sufre de terrores, haciendo 18 de 30 estudiantes que sufre de esta sensación.

En el ítem donde indica “Terrores” en nuestro grupo experimental el 30% de los estudiantes sufre de esta sensación, de Manera Leve, que son un total de 9 personas y el 30% de manera Moderada, ambas haciendo un total de 60% que sufre de terrores, haciendo 18 de 30 estudiantes que sufre de esta sensación. Y en nuestro grupo de control el 53,57% de los estudiantes NO sufre de terrores, es decir que 15 de 28 estudiantes no sufre de sensación de Terror. El 28,57% de los estudiantes sufre de Terror, de manera LEVE, 14,29% de los estudiantes sufre de terrores de manera Moderada.

En la pregunta si sufre “Nerviosismo” nuestro grupo experimental el 56, 67% de los estudiantes sufre de esta Sensación de manera MODERADA, es decir 17 de los 30 estudiantes sufre de Nerviosismo; el 23,33% sufre de Nerviosismo de manera Leve; y 10% de los estudiantes de manera Severa. En cambio, nuestro grupo de control el 60,71% de los estudiantes sufre de Nerviosismo de Manera LEVE, es decir que 17 de 28

estudiantes sufre de Nerviosismo; el 25% de los estudiantes de manera Moderada, y del 10,71% de los estudiantes de manera Severa.

En la pregunta si tiene “Sensación de ahogo” en nuestro grupo experimental el 76,67% de los estudiantes, NO Sufre de esta sensación, el 20% de los Estudiantes sufre de la sensación de ahogo de manera Leve. Y el grupo de control el 57,14% de los estudiantes NO sufre de Sensación de ahogo. Y el 32,14% de los estudiantes sufre de sensación de ahogo de manera LEVE, y el 10,71% de los estudiantes de manera Moderada.

En la pregunta si siente “Temblores de manos”, el grupo experimental el 33,33% de los estudiantes sufre esta sensación de manera LEVE, el 20% de manera Moderada y el 10% de manera Severa, juntos hacen un total de 63,33% de los estudiantes que sufre de esta sensación. Y el grupo de control el 42,86% de los estudiantes sufre de temblores de manos de manera LEVE, es decir 16 de 28 estudiantes sufre de temblores de manos. El 17,86% de los estudiantes sufre de temblores de manos de manera Moderada, y el 3,57% de los estudiantes sufre de manera severa.

En la pregunta donde menciona “Temblor Generalizado o Estremecimiento” en el grupo experimental el 63,33% de los estudiantes sufre de Manera LEVE esta sensación, y de manera Moderada y Severa en un 10% cada uno, la Suma de los 3 hace un total de 83,33% de los estudiantes sufre de esta sensación. Y el grupo de control el 57,14% de los estudiantes NO sufre de temblor generalizado o estremecimiento, es decir 16 de 28 estudiantes sufre de temblor o estremecimiento. El 28,57% de los estudiantes sufre de esta sensación de manera LEVE, y el 10,71% de manera Moderada, y el 3,57% de los estudiantes de manera Severa.

En la pregunta si tiene “Miedo a perder el control” el grupo experimental del 100% de los estudiantes, el 30% de los estudiantes sufre de este Miedo a Perder el

control de manera LEVE; el 26,67% de los estudiantes de manera MODERADA y el 23,33% de los estudiantes de manera SEVERA. Y el grupo de control el 46,43% de los estudiantes sufre de Miedo a perder el control de manera LEVE, es decir que 13 de 28 estudiantes sufre de este Miedo a perder el control de manera LEVE, el 14,29% de los estudiantes sufre de este miedo de manera Moderada, 7,14% de los estudiantes de manera Severa, haciendo un total de 67,86% de los estudiantes sufre de este miedo en diferentes niveles.

En el Ítem de la pregunta “Dificultad para respirar” el grupo experimental el 70% de los estudiantes NO SUFRE de esta sensación, es decir que de los 30 estudiantes 21 no sufre de esta sensación; el 26,67% de los estudiantes sufre de esta sensación de Manera LEVE, del cual solo 8 estudiantes sufren de esta sensación. Y el grupo de control el 71,43% de los estudiantes NO sufre de dificultad para respirar, es decir que 20 de 28 estudiantes no sufre de esta dificultad. El 25% de los estudiantes sufre de dificultad para respirar de manera LEVE, y 3,57% de los estudiantes de manera SEVERA.

En la pregunta “Miedo a Morirse”, el grupo experimental el 63,33% de los estudiantes NO SUFRE de este temor, es decir que de los 30 estudiantes 19 no sufre de esta sensación; el 23,33% de los estudiantes sufre de este miedo de manera LEVE, y el 13,33% de manera Moderada. El grupo de control el 75% de los estudiantes NO tiene miedo a morirse, es decir que 21 de 28 estudiantes NO tiene miedo a morirse. El 14,29% de los estudiantes tiene miedo a morirse de manera LEVE; el 7,14% de los estudiantes y manera Moderada, y el 3,57% de los estudiantes de manera Severa.

En la pregunta si sufre de “Sobre saltos” el grupo experimental 46,67% de los estudiantes no sufre de esta sensación; el 33,33% de los estudiantes sufre de esta sensación de Manera LEVE, 10% de manera Moderada y 10% de manera Severa, y los tres dan un total d 53,33% de los estudiantes si sufre de esta sensación. El grupo de

control el mayor porcentaje no sufre de este sobre salto, es decir el 60,71%, 17 de 28 estudiantes no sufre de sobre saltos. Pero el 35,71% de los estudiantes si sufre de sobre salto de manera LEVE, y 3,57% de los estudiantes sufre de manera moderada.

En la pregunta “Molestias Digestivas y abdominales”, el grupo experimental el 70% de los estudiantes sufre de manera LEVE, es decir que 21 de los 30 estudiantes sufre de esta Molestia de Manera LEVE; el 10% de manera Moderada, 10% de manera Severa. El grupo de control el 46,43% de los estudiantes respondió que padece de estas molestias digestivas y abdominales de manera LEVE, es decir que 13 de los 28 estudiantes sufren de molestia digestiva o abdominal de manera leve; el 7,14% padece de esta molestia de manera Moderada y el 3,57% de manera Severa.

En la sensación de “Palidez” del grupo experimental el 66,67% de los estudiantes evaluados no sufre de Palidez, es decir que, de 30 estudiantes, 20 de los estudiantes sufre de Palidez; el 26,67% de los estudiantes sufre de palidez de manera LEVE; y el 6,67% de los estudiantes sufre de palidez de manera Moderada. Del grupo de control el 57% de los estudiantes NO sufre de palidez, es decir que 16 de 28 estudiantes no sufre de palidez. El 32,14% de los estudiantes padece de Palidez de manera LEVE, y el 10,71% de los estudiantes lo padece de manera Moderada.

En la pregunta “Rubor facial” del grupo experimental el 40% de los estudiantes tiene un Rubor facial de Manera LEVE, es decir de los 30 estudiantes 12 estudiantes tiene rubor facial; el 30% de los estudiantes tiene rubor facial de manera Moderada, de 30 estudiantes 9 sufre de esta sensación. Ambos suman 70% de estudiantes que sufre de esta sensación. El grupo de control el 53,57% de los estudiantes refiere NO tener Rubor facial, es decir 15 de 28 estudiantes no tiene rubor facial. El 35,71% de los estudiantes refiere tener Rubor facial de manera LEVE, 7,14% de manera Moderada, y 3,57% de manera severa.

En la pregunta “Sudoración” (no debida al calor), del grupo experimental el 50% de los estudiantes sufre de Manera Leve la sudoración, es decir que de 30 estudiantes 15 sufre de sudoración de manera leve; y un 40% de los estudiantes sufre de sudoración de manera Moderada. Y del grupo de control el 32,14% de los estudiantes refiere tener una sudoración de manera MODERADA, es decir 9 de 28 estudiantes sufre de sudoración de manera moderada; el 28,57% de los estudiantes tiene la sudoración de manera leve, y el 10,71% tiene una sudoración severa.

7.2. CONCLUSIONES ESPECÍFICAS

La presente investigación llega a las siguientes conclusiones:

La ansiedad puede determinar e influye en el rendimiento académico ya que tanto en el grupo experimental, como en el grupo de control, el nivel de ansiedad es considerablemente alto, y ya mostrando las tablas en frecuencia de cruce de datos del grupo experimental, podemos notar que los que sufren de Ansiedad Moderada son en más frecuencia con un total de 12 estudiantes, y que de 30 estudiantes solo 4 aprobaron la materia; en frecuencia 10 personas que sufren de Ansiedad Severa ninguno aprobó, y los que padecen de ansiedad Leve solo 3 que aprobaron la materia. En general de los 30 estudiantes 29 sufre de ansiedad en diferentes niveles, y de los 30 solo 8 aprobaron. Y en el grupo de control en el cruce de variables se ve que los que sufren Ansiedad Leve tienen un mayor porcentaje, los cuales suman 13 de 28 estudiantes, de los cuales 4 estudiantes llegaron a la nota de aprobación. Seguido de la frecuencia de 9 estudiantes que padecen de Ansiedad Moderada, con un total de 9 estudiantes, de los cuales 1 alcanzo la nota de aprobación. Por último 4 de los 28 estudiantes padecen de Ansiedad Severa, y no hay aprobados. De la suma de los 28 estudiantes 26 sufren de Ansiedad de los cuales 5 estudiantes lograron la nota de aprobación. Esto nos demuestra que los estudiantes de Ingeniería padecen de Ansiedad, y que muy poco saben tratarla o mejorarla.

Estos datos que logramos adquirir corrobora los datos de Kardex que nos otorgaron, pues si bien los estudiantes, hay un número muy alto en cuanto a reprobación, la mitad de la carrera reprueba, y que de alguna manera, esto llevara a los estudiantes a estar más frustrados, y mientras más reprueban mayor será la frustración que les podría generar una Ansiedad más elevada, es así como manifiestan algunos de los estudiantes, pues les da miedo de ver hasta las notas, entrar a un examen ya es más incómodo. En el acompañamiento se pudo notar que no todos los estudiantes asisten a las clases, a las cátedras, y que la asistencia total solo es el día del examen, esto también puede influir en las notas, o el desempeño en el examen.

En la torta mostrada a cerca de la Ansiedad el nivel Moderado es el más alto en el **grupo experimental**, con un 40% de los estudiantes que padecen de Ansiedad moderada, es decir, que 12 de 30 estudiantes padecen de Ansiedad Moderada “desagradable pero pueden soportarlo”. Y que la Ansiedad Leve “no molesta mucho” tiene el 33,33%. Por último, que el 23,33% de los estudiantes padecen de una Ansiedad Severa “casi no pueden soportarlo”. Sumados los tres grupos podríamos decir que 96,67% sufre de Ansiedad en los diferentes niveles. En cambio, en el **grupo de control** el nivel de Ansiedad más elevado con 46,43% es la ansiedad leve, es decir 13 de cada 28 estudiantes sufre de ansiedad leve. Con un 32,14% los estudiantes sufren de ansiedad Moderada. Por último, el 14,29% sufre de ansiedad severa. Sumados los 3 dan un total de 92,86% de los estudiantes que sufren de ansiedad, en diferentes niveles. Vemos que la ansiedad, tanto en pre test, como en post test del grupo de control, se mantiene la ansiedad, por lo que algunos de los estudiantes ya podrían tener un trastorno de Ansiedad que tiene que ser tratada de la manera adecuada, en terapia y si es más elevada hasta farmacológica, con el apoyo de un psicólogo (a) y psiquiatra.

El síntoma con más puntaje en el grupo experimental es el ítem número 5, donde indica “miedo a que suceda lo peor”, es el que mayor puntaje tiene en relación a los

demás ítems haciendo una suma del 96,66%, es decir de los 30 estudiantes 29 sufren este miedo a que suceda lo peor, y en un mayor porcentaje de manera Moderada, exactamente el 60% de los estudiantes. Y en el grupo de control es el síntoma con más puntaje es el Nerviosismo, haciendo un total de 96,42% de los estudiantes padecen de nerviosismo, es decir de los 28 estudiantes 27 estudiantes padecen se Nerviosismo, y distribuidos de la siguiente manera; 60,71% de manera LEVE, 25% de manera moderada y 10,71% de manera severa. Estos datos nos pueden indicar que el nerviosismo y el temor se apodera de los estudiantes, ya que tienen una mayor presencia en cada uno de ellos, el temor a reprobar, el nerviosismo de saber cuánto de nota tienen.

En nuestro grupo experimental nos dio como resultados que a mayor ansiedad evidentemente aumenta el riesgo de no tener éxito en las notas alcanzada, ya que el nivel de ansiedad lo puede confundir, o dejar pasar cosas que quizá sabía, pero como esta en estado de alerta, no lo deja concentrarse. Y se ve en la frecuencia que los casos severos no logran el éxito de aprobación. En el grupo de control donde no se implementó la técnica de Jacobson se pudo evidenciar que la ansiedad se mantenía, y que, de alguna manera, las notas alcanzadas por el grupo fueron mínima de aprobación, con un número mínimo de aprobados, que nos dio unos 6 estudiantes que lograron la nota de aprobación de 51 para arriba.

En ambos casos, tanto en el Grupo experimental, como en el grupo de control no hay éxito en el rendimiento académico si existe mayor ansiedad y más si es en tiempos prolongados, como vemos en el grupo de control, que la ansiedad se mantiene, pudiendo derivar ya a un trastorno de ansiedad.

7.3. RECOMENDACIONES

Como se ha evidenciado en la observación, muy pocos de los estudiantes saben lo que es la Salud Mental, y que es importante para el diario vivir, si es difícil pasar clases con una gripe, o rendir bien con un resfriado, un dolor de muelas, es similar el tener ansiedad, pues expertos saben que la ansiedad puede generar desequilibrio en el área laboral, familiar, en este caso y sobre todo académico, y que puede llevar a una inestabilidad.

Hemos podido evidenciar que hablar en el Taller de Salud Mental hizo que los estudiantes se vean emocionalmente, que la ansiedad que tienen les afecta demasiado, y que, de alguna manera, no saben cómo tratarlo, ni dónde acudir, ni que hacer al respecto. Entonces se sugiere que en el futuro se reproduzca este tipo de Talleres dentro de la Carrera Eléctrica, y cada ingeniería de la misma Facultad, tanto para estudiantes y docentes, es importante, ya que muchos desconocen esta parte de la Salud integral de cada ser humano.

Solicitar una evaluación periódica al área de Bien Estar Social de la UMSA, que atiende a los estudiantes Universitarios de manera gratuita. Ya que ese tipo de campañas ayudarían a diagnosticar a tiempo a un paciente que requiera de terapia o tratamiento farmacológico.

Los resultados de esta investigación sugiere la necesidad de llevar a cabo un estudio más amplio, donde determine que afecta más, si la vida familiar, el contexto familiar para que la ansiedad se mantenga y no se modifique, el contexto universitario, pues es obvio que, en el inicio de cualquier carrera, existirá problemas de adaptación, pero ya habiendo pasado años en la misma carrera ya los problemas de adaptación habrán mejorado, a menos que no haya una buena relación de pares.

Además de las charlas sobre salud mental, se sugiere que se realicen charlas a cerca de las Relaciones interpersonales, a los docentes, debido a que varios estudiantes mencionaron, que la calidad de trato del docente hacia el estudiante es muy tajante, cortante, y algunas veces hasta soberbio, y que esto también les afecta, ya que no saben cómo acercarse al docente, o hacer preguntas acerca de la clase avanzada. A los estudiantes, debido a que el apoyo en grupo también es importante, pues si veo que un compañero mío sufre de ansiedad apoyarlo para que siga terapia, o busque ayuda.

Por último, una vez entregando la copia del artículo de la presente investigación a la Carrera de Ingeniería, el director de la carrera asumirá una conducta en beneficio de los estudiantes y su buena salud mental.

BIBLIOGRAFIA

“El Deber,” Periódico. 2019. “El 57 % de Las Consultas de Salud Mental Son Por Trastornos de Ansiedad.” (Octubre).

Agudelo Vélez, Diana María, Claudia Patricia Casadiegos Garzón, and Diana Lucía Sánchez Ortíz. 2009. “Relación Entre Esquemas Maladaptativos Tempranos y Características de Ansiedad y Depresión En Estudiantes Universitarios.” *Universitas Psychologica* 8(1): 87–103. file:///C:/Users/Intel/Desktop/caso segundo/marco teorico/Relación entre esquemas maladaptativos tempranos y características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios .pdf.

Almeria, Universidad de. 2017. “RELAJACION PROGRESIVA DE JACOBSON.” *Programa Autoaplicado para el control de la Ansiedad*: 1–3.

Association American Psychiatric. 2000. *5 American Psychiatric Association Manual Diagnostico y Estadístico de Los Trastornos Mentales DSM V*.

Balanza Galindo, Serafín, Isabel Morales Moreno, and Joaquín Guerrero Muñoz. 2009. “Prevalence of Anxiety and Depressive Disorders in University Students : Associated Academic and Socio-Family Factors Prevalencia de Ansiedad y Depresión En Una Población de Estudiantes Universitarios : Factores Académicos y Sociofamiliares Asociados.” *Clínica y Salud* 20 (2): 177–87.

Cuevas Chavez, Alejandra; Martinez Rebollar, Alicia; Sanchez, Fabiola. 2019. “Detección Automática Del Trastorno de Ansiedad Generalizada.” *Centro Nacional de Investigacion y Desarrollo Tecnológico* (Julio): 2–3.

Formaci, Curricular, and General Universitaria. 2008. “Ansiedad En Estudiantes Universitarios.” *Universidad Autonoma de ciudad de Juarez* 172(diciembre): 1–16.

Hernández-Sampieri, Roberto. 2013. *Metodologia de La Investigación*.

Martínez-Otero, V. 2014. “Ansiedad En Estudiantes Universitarios : Estudio de Una Muestra de Alumnos de La Facultad de Educación.” *Ensayos Revista de la Facultad de Educación de Albacete* 2(29): 63–78.

Mayta Gutierrez, Nancy Guadalupe. 2011. ““LA RELACIÓN DE LA ANSIEDAD Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS.”

Ministros, E. N. Consejo D.E. Bolivia: Reglamento a la Ley N° 475, de prestaciones de servicios de salud integral del Estado Plurinacional de Bolivia, DS N° 1984. 30 de abril de 2014.

Navia-Bueno, María del Pilar, and Cinthya Urquidi-Bellota. 2014. “Factores de Riesgo y Asociados a Migraña En Estudiantes Universitarios IINSAD-UMS. Segunda Etapa.” *Cuadernos Hospital de Clínicaa* 55(2): 9–16.

Organización Mundial de la Salud. 2017. “Día Mundial de La Salud Mental 2017 - La Salud Mental En El Lugar de Trabajo.” *Hoja informativa OMS* (Octubre): 1–2.

Reyes-Ticas, J. Americo. 2010. “Trastornos de Ansiedad. Guía Práctica Para Diagnóstico y Tratamiento.” In *Universidad Complutense*, , 1–134.

Rocha-Caetano, Miriam Luisa. 2008. "Informe Sobre El Sistema de Salud Mental En Bolivia." *Sistema de Salud Mental en Bolivia*: 31.

http://www.who.int/mental_health/bolivia_who_aims_report.pdf.

Sanz, J., Maria Paz. García-Vera, and Maria. Fortún. 2012. "El 'Inventario de Ansiedad de Beck' (BAI): Propiedades Psicométricas de La Versión Española En Pacientes Con Trastornos Psicológicos." *Behavioral Psychology/ Psicología Conductual* 20(3).

Virues-Elizondo, Rosa Aurora. 2005. "Estudio Sobre Ansiedad." *Universidad Autonoma de Nuevo Leon* (Mayo): 19.

ANEXOS

INVENTARIO TEST DE BECK



Sexo: F M Edad:..... Trabaja: SI NO ESTADO CIVIL:
 HIJOS: SI NO Debe materias: SI NO Fecha.....

Indique para cada uno de los siguientes síntomas el grado en que se ha visto afectado por cada uno de ellos durante la última semana y en el momento actual. Elija de entre las siguientes opciones la que mejor se corresponda:

- 0= en absoluto
- 1= Levemente, no me molesta mucho
- 2= Moderadamente, fue muy desagradable, pero podía soportarlo
- 3= Severamente, casi no podía soportarlo

	0	1	2	3
1. Hormigueo o entumecimiento.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Sensación de calor.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Temblor de piernas.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Incapacidad de relajarse.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Miedo a que suceda lo peor.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Mareo o aturdimiento.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Palpitaciones o taquicardia.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Sensación de inestabilidad e inseguridad física.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Terrores.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Nerviosismo.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Sensación de ahogo.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Temblores de manos.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Temblor generalizado o estremecimiento.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Miedo a perder el control.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Dificultad para respirar.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Miedo a morir.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Sobre saltos.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Molestias digestivas o abdominales.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Palidez.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Rubor facial.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Sudoración (no debida al calor)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- Población

ESTUDIANTES MATRICULADOS

Electrónica	1472
Civil	1552
Metalúrgica y Materiales.	263
Química	800
Ambiental	357
Alimentos	137
Mecánica	437
Electromecánica	509
Mecatrónica	154
Eléctrica	643
Petrolera	1051
Industrial	1190
Industrial Amazónica	115
TOTAL	8680

uenta con un plantel de 270 docentes; 22 investigadores. Ingeniería está conectada con universidades y redes científicas y tecnológicas mediante la Comunidad Andina; MERCOSUR la Unión de Universidades de América Latina.

- LINEAS DE ACCIÓN

EN EL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN

- Estudios de obras hidráulicas
- Hidrología y Recursos Hídricos
- Estudios de hormigones y estructuras
- Estudios de Asfaltos y Pavimentos
- Estudios de Suelos y Geotecnia
- Sistemas de captación de agua
- Gestión y Control Ambiental de aguas.
- Estudio de Rocas

UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRES



FACULTAD DE INGENIERÍA



La Paz Bolivia
2017

- Gestión de residuos sólidos
- Transporte urbano e interurbano
- Análisis de la calidad del agua para diferentes usos
- EN EL SECTOR INDUSTRIAL - PETROLERO**
- Estudios en gestión, diseño u producción industrial
- Exploración geológica y petrolera
- Diseño y montaje de Planta de gas Natural
- EN EL SECTOR ELÉCTRICO - MECÁNICO**
- Líneas de transmisión Alta Tensión
- Aplicación en Ingeniería automotriz mecatrónica
- EN EL SECTOR DE ELECTRÓNICA**
- Televisión digital y Tecnología satelital
- Sistemas de computación y software
- Telecomunicaciones
- EN EL SECTOR DE METALURGIA Y MATERIALES**
- Estudios vinculados a metalúrgica
- Obtención metales y Metalurgia del oro
- Siderurgia extractiva y transformación
- Diseño de productos metálicos, cerámicos y poliméricos
- Desarrollo de acumuladores de energía en base de litio
- SECTOR QUÍMICO – AMBIENTAL Y DE ALIMENTOS - PETROQUÍMICA**
- Diseño y desarrollo procesos químicos
- Diseño y dimensionamiento de equipos
- Control de producción en la industria
- Biotecnología y bioingeniería
- Gestión ambiental en aguas y residuos sólidos
- Petroquímica catálisis y procesos catalíticos
- Procesamiento de recursos evaporíticos

- Historia

El 14 de octubre de 1929, bajo la presidencia de Hernando Siles, se creó en la Universidad Mayor de San Andrés la Facultad de Ciencias Físicas y Matemáticas. El 10 de febrero de 1939, en sesión del H. Consejo Universitario, se aprobó el Plan de Reforma de la Universidad, que reconocía entre ellas las áreas de ingeniería: integrada por las escuelas de Puentes y Calzadas, Escuela de Arquitectura, Escuela de Industrias y Manufacturas, Escuela de Minas y Petróleo y Escuela de Agronomía e Instituto de Ciencias Exactas. En 1955 se crearon cuatro carreras: Ingeniería Industrial; Mecánica; Petrolera Química, en el ámbito de dos facultades: Ingeniería Civil e Ingeniería Industrial. Finalmente, a partir de 1984, ocho carreras constituyen las especialidades principales de la actual Facultad de Ingeniería, que han dado lugar a la oferta de 15 carreras y programas acreditados y reacreditados por ACEI/México y MERCOSUR

- Misión de la Facultad

La Misión es la formación de sus estudiantes con calidad, de manera que la sociedad cuente con ingenieros idóneos de conocida calidad y excelencia académica en todos sus niveles; innovadores, con capacidad de desarrollar investigación, creación y aplicación del conocimiento, integrado al contexto de la ciencia y tecnología universal.



3.- Objetivos de la Facultad

- Realizar acciones permanentes para que la investigación científica esté inmersa en cada una de las actividades del proceso de enseñanza de la Ingeniería.
- Situar a la facultad en el marco de la nueva realidad nacional proyectada para el desarrollo tecnológico, proponiendo nuevos programas de estudios.
- Formar profesionales especializados en las ciencias de Ingeniería, complementando el aspecto teórico con la experimentación en campo a través del uso eficiente de convenios de cooperación que se suscriban con empresas nacionales e internacionales
- Formar Ingenieros para tomar decisiones, determinar procesos mejorados para la explotación de los Recursos Naturales.

4.- Carreras, Programas y Menciones

A la fecha la Facultad tiene ocho carreras con quince programas y menciones y en un futuro próximo se tiene planeado incrementar su número.

Carreras	Programas / Menciones
1 Ingeniería Civil	Mención Estructuras
	Mención Sanitaria
	Mención Transportes
	Mención Hidráulica
2 Ingeniería Eléctrica	Ing. Eléctrica
3 Ingeniería Electrónica	Mención Telecomunicaciones
	Mención Control
	Mención Sist. de Computación
4 Ingeniería Industrial	Ing. Industrial
	Ing. en Producción Industrial
	Ing. Seg. Industrial y Salud Ocup
5 Ingeniería Mecánica y Electromecánica	Ing. Mecánica
	Ing. Electromecánica
	Ing. Mecatrónica
6 Ingeniería Metalurgia	Mención Metalúrgica
	Mención Materiales
7 Ingeniería Petrolera	Ing. Petrolera
	Ing. Química
8 Ingeniería Química	Ing. Ambiental
	Ing. de Alimentos
	Ing. Petroquímica



La Paz 25 de Julio de 2019

Señor:
Ing. Rodmy Miranda
DIRECTOR INGENIERIA ELECTRICA
FACULTAD DE INGENIERIA
UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRES

REF.: SOLICITUD INFORMACION PARA INVESTIGACION

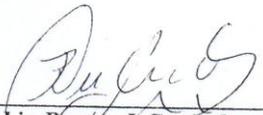
Presente.-

Mediante la presente le hago llegar mi más cordial saludo, y deseando éxitos en las labores que realiza.

Darle a conocer que soy Maestrante de la Universidad Mayor de San Andrés, del vicerrectorado centro psicopedagógico y de investigación en educación superior – CEPIES.

El motivo de la presente es SOLICITAR a su autoridad pueda facilitar INFORMACION DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE INGENIERIA ALETRICA, dicha información es para realizar UNA Investigación para la tesis, titulada “Trastornos de ansiedad en relación al rendimiento académico, con estudiantes de la carrera de ingeniería eléctrica de la UMSA, en la gestión 2019”.

Es cuanto solicito y estaré a la espera de su pronta respuesta. Sin más me despido.
Atte.:


Lic. Roxana J. Conde Osco
Maestrante

Adj. Copia de Matricula, credencial
C.c. personal

Hoja1

APROBADOS 1/2019

PROG.	CARRERA	CANTIDAD
ELT	INGENIERIA ELECTRICA	325

REPROBADOS 1/2019

PROG.	CARRERA	CANTIDAD
ELT	INGENIERIA ELECTRICA	369

INSCRITOS EN 6TO SEMESTRE 1/2019

PROG.	CARRERA	CANTIDAD
ELT	INGENIERIA ELECTRICA	66

INSCRITOS EN 10MO SEMESTRE 1/2019

PROG.	CARRERA	CANTIDAD
ELT	INGENIERIA ELECTRICA	71



Ing. Vladimir A. Lucas Céspedes
ADM. SISTEMAS Y BD
FACULTAD DE INGENIERIA

La Paz 07 de Agosto de 2019

Señor:
Dr. Ramiro Fuentes Berrios
JEFE DE DIVISION SALUD
UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRES



REF.: SOLICITUD INFORMACION PARA INVESTIGACION

Presente.-

Mediante la presente le hago llegar mi más cordial saludo, y deseando éxitos en las labores que realiza.

Darle a conocer que soy Maestrante de la Universidad Mayor de San Andrés, del vicerrectorado Centro Psicopedagógico y de Investigación y Educación Superior – CEPIES.

El motivo de la presente es SOLICITAR a su autoridad tenga a bien facilitar **INFORMACION DE LOS ESTUDIANTES QUE SON ATENDIDOS EN EL SERVICIO DE PSICOLOGIA**, dicha información es para dar datos fidedignos en la tesis, titulada “**Trastornos de ansiedad que influye en el rendimiento académico, con estudiantes de la carrera de ingeniería eléctrica de la UMSA, en la gestión 2019**”.

De la Unidad de Psicología requiero tener los siguientes datos:

- El numero de pacientes atendidos por el servicio de psicología, mensual y anual.
- En el año 2018 que diagnósticos son repetidos en los estudiantes.
- Cuantos estudiantes de la facultad de Ingeniería asisten al servicio de psicología cada año.

Es cuanto solicito, estaré a la espera de su pronta respuesta y agradezco por tan valiosa información. Sin más me despido.

Atte.:


Lic. Roxana J. Conde Osco
Maestrante

Adj. Copia de Matrícula, credencial
C.c. personal



UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS
DEPARTAMENTO DE BIENESTAR SOCIAL
DIVISIÓN DE SALUD



La Paz, 2 de septiembre de 2019
CITE: DIVISION DE SALUD N° 079/2019

Señora:
Lic. Roxana J. Conde Osco
MAESTRANTE – CEPIES
Presente.-

REF.: RESPUESTA A SOLICITUD

A tiempo de hacerle llegar un cordial saludo, tengo a bien dar respuesta la nota de Lic. Roxana J. Conde Osco Maestrante – CEPIES de nuestra casa superior de estudios, de fecha 7 de agosto de 2019, con referencia a solicitud información para investigación.

De acuerdo a lo solicitado me permito responder lo siguiente:

- El número de pacientes atendidos por el servicio de psicología, mensual y anual.

En este punto se puntualiza a los pacientes atendidos durante la gestión 2018, cabe recalcar que la Psicóloga de la División Salud y Servicios Psicológicos Lic. Karina Telleria Herrera se encontraba en sus correspondientes vacaciones en los meses de enero y febrero de 2018.

SERVICIO	Ma rzo	Abr il	Ma yo	Junio	Julio	Ago sto	Septie mbre	Octu bre	Novie mbre	Dicie mbre	TOTAL
PSICOLOGÍA	46	52	53	45	55	87	88	52	62	22	562

- En el 2018 que diagnostico son repetidos son repetidos en los estudiantes.

En cuanto a este punto se puntualiza los tres primeros diagnósticos atendidos durante la gestión 2018, cabe recalcar que la Psicóloga de la División Salud y Servicios Psicológicos Lic. Karina Telleria Herrera se encontraba en sus correspondientes vacaciones en los meses de enero y febrero de 2018

SERVICIO PSICOLOGÍA	Ma rzo	Abr il	Ma yo	Ju nio	Juli o	Ago sto	Septie mbre	Octu bre	Novie mbre	Dicie mbre	TOTAL
ANSIEDAD	8	7	7	6	7	11	11	20	7	3	87
DEPRESION	7	11	11	5	11	15	15	11	11	2	99
AUTOEFICACIA	16	20	20	13	20	35	35	0	20	7	186



UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS
DEPARTAMENTO DE BIENESTAR SOCIAL
DIVISIÓN DE SALUD



- Cuantos estudiantes de la Facultad de Ingeniería asisten al servicio de psicología cada año.

CARRERA	GESTIÓN 2018	GESTIÓN 2019*
INGENIERÍA INDUSTRIAL	3	-
INGENIERÍA PETROLERA	9	6
INGENIERÍA ELECTRÓNICA	6	-
INGENIERÍA AMBIENTAL	2	
INGENIERÍA QUÍMICA	5	1
INGENIERÍA MECATRÓNICA	-	1

* Datos de primer semestre de la gestión 2019

Sin otro particular me despido muy cordialmente y reciba nuestro cordial saludo.

Atentamente:



Dr. Ramiro Oscar Fuentes Berrios
JEFE a.i. DIVISIÓN DE SALUD Y SERVICIOS PSICOLÓGICOS
UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS

C.C. ARCH. SCVP
DIVISIÓN SALUD Y SERVICIOS PSICOLÓGICOS