



UNIVERSIDAD DE CUENCA
Facultad de Psicología
Carrera de Psicología Educativa

Niveles de ansiedad en estudiantes en condición de movilidad interna de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca, durante el período septiembre 2019- febrero 2020.

*Trabajo de Titulación previo a la obtención
del título de Psicólogo/a Educativo/a.*

AUTORES:

Carlos Enrique Marín Vivar

CI: 1400629042

carlos.marinvivar@gmail.com

Ana Belén Quintuña Robles

CI: 0106433691

ana.quintunarobles@gmail.com

TUTORA:

Mst. Juana Lucía Carrasco Vintimilla

CI: 0103631131

Cuenca – Ecuador
23 de febrero de 2021.



RESUMEN

Los estudiantes universitarios en condición de movilidad interna pueden constituir un grupo de riesgo para la ansiedad, debido a que están sometidos a altas exigencias psicológicas, sociales, académicas y presentan elevado estrés. El objetivo de este trabajo fue describir los niveles de ansiedad en los participantes y su comparación con variables sociodemográficas. El estudio se llevó a cabo con 159 estudiantes en condición de movilidad interna de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, en total fueron 95 mujeres y 64 varones en edades comprendidas entre 18 y 31 años. El instrumento de valoración en este estudio fue la escala de Ansiedad de Hamilton, la cual se evaluó la fiabilidad, presentando un coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach de 0,87. Los resultados evidencian que existe un 10.7 % de estudiantes no poseen ansiedad, el 42,8 % de estudiantes presentaron un nivel de ansiedad leve y el 46,5 % poseen un nivel de ansiedad de moderada a grave. Los niveles de ansiedad que presentaron significancia estadística fueron: las variables de cuantas horas duermen y el número de amigos que tiene el estudiante; no se presentó una distribución estadísticamente igual según el sexo, el ciclo de formación, el programa académico, la edad, entre otros. Los hallazgos revelan un porcentaje elevado de estudiantes con ansiedad de moderada a grave, lo que pone de manifiesto la necesidad de desarrollar estrategias en manejo de ansiedad, identificar estudiantes de mayor riesgo e iniciar intervenciones en salud de manera oportuna.

Palabras clave: Ansiedad. Estudiantes universitarios. Movilidad interna. Migración interna.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



ABSTRACT

University students in a condition of internal mobility constitute a risk group for anxiety due to their psychological, social, academic and high stress requirements. The objective of this work was to describe anxiety levels and their comparison with sociodemographic variables. The study was carried out with the participation of 159 students in a condition of internal mobility. Anxiety screening was performed with the Hamilton Anxiety scale. The reliability of the scale was evaluated with the Cronbach Alpha of 0.87. The results show that there is a 10.7 % of students who do not have anxiety, 42.8 % of students presented a mild anxiety level and 46.5 % have a moderate to severe anxiety level. The anxiety levels presented statistical significance according to the variables how many hours the student sleeps and the number of friends the student has and there was no statistically equal distribution according to sex, training cycle, academic program, age, among others. A high percentage of students with moderate to severe anxiety was found, which highlights the need to develop educational strategies, identify higher risk students and initiate health interventions in a timely manner.

Keywords: Anxiety. University students. Internal mobility. Internal migration.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



ÍNDICE

RESUMEN.....	2
ABSTRACT.....	3
ÍNDICE	4
Índice de tablas.....	5
Índice de gráficos	5
Cláusula de licencia y autorización.....	6
Cláusula de licencia y autorización.....	7
Cláusula de propiedad intelectual.....	8
Cláusula de propiedad intelectual.....	9
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	10
PROCESO METODOLÓGICO.....	21
Método de investigación.....	21
Población	21
Criterios de Inclusión y Exclusión.....	21
Instrumentos	22
Procedimiento y análisis de datos	22
Aspectos éticos	24
PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS	25
Nivel de ansiedad global.....	26
Niveles de ansiedad según variables sociodemográficas.....	27
RECOMENDACIONES	35
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	36
ANEXOS.....	41
Anexo 2. Ficha sociodemográfica.....	43

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



Índice de tablas

Tabla 1. Datos Sociodemográficos	25
Tabla 2. Niveles de Ansiedad Según Sexo.....	27
Tabla 3. Niveles de Ansiedad Según la Edad	28
Tabla 4. Niveles de Ansiedad Según las Regiones de Procedencia	28
Tabla 5. Niveles de Ansiedad Según los Períodos Académicos	29
Tabla 6. Niveles de Ansiedad Según con Quien Vive	30
Tabla 7. Nivel de Ansiedad Según la Situación Económica.....	31
Tabla 8. Niveles de Ansiedad Según Cuántas Horas Duerme	32

Índice de gráficos

Gráfico 1. Nivel Global de Ansiedad.....	26
Gráfico 2. Nivel de Ansiedad Según Círculo de Amistades	31

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

Yo, Carlos Enrique Marín Vivar , en calidad de autor/a y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "Niveles de ansiedad en estudiantes en condición de movilidad interna de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca, durante el período septiembre 2019- febrero 2020", de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 23 de febrero del 2021

Carlos Enrique Marín Vivar

C.I: 1400629042

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

Ana Belén Quintuña Robles, en calidad de autor/a y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "Niveles de ansiedad en estudiantes en condición de movilidad interna de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca, durante el período septiembre 2019- febrero 2020", de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 23 de febrero de 2021.

Ana Belén Quintuña Robles

C.I: 0106433691

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



Cláusula de Propiedad Intelectual

Yo, **Carlos Enrique Marín Vivar**, autor/a del trabajo de titulación “Niveles de ansiedad en estudiantes en condición de movilidad interna de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca, durante el período septiembre 2019- febrero 2020”, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Cuenca, 23 de febrero del 2021.



Carlos Enrique Marín Vivar

C.I: 1400629042

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



Cláusula de Propiedad Intelectual

Ana Belén Quintuña Robles, autor/a del trabajo de titulación “Niveles de ansiedad en estudiantes en condición de movilidad interna de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca, durante el período septiembre 2019- febrero 2020”, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Cuenca, 23 de febrero de 2021

Ana Belén Quintuña Robles

C.I: 0106433691

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

En tiempos actuales, tener que movilizarse por obligaciones académicas, es una condición frecuente que experimentan la mayoría de los estudiantes universitarios. De acuerdo con el informe de Gestión de la Universidad de Cuenca (2018), alrededor del 25% de los estudiantes matriculados en la institución (durante el período académico 2018 – 2019) provienen de otras provincias del país. Esta situación de movilidad, cambia drásticamente el estilo de vida de los universitarios, entre ellas la separación de la familia, adquisición de mayor responsabilidad individual, acercamiento a un nuevo entorno, entre otras (Arco, López, Heilborn y Fernández, 2005).

Rodríguez (2008), señala que las personas de 15 a 29 años son propensas a migrar dentro del país, existe una diferencia con respecto a otras edades, debido a que la migración juvenil se lleva a cabo a causa de acontecimientos vitales durante esta etapa de la vida, como el ingreso a la Educación Superior, al mercado de trabajo o una formación de pareja. En América Latina y el Caribe entre los 18 y los 22 años existe una mayor prevalencia de migrar dentro del país. En estas edades los jóvenes toman decisiones educacionales y laborales con mayor efecto migratorio. Es decir, para muchos jóvenes llegar a niveles elevados de educación, en particular universitarios, implica un cambio de residencia por la localización selectiva de las instituciones de educación superior.

La movilidad interna es un fenómeno social actual muy frecuente, Obregón y Rivera (2015), la conceptualizan como migración interna dentro de un país, indicando que es el movimiento de personas de un estado a otro, generalmente, provocada por el ingreso a la educación superior. Llanos (2006), hace una categorización de los distintos perfiles migratorios, entre ellos migrantes en transición, que son aquellos migrantes no definidos, en su mayoría jóvenes que se movilizan por motivos educativos y laborales, donde su condición depende de si se establecen o no en el área de destino. Según Flores, Espejel y Martell (2016), la movilidad interna se refiere al movimiento de la población dentro de los límites de una nación, ya sea de manera temporal o permanente.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



Al respecto, autores como McLachlan y Justice (2009), señalan que la incorporación a la universidad por parte de estudiantes en condición de movilidad, requiere un proceso de aculturación, que puede ser complicado y estresante el primer año, en donde la meta es adaptarse psicológica y socioculturalmente al nuevo entorno. En este sentido, el ambiente universitario se vuelve cada vez más un espacio multicultural. Hans de Wit, Jaramillo, Gácel y Knigh (2005), manifiestan que el movimiento de universitarios de un lugar a otro, promueve un intercambio cultural de diversas regiones y brinda nuevos conocimientos.

De esta manera, la perspectiva multicultural que implica el proceso de aculturación, se da cuando dos o más grupos culturalmente diferentes se interrelacionan, evidenciando cambios psicológicos en los miembros de dichos grupos, como resultado de estas interacciones sociales (Berry, 1990). Ahora bien, Weishaar (2008) manifiesta que estos cambios que conlleva el proceso de aculturación e incorporación a la universidad, se pueden percibir como una situación estresante entre los estudiantes, elevando sus niveles de ansiedad. En este sentido, señala que el cambio de domicilio a otra ciudad, socializar con nuevas personas con diferente cultura, entre otros factores, pueden dificultar la adaptación, por lo tanto, provocar ansiedad.

Asimismo, Ramos (2013) indica que la movilidad interna implica varios sucesos vitales significativos, como cambio de residencia, alejamiento de la familia, inicio de la carrera, aspectos económicos, entre otros. Este autor señala que el estudiante experimenta un sentimiento de duelo, tras alejarse de su entorno, sumado a un nuevo estilo de exigencias a cumplir, como adaptarse a la universidad y su entorno, conocer una nueva cultura, fomentar nuevas relaciones sociales; todo esto puede conllevar a procesos ansiosos y depresivos.

Es conveniente señalar, que los trastornos de ansiedad son las afecciones mentales más registradas en los centros de salud y con mayor presencia en el ámbito universitario (Agudelo, Casadiegos y Sánchez, 2008). Según la Organización Mundial de la Salud (2020), los diversos cuadros clínicos de los episodios de ansiedad, tienden a afectar a más del 15% de la población

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



mundial, provocando desequilibrios emocionales, comportamentales, físicos, cognitivos y sociales, que afectan negativamente a sus actividades cotidianas, produciendo malestar general en las personas que la padecen. A finales de la década de los 60, Franks (1969), asocia la ansiedad con un patrón de conducta que incluye sentimientos subjetivos de tensión y activación fisiológica, que se presentan como respuestas ante estímulos internos (pensamientos) y externos (ambiente).

Spielberger (1972), conceptualiza la ansiedad como un cuadro emocional transitorio, de sentimientos y pensamientos subjetivos, que se activan con la sobreactividad del sistema nervioso autónomo, que tienden a ser inmediatos y modificables a lo largo del tiempo. Asimismo, Lewis (1980), sugiere que la ansiedad es un estado emocional, en el cual un individuo experimenta miedo hacia situaciones que considera amenazantes o peligrosas. Por otro lado, este autor también la considera como un estado afectivo desproporcionado al estímulo que la provoca. También hace referencia a sensaciones corporales que un sujeto experimenta en un episodio de ansiedad, tales como, vómito, sudoración, taquicardia, sequedad de la boca, temblores, entre otros.

Al respecto, Esparza y Rodríguez (2009), definen la ansiedad como un proceso adaptativo a situaciones que un individuo percibe como amenazantes para su integridad (física y psicológica), en otras palabras, es un sistema de alerta que se acciona como una respuesta a sucesos interpretados como peligrosos. Estos autores, refieren que los estados de ansiedad, se presentan en situaciones nuevas, como, el cambio de residencia a otro lugar, donde intervienen varios factores, sociales, personales, económicos, que influyen en la conducta de las personas.

Otra conceptualización de ansiedad, la hace Lazarus (1976), manifestando que es un fenómeno que se presenta en todas las personas y que, en condiciones normales, ayuda a mejorar el rendimiento y adaptación al entorno donde se desarrolla una persona. Menciona que la ansiedad cumple una función importante, la cual consiste en buscar estrategias para afrontar adecuadamente situaciones estresantes.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



A su vez, Lang (1968), divide a la ansiedad en tres aspectos, cognitivos, fisiológicos y motores, debido a que se presenta mediante estímulos internos como externos. Bajo las mismas condiciones, un individuo puede reaccionar de manera serena y leve en estos tres aspectos, mientras que otro puede desbordarse aumentando el nivel de malestar u otro sujeto no puede mostrar reacciones; indicando que existe una alta gama de factores individuales que preceden e influyen en los estados de ansiedad.

Un concepto similar, lo presentan Sierra, Ortega y Zubeidat (2003), donde refieren que la ansiedad se presenta en:

Comportamientos: conductas compulsivas, impulsivas, de huida, inquietud motriz.

Pensamientos: preocupaciones, aceleración del pensamiento, falta de atención, concentración, motivación, entre otras.

Síntomas Fisiológicos: hiperactividad del Sistema Nervioso Autónomo.

Vargas, Villareal, Guevara y Andrade (2014), mencionan que la ansiedad es una respuesta fisiológica y psicológica, cuando se activan las sensaciones de alerta en una persona al anticipar situaciones de riesgo y amenaza próxima, los mecanismos de defensa expresan conductas de evitación, evasión, entrando en conflicto con los estímulos amenazantes.

Por otro lado, Biondi (1989), hace una distinción entre los indicadores de ansiedad (normal y patológica). Menciona que la ansiedad normal, se caracteriza por presentar episodios poco habituales, de baja intensidad sintomática y poca duración temporal, a diferencia de la ansiedad patológica, en la cual los episodios son muy frecuentes, intensos y prolongados. En la ansiedad normal, la situación activadora provoca en una persona una reacción esperable y común, mientras que en la ansiedad patológica se presentan reacciones desmedidas y exageradas. En cuanto al grado de sufrimiento, el autor hace referencia a la ansiedad normal como transitorio, siendo la ansiedad patológica un antagónico a este. En tal sentido, el grado de afectación en la vida cotidiana en una persona que padece ansiedad patológica es profundo y significativo.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



En el mismo contexto Cardona, Pérez, Rivera, Gómez y Reyes (2015), hacen una diferenciación, en donde distinguen dos formas en las que una persona puede sentir ansiedad:

- Ansiedad normal, cuando existen reacciones físicas y psicológicas como reacción ante el estímulo estresor, en este caso la respuesta del individuo es adaptativa y saludable.
- Ansiedad patológica, el sujeto experimenta malestar psicofísico intenso, habiendo o no una causa aparente, en donde las respuestas son des adaptativas y perjudiciales.

En Psicología, la ansiedad es un tema de interés, autores como Villanueva y Ugarte (2017), entienden la ansiedad como un episodio de intranquilidad, nerviosismo, en personas que perciben situaciones de peligro. Cuando sucede un estímulo que anticipa estos momentos de amenaza, el organismo se pone en alerta, dando paso a las señales físicas y mentales, en donde la reacción de una persona es buscar una salida inmediata al peligro. De la misma manera, señalan que la ansiedad es una respuesta de emergencia del cuerpo, cuando una persona se percata de correr algún riesgo inminente.

Los episodios de ansiedad, son más frecuentes en sectores con mayor exposición al estrés y factores de riesgo, por lo que Bohórquez (2007), manifiesta la necesidad de realizar estudios con poblaciones con características específicas. En este caso, menciona a los estudiantes universitarios como personas con alta exposición a factores de riesgo, tales como exigencias académicas que demandan grandes esfuerzos físicos y psicológicos, indicando que es un grupo de especial interés para el estudio de la ansiedad, debido a las muchas situaciones de estrés que se pueden presentar a lo largo de la vida universitaria.

De la misma forma, Vaillant (1977), hace referencia a la etapa de la adultez temprana, en donde generalmente el universitario es más propenso a sentir o percibir la presión y demandas de su entorno, por lo que esta etapa académica se convierte en un factor de riesgo al hablar de ansiedad.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



Varios autores hacen referencia a estos factores de riesgo Polo, Hernández y Pozo (1996), señalan que los más comunes son: el estrés académico, exámenes, alta demanda académica, falta de tiempo para cumplir con las obligaciones, presión familiar, en ocasiones relaciones interpersonales conflictivas, entre otras. Concretamente, engloban las causas de los episodios en ansiedad con elementos académicos y sociales. Bohórquez (2007), menciona que las situaciones de estrés más comunes entre los universitarios, está relacionado con factores académicos, como las prácticas pre-profesionales.

En el mismo contexto, Firth (2001) señala que tener menor tiempo para dormir, recrearse y relacionarse con otras personas, influye directamente en la presencia de ansiedad en estudiantes universitarios. Otro factor importante es el aspecto económico, cuando no se alcanzan a satisfacer todas las necesidades de un estudiante, se desencadenan reacciones adversas y episodios de ansiedad en cuanto a la realización de las actividades cotidianas, afectando la vida social y calidad de vida (Rodríguez, Rojo, Fernández, Ahmed, Lardiés, Prieto y Rojo ,2011).

Además, las dificultades económicas pueden generar desequilibrios emocionales familiares, sociales y académicos, lo cual se entiende como la falta de recursos necesarios para el desarrollo de una persona, se limitan las oportunidades en diversas actividades, y así se reducen las interacciones sociales, afrontando constantemente situaciones de estrés en donde la posibilidad de padecer ansiedad es más común (Arrieta, Díaz y González, 2014).

Pulido y Herrera (2018) indican que la situación socioeconómica ocupa un rol fundamental en la aparición de la ansiedad y entre otros trastornos. Lo cual se considera que la población con bajos ingresos económicos, se encuentra más propensa a desarrollar una anormalidad en sus niveles de ansiedad. Es decir, existe un nivel superior de ansiedad en los individuos que pertenecen a estratos socioeconómicos más bajos.

Es importante mencionar que los factores explicativos en cuanto a diferencias de género (biológicos y sociales) y cómo éstos influyen en la aparición de ansiedad (Dalla y Short, 2009). En este sentido, Arenas y Puigcerver (2009), refieren que las mujeres son más propensas a

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



desarrollar dificultades de ansiedad que los hombres, debido a que en esta etapa surgen varios cambios hormonales relacionados con la edad reproductiva.

En consecuencia, según esta revisión académica, se argumenta que la situación de movilidad interna puede ser un factor determinante en episodios de ansiedad, experimentados por estudiantes universitarios y es conveniente referir varios autores que han realizado estudios al respecto:

En Perú, Celis, Bustamante, Cabrera, Cabrera, Alarcón y Monge (2001), realizaron un estudio de tipo transversal con 98 estudiantes de medicina de primero a sexto año, encontrando mayores niveles de ansiedad en alumnos que pertenecen a la Unidad Básica de primero a cuarto ciclo 28,68 %; que en alumnos de Unidad Profesional de quinto a séptimo ciclo 19,09 %. Los factores que generaron mayores niveles de ansiedad fueron la falta de tiempo para cumplir las tareas y la sobrecarga académica.

De igual manera en Lima-Perú, Riveros, Hernández y Rivera (2007) realizaron un estudio de tipo descriptivo con un enfoque cuantitativo, su objetivo fue medir la prevalencia de depresión y ansiedad en una muestra de 500 estudiantes universitarios. La prueba para medir la ansiedad fue la Escala HADS y encontraron que prevalecieron los niveles de ansiedad en las mujeres con una media de 9,25 y en los hombres con un 8,97.

En Medellín-Colombia, Agudelo, Casadiegos, y Sánchez, (2008), su estudio de tipo descriptivo y cuantitativo pretendió identificar las características ansiosas y depresivas de un grupo de estudiantes universitarios. Sus participantes fueron 259 estudiantes universitarios, 227 mujeres y 32 hombres, se encontraban en una edad promedio de 19.73 años, con un rango de edad de 16 a 26 años, utilizaron el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo STAI para conocer los niveles de ansiedad en los participantes. Se encontró que la prevalencia de ansiedad presentó una media de 19.34 para la escala rasgo y para la escala de estado de 17.26.

Igualmente, en Madrid-España, Balanza, Morales y Guerreiro (2009) en su investigación tuvo como objetivo analizar la prevalencia de trastornos de ansiedad, depresión, factores académicos y socio familiares vinculados. Se realizó con una muestra de 700 estudiantes y se

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



aplicó la Escala de Ansiedad y Depresión de Goldberg (EADG). Se concluyó que el 47,1% de los estudiantes universitarios sufrían ansiedad, siendo el sexo femenino el de mayor proporción, además que realizaban largos desplazamientos diarios y tenían otras obligaciones extra académicas.

En Lima-Perú, Torrejón (2011) se plantearon el objetivo de describir los niveles de ansiedad rasgo y estado y los estilos y estrategias de afrontamiento en un grupo de universitarios migrantes. Se aplicó el Inventario de Ansiedad Rasgo y Estado IDARE y el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento COPE a 194 universitarios migrantes de primer ciclo (97 migrantes y 97 no migrantes). Los resultados demuestran que no se encontraron diferencias significativas en el grupo de migrantes frente al de no migrantes con respecto a las variables ansiedad o afrontamiento, en cambio sí se encontraron diferencias significativas en el grupo de migrantes según número de estresores en la variable ansiedad rasgo. Por otro lado, se hallaron correlaciones significativas altas y positivas entre las variables ansiedad estado y ansiedad rasgo.

Martínez (2014), en Madrid-España plantean una investigación con una muestra de 106 alumnos (89 mujeres y 17 varones), con una edad media de 22,09 años, el instrumento para medir la ansiedad fue el “Cuestionario de ansiedad estado-rasgo”. Los estudiantes pertenecían a dos carreras distintas de dos ciclos distintos (primer curso del Grado de Educación Social y del último curso de la Licenciatura de Pedagogía de la Facultad de Educación de la UCM). Existieron diferencias significativas en los valores correspondientes a la Escala de Ansiedad Estado, más altos en las mujeres que en los varones, esto se presentó especialmente en los estudiantes de Educación Social, es decir, aquellos estudiantes de primer ciclo.

En México, Vargas, Villarreal, Guevara y Andrade (2014), en su investigación que planteó el objetivo de identificar índices de depresión y ansiedad en estudiantes universitarios, donde participaron 500 estudiantes universitarios y se utilizó la escala de ansiedad de Hamilton. Los resultados demostraron que existe un mayor puntaje en los índices de ansiedad presentes en los estudiantes, siendo mayor prevalencia en el sexo femenino.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



Cardona, Pérez, Rivera, Gómez y Reyes (2015), realizaron una investigación en Colombia con un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y contaron con 200 participantes. En cuanto a la edad presentaron una media de 22 años; el 53 % fueron hombres; el 34,5 % adolescentes; y el 66,5 % pertenecen a la clase media. El objetivo de esta investigación fue determinar la prevalencia de ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Medellín y su asociación con aspectos sociodemográficos y académicos. Para medir la ansiedad se utilizó la Escala de Zung. Los resultados demostraron que la prevalencia de ansiedad fue del 58 %, con un 55 % en grado leve, se presentó una distribución estadística igual según el sexo y la edad, no se encontró asociación con el ciclo de formación, programa académico, créditos matriculados ni la ocupación. La presencia de ansiedad fue menor en los estudiantes de clase media.

González y Hernández (2017), en su investigación realizada en Colombia cuyo enfoque fue cuantitativo de tipo descriptivo, tuvo en cuenta los niveles de ansiedad de los estudiantes según sexo y programa académico. Se utilizó la Escala de Autoevaluación de Ansiedad de Zung (EAA). Se analizó información de 1097 estudiantes. Encontraron que el 38.3% de los encuestados no cumplían con criterios de ansiedad; el 45% presentaron ansiedad mínima, el 15% presentó ansiedad severa, un poco más del 1% presentó ansiedad en grado máximo; los niveles de ansiedad severa demostraron ser prevalentes en las mujeres que en los varones.

Cobo (2018) en su investigación realizada en Quito-Ecuador, con una muestra de 131 estudiantes universitarios de primer semestre de tres carreras de Psicología (Clínica, Infantil, Psico rehabilitación e Industrial), se aplicó la escala de Ansiedad de Beck y se encontró que las mujeres evidencian mayor nivel de ansiedad con un 67 % a comparación de los hombres con un 33%. Se determina que tres de las carreras de estudio tienen similitud en niveles de ansiedad leve, a comparación de la otra en la cual prevalecen niveles de ansiedad moderada.

En Cuenca, Crespo (2018) realizó una investigación con 50 estudiantes, 46 % hombres y 54 % mujeres que se encontraban cursando el tercer año de bachillerato de edades comprendidas entre 16 y 23 años. El objetivo de la investigación fue identificar los niveles de ansiedad de los estudiantes que se encuentran en proceso de transición a la universidad antes y después de rendir los exámenes de ingreso. Se aplicó la escala de ansiedad de Hamilton y se encontró que

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



el 65 % de los hombres antes de rendir los exámenes obtuvieron ansiedad leve y luego de los exámenes el 70 % presentaron ansiedad moderada y las mujeres antes de rendir el examen el 67 % obtuvieron ansiedad leve y un 59 % de ansiedad moderada luego de rendir los exámenes.

Granados, Gómez, Islas, Maldonado, Martínez y Pineda (2020), en su estudio realizado en México, cuya investigación fue de tipo descriptiva, observacional-transversal, tuvo como objetivo comparar las prevalencias de ansiedad, depresión y conducta suicida entre alumnos de medicina y de otras carreras. La muestra estuvo conformada por un total de 328 universitarios, 138 hombres y 190 mujeres, de edades comprendidas entre los 17 y 22 años. La distribución de la muestra fue: 164 estudiantes pertenecen a medicina (92 de primer grado y 72 de último grado) y 164 estudiantes de otras carreras, 137 estudiantes fueron de procedencia local y 191 estudiantes en condición de movilidad interna. Se utilizó la Escala de Ansiedad de Hamilton para conocer los niveles de ansiedad y se encontró que existió una prevalencia general de ansiedad de 31,4 %, para los estudiantes de medicina, la prevalencia fue mayor con un 58,5 %. Las mujeres presentan mayor prevalencia de ansiedad que los varones tanto en la carrera de medicina con un 62,5 % como de las demás carreras. Además, se encontró que los estudiantes de último ciclo tanto de la carrera de medicina como de otras carreras presentan altos niveles de ansiedad: 94,4 % y 13,8 % respectivamente.

Nuestra propuesta de investigación, se justifica debido a que posiblemente los universitarios posean niveles de ansiedad altos que necesiten intervención psicológica temprana y oportuna. Los beneficiarios directos gracias a los resultados de la investigación serían los estudiantes pertenecientes al estudio, lo cual la información permitirá informar a docentes, autoridades y al Departamento de Bienestar Universitario sobre esta realidad, de esta manera se considere plantear una línea de acción de interés, promoviendo una mejor adaptación de los estudiantes en la vida universitaria.

Además, nuestra investigación, permitirá que investigaciones futuras obtengan una base para otros estudios relacionados con la temática, en nuestra localidad. Es un estudio viable, debido a que contamos con el instrumento necesario, de fácil aplicación y calificación, y es factible porque se contó con el acceso a la información y a los participantes para desarrollar el

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



estudio.

Ante lo expuesto, se plantea la pregunta de investigación y los objetivos de este estudio: ¿Cuáles son los niveles de ansiedad presentes en estudiantes de la Facultad de Psicología en condición de movilidad interna? De donde se desprende el objetivo general, el cual es, describir los niveles de ansiedad presentes en estudiantes de la Facultad de Psicología en condición de movilidad interna; mientras que los objetivos específicos, se encaminaron en comparar los niveles de ansiedad presentes en los estudiantes de psicología en condición de movilidad interna, según variables sociodemográficas como: edad, sexo, ciclo, lugar de proveniencia, lugar de residencia, entre otros.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



PROCESO METODOLÓGICO

Método de investigación

Este trabajo de investigación, se desarrolló desde un enfoque cuantitativo, debido a que se recolectaron y analizaron datos, basados en mediciones numéricas y estadísticas, además pertenece a un diseño no experimental, puesto que no se manipularon las variables de estudio; posee un corte transversal, en el que se levantaron los datos en un período de tiempo determinado; y con un alcance descriptivo, lo que permitió especificar las características de las personas según variables de estudio (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). Cabe recalcar que fue posible establecer comparaciones entre las variables.

Población

El estudio inicialmente estuvo conformado por 169 estudiantes de primero a decimo ciclo en condición de movilidad interna de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, Ecuador, durante el período 2019-2020. Se escogió trabajar con grupos de estudiantes universitarios, tomando como referencia a Bohórquez (2007), donde menciona que esta población se encuentra frente a frente con demandas ambientales fuertes a niveles físico y psicológico, situaciones de estrés, que pueden ser indicadores específicos de ansiedad.

Al depurar instrumentos incompletos y al aplicar criterios de exclusión, finalmente se obtuvo 159 casos válidos.

Criterios de Inclusión y Exclusión

Como criterios de inclusión, fueron tomados en cuenta todos los estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, que se encuentren en condición de movilidad interna; otro criterio de inclusión que se tomó en cuenta fue el estar matriculados en el período académico 2019 – 2020; en el caso de los estudiantes de primer ciclo solamente se incluyó a los mayores de edad y estudiantes que vivan o no en la ciudad de Cuenca.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



Se excluyó a los estudiantes que no quisieron participar voluntariamente firmando el consentimiento informado.

Instrumentos

- a) Se empleó una ficha sociodemográfica (Anexo 2), con la finalidad de levantar información importante de la muestra, se consideró las siguientes variables: sexo, edad, región de procedencia, región, ciclo que cursa, nivel socioeconómico, según con quien vive y cuantas horas duerme.
- b) El instrumento que se implementó en el estudio para conocer los niveles de ansiedad de los estudiantes, fue la Escala de Ansiedad de Hamilton (HAM-A), adaptada a la versión española por Lobo, Chamorro, Luque, Dal-Ré, Badia y Baró (2002). El alfa de Cronbach es de 0.79 a 0.86, lo que demuestra un nivel aceptable del coeficiente de confiabilidad del instrumento. La escala evalúa el nivel de ansiedad por medio de dos categorías: subescala psíquica y subescala somática, que a su vez se encuentra compuesta por 14 ítems diseñados para cuantificar la gravedad de la ansiedad. Se aplica a personas adultas, de manera individual o colectiva. Para su interpretación, una puntuación entre 0 a 5 puntos significa ausencia de ansiedad en el individuo, una puntuación de 6 a 14 indica un nivel leve de ansiedad y, por último, si obtenemos una puntuación de 15 o más, indica un nivel moderado a grave de ansiedad. (Anexo 2).

Procedimiento y análisis de datos

Se identificó a los estudiantes en condición de movilidad interna, mediante una solicitud entregada en la Dirección de Tecnologías de Información y Comunicación de la Universidad de Cuenca (DTIC), consultando la base de datos de los estudiantes que sean provenientes de otra ciudad y que vivan o no en la ciudad de Cuenca. Posterior a ello se gestionó el permiso necesario con las autoridades de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, para acceder a la aplicación de los instrumentos a los estudiantes y levantar los datos para el estudio.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



La aplicación de los instrumentos se realizó de manera colectiva, luego de dos semanas de los exámenes del primer interciclo. Se realizó en las aulas, donde se informó a los estudiantes sobre el tema, los objetivos de investigación, los procedimientos y la importancia de su participación voluntaria de carácter anónimo, mediante el consentimiento informado. Se brindó las instrucciones necesarias para solventar dudas, esta actividad duró alrededor de 15 a 20 minutos por curso.

Para el análisis de datos se depuró información, se excluyó instrumentos incompletos, incoherentes o con doble respuesta. Posteriormente, se elaboró una base de datos en el programa estadístico SPSS V25.0, para el procesamiento de información. Se empleó procesos estadísticos como el alfa de Cronbach, procesamiento de casos y estadísticos descriptivos; además se utilizó Excel para elaborar tablas y gráficos.

Se agrupó las variables edad y ciclos, debido a que existió una dispersión de datos en estas variables; la edad se agrupó en adolescencia tardía de 17 a 20 años y adultez temprana de 21 a 40 años según la concepción de la Organización Mundial de la Salud (2018); los ciclos se agruparon según el Consejo de Educación Superior (2013) en su reglamento del régimen académico, indica tres unidades: Unidad Básica (de 1ero a 4to ciclo), Unidad Profesional (de 5to a 7mo ciclo) y Unidad de Titulación (de 8vo a 10mo ciclo).

En cuanto a la puntuación total en la escala de ansiedad se caracterizó como “ausencia de ansiedad”, “nivel leve de ansiedad” y “nivel de moderada a grave de ansiedad” considerando como punto de corte la media. Se empleó estadística descriptiva para obtener frecuencias, porcentajes, valores mínimos y máximos, media y desviación típica tanto para caracterizar la muestra como para describir las variables de estudio.

Se utilizó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, para verificar la utilización de pruebas no paramétricas, de esta manera poder comparar los niveles de ansiedad presentes en los participantes según variables sociodemográficas. Finalmente, se utilizó la prueba no paramétrica de Kruskal-Wallis donde se conocieron las variables más influyentes, que resultan en altos niveles de ansiedad.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



Aspectos éticos

El presente trabajo se ajustó a los principios éticos donde se garantizó la participación voluntaria el anonimato, se aplicó el consentimiento informado (Anexo 1) y se mantuvo la confidencialidad de los datos brindados por los participantes. De la misma manera, se citó y referenció correctamente las fuentes de información consultada, respetando el trabajo de otros autores.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles

**PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS**

El estudio estuvo constituido por un total de 159 participantes, de los cuales 64 son hombres (40.25 %) y 95 mujeres (59.75%). En cuanto al lugar de procedencia, el 13.8 % son de la Región Costa, el 72.3 % provienen de la Región Sierra, 13.2 % de estudiantes procede de la Región Oriente y el 0.06 % estudiante proviene de la Región Galápagos. El 27.7 8% de los estudiantes se encuentran en la Unidad básica, el 40,3 % en la Unidad Profesional y el 32,1 % en la Unidad de Titulación. El 31.4 % de los estudiantes viven con sus “familiares cercanos”, el 28,3 % viven “solos”, el 22.6% con “mis dos padres” y el 17.6 % viven con “un amigo”.

Tabla 1. Datos Sociodemográficos

Sexo	Hombres	%	Unidades según el CES	
			Unidad Básica	
	64	40.25 %	44	27.8 %
	Mujeres		Unidad Profesional	
	95	59.75 %	64	40.3 %
			Unidad de Titulación	
			51	32.1 %
Edad	Adolescencia Tardía		Situación económica	
	96	60.3%	Mala	
	Adulterez Temprana		3	1.8 %
	103	39.6 %	Regular	
Región de procedencia	Costa		81	50.94%
	22	13.8%	Buena	
	Sierra		72	45.28%
	115	72.3%	Muy buena	
	Oriente		3	1,89%
	21	13.2%	Familiares cercanos	
	Galápagos		50	31.4%
	1	0.06%	Con quién vive	
			Solos	
			45	28.3 %
			Con mis dos padres	
			36	22,60%
			Con un amigo	
			28	0

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles

Nivel de ansiedad global

En lo que respecta al nivel de ansiedad global, indica una media 2.36, ubicando a la mayor parte de los participantes en los cuartiles 2 y 3 (nivel leve y moderado a grave de ansiedad). El 46.5 % de los estudiantes presentan un nivel de ansiedad de moderada a grave, el 42.8 % poseen un nivel de ansiedad leve y el 10.7 % de los estudiantes no demuestran ansiedad (Gráfico1).

Estos resultados concuerdan con los de Weishaar (2008) manifiesta que los cambios que conlleva el proceso de aculturación e incorporación a la universidad, se pueden percibir como una situación estresante entre los estudiantes, elevando sus niveles de ansiedad. Agudelo, Casadiegos y Sánchez (2008) explican que la ansiedad es la afección mental más registrada en los centros de salud y con mayor presencia en el ámbito universitario. Torrejón (2011); Granados, Gómez, Islas, Maldonado, Martínez y Pineda (2020), en sus investigaciones encontraron altos niveles de ansiedad en universitarios en situación de movilidad interna.

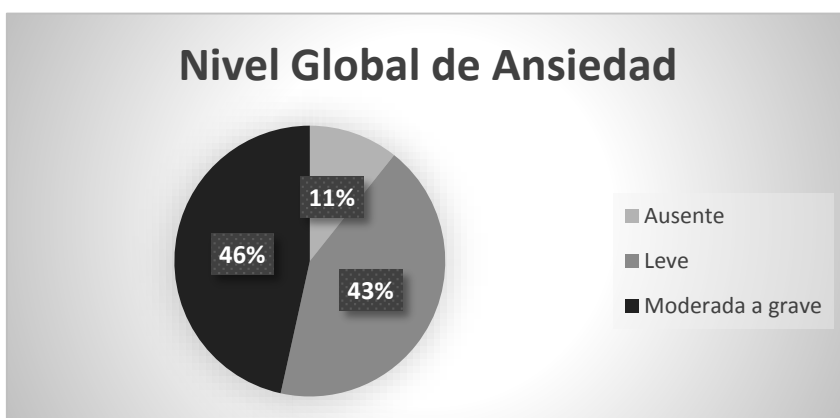


Gráfico 1: Nivel global de ansiedad



Niveles de ansiedad según variables sociodemográficas

Tabla 2. Niveles de Ansiedad Según Sexo

	Hombres		Mujeres	
	64 (40.25 %)		95 (59.75 %)	
Nivel de ansiedad	<u>N</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>
Ausente	5	3.15	12	7.55
Leve	28	17.60	40	25.15
Moderado a grave	31	19.50	43	27.05
Total	64	40.25	95	59.75

Los resultados indican que las mujeres experimentan mayor ansiedad que los hombres, en los tres niveles de ansiedad propuestos por la escala de Hamilton. Arenas y Puigcerver (2009), señalan que las mujeres en etapa universitaria tienden a ser más propensas a sentir ansiedad con mayor frecuencia, debido a los cambios hormonales de la edad reproductiva.

Granados, et al (2020) encontraron mayor prevalencia de ansiedad en las mujeres que en los varones, en comparación con los estudiantes de medicina y con los de otras carreras. De igual forma, estos resultados se relacionan con estudios realizados por Vargas, Villarreal, Guevara y Andrade (2014); Riveros, Hernández y Rivera (2007), Cobo (2018) y Martínez (2014), que encontraron diferencias significativas según el sexo, indicando que las mujeres puntúan alto en ansiedad en comparación con los hombres. De igual manera Agudelo, Casadiegos y Sánchez (2008) y Carrillo (2008) en sus resultados indicaron que, en la población universitaria, las mujeres presentan altos niveles de ansiedad que los hombres.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles

*Tabla 3. Niveles de Ansiedad Según la Edad*

	Adolescencia tardía		Adulthood Temprana	
	<u>N</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>
Ausente	6	12	11	10.1
Leve	22	44	46	42.2
Moderada a grave	22	44	52	47
Total	50	100	109	100

Los niveles de ansiedad de los estudiantes, según la edad, presentan un puntaje igual en la adolescencia tardía tanto en el nivel leve como de moderado a grave; en cuanto al nivel moderado a grave en la adultez temprana se observa un puntaje superior. No existe una diferencia significativa entre las dos edades comparadas. Cardona et. al (2015) encontraron en su estudio que los niveles de ansiedad presentaron una distribución estadística igual según la edad. Sin embargo, Vaillant (1977) menciona que, durante la adultez temprana, el universitario se encuentra propenso a presentar niveles elevados de ansiedad provocado por las presiones ambientales.

Tabla 4. Niveles de Ansiedad Según las Regiones de Procedencia

Niveles	Costa %	Sierra %	Oriente %
Ausente	13.6	9.6	14.3
Leve	50,00	42.6	38.1
Moderado a grave	36.4	47.8	47.6
Total	100	100	100

Se observa que en la Región Sierra y Oriente se encuentra un puntaje similar de participantes con ansiedad ubicado en el nivel moderado a grave, pese a existir un mayor número de

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



estudiantes en la región Sierra (55), que en el Oriente (10). En cambio, existió un porcentaje diferente en cuanto a la presencia de ansiedad de moderado a grave en la Región Costa 36.4 %. En cuanto a la Región Galápagos, el único participante de esa localidad, puntuó un nivel de ansiedad de moderada a grave.

Esparza y Rodríguez (2009) refieren que los altos niveles de ansiedad en los universitarios, se presentan debido que atraviesan situaciones nuevas, como el cambio de residencia a otro lugar, donde intervienen varios factores, sociales, personales, económicos, que influyen en la conducta de las personas.

Tabla 5. Niveles de Ansiedad Según los Períodos Académicos

	Unidad Básica		Unidad Profesional		Unidad de Titulación	
	<u>N</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>
Ausente	4	9.1	8	12.5	5	9.8
Leve	18	40.9	31	48.4	19	37.3
Moderada a grave	22	50	25	39.1	27	52.9
TOTAL	44	100	64	100	51	100

En las unidades de organización curricular se encontró que el 50% de los estudiantes pertenecientes a la Unidad Básica y el 52,9 % de los universitarios de la Unidad de Titulación puntuaron un nivel de ansiedad moderado a grave. Granados et al (2020) encontraron mayor prevalencia de ansiedad los estudiantes de Unidad de titulación es decir los que se encuentran en último grado de carrera universitaria, tanto los que estudian medicina como de cualquier otra carrera.

En cambio, el estudio realizado por Celis et al. (2001) encontraron mayores niveles de ansiedad en alumnos que pertenecen a la Unidad Básica de primero a cuarto ciclo 28,68 %; que en alumnos de Unidad Profesional de quinto a séptimo ciclo 19,09 %, los factores que tienden a generar mayores niveles de ansiedad fueron la falta de tiempo para cumplir las tareas y la sobrecarga académica.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



Tabla 6. Niveles de Ansiedad Según con Quien Vive

Nivel de ansiedad	Solo		Con mis padres		Familiares Cercanos		Con amigos	
	<u>N</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>
Ausente	1	2.2	4	11.1	8	16	4	14.3
Leve	22	48.9	15	41.7	18	36	13	46.4
Moderado a grave	22	48.9	17	47.2	24	48	11	39.3
Total	45	100	36	100	50	100	28	100

Según los resultados, se evidenciaron puntuaciones altas y similares en los niveles de ansiedad de moderado a grave, quienes indicaron que viven solos, con sus padres y familiares cercanos. Estos resultados se contraponen con Balanza (2009), que indica especialmente que los universitarios que viven con su familia presentan menores niveles de ansiedad, en lo cual difiere con los resultados de nuestro estudio ya que los estudiantes en situación de movilidad interna que viven con sus padres o familiares tienden a presentar mayores niveles de ansiedad en comparación con la variable “vive con amigos” que es el porcentaje más bajo en el nivel de ansiedad.

Por otro lado, Arco, López, Heilborn y Fernández (2005), mencionan que los estudiantes que viven solos presentan altos niveles de ansiedad, debido a la distancia física del núcleo familiar, el aumento de responsabilidades personales, entre otras situaciones que pueden resultar factores de riesgo.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles

Tabla 7. Nivel de Ansiedad Según la Situación Económica

	Mala		Regular		Buena		MB	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Ausente	0	0	6	7.4	11	15.3	0	0
Leve	1	33	34	42	33	45.8	0	0
Moderada a grave	2	67	41	50.6	28	38.9	3	100
Total	3	100	81	100	72	100	3	100

Nota: MB = Muy Buena

Los estudiantes que se encuentran en una situación económica mala y regular poseen mayores niveles de ansiedad moderada a grave en un 67 % y 50.6 % en comparación con los que tienen una situación económica buena con un 38.9 %. Estos resultados se explican según Pulido y Herrera (2018) indicando que la situación socioeconómica ocupa un rol fundamental en la aparición de la ansiedad y entre otros trastornos. Lo cual se considera que la población con bajos ingresos económicos, se encuentra más propensa a desarrollar una anomalía en sus niveles de ansiedad. Es decir, existe un nivel superior de ansiedad en los individuos que pertenecen a estratos socioeconómicos más bajos.

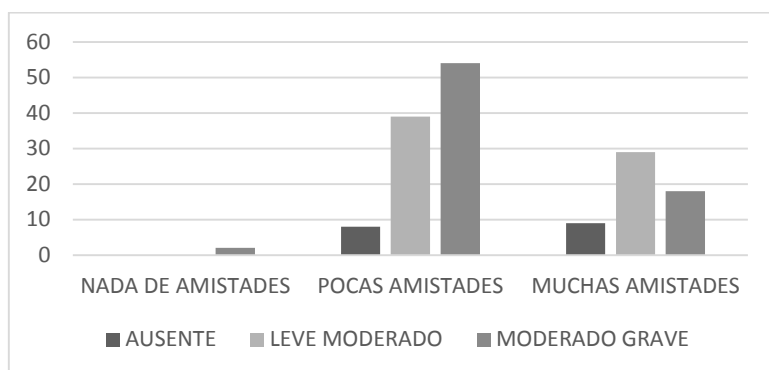


Gráfico 2: Nivel de ansiedad según círculo de amistades

En cuanto a la variable de amistades y el nivel de ansiedad de los estudiantes en movilidad interna existe una relación significativa entre estas dos variables ($p < 0.05$), el no tener relaciones de amistades estables dentro de círculo de pares es un factor que predispone a presentar altos niveles representativos de ansiedad. Se encontró que el 53.5 % de la población señaló que tienen pocas amistades y poseen un nivel de ansiedad de moderada a grave en

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



comparación con los que tienen muchas amistades 32.1 %. Ramos (2013), indica que la movilidad interna implica varios sucesos vitales significativos y entre ellos conocer una nueva cultura y fomentar nuevas relaciones sociales puede conllevar a procesos ansiosos en los estudiantes.

Niveles de ansiedad según cuántas horas duerme.

Los resultados demostraron que del total de los universitarios que duermen *menos de 7 horas*, presentan niveles de ansiedad moderada a grave el 52.4 % lo cual se encontraron diferencias significativas ($p < 0.05$) en comparación con estudiantes que *Duermen entre 7 y 8 horas* 33.3 % y los que *Duermen más de 8 horas* 50 %, esto explicaría que a menos horas de sueño mayor prevalencia de ansiedad. Vilchez, et al 2016), señalan que el incremento de actividades diarias, las responsabilidades académicas, pueden limitar las horas de sueño y por ende presentar mayores niveles de ansiedad.

Además, Firth (2001) indica que un mayor grado de estrés y ansiedad presentes en los universitarios está ligado a que los estudiantes tienen un menor tiempo de sueño, debido a que la mayoría invierten su tiempo en cargas académicas y actividades extracurriculares.

Tabla 8. Niveles de Ansiedad Según Cuantas Horas Duerme

	menos de 7 horas		entre 7 y 8 horas		más de 8 horas	
	<u>N</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>
Ausente	5	4.8	11	22.9	1	16.7
Leve	45	42.9	21	43.8	2	33.3
Moderado a grave	55	52.4	16	33.3	3	50



CONCLUSIONES

Se encontró que la mayoría de estudiantes universitarios en condición de movilidad interna en la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca matriculados en el período septiembre 2019 enero 2020, se encuentran en niveles leve y moderado a grave de ansiedad.

Si bien es cierto las diferencias de sexo no fueron significativas, pero se encontró una discrepancia leve entre hombres y mujeres que en varios estudios anteriores se ha mantenido. La mayor parte de resultados concuerdan con que la presencia de episodios de ansiedad en la población estudiada de universitarios en condición de movilidad interna, se deben a factores psicológicos, biológicos, sociales y culturales; algunos mostraron resultados más significativos e interesantes que otros. Con respecto a la región de donde provienen los estudiantes, se encontró datos importantes en el factor moderado a grave de ansiedad en los resultados de región sierra y oriente, que puede significar en dificultades de adaptación a varios aspectos, como la cultura de otra localidad, el clima, el pensamiento colectivo, distancia familiar, entre otras.

Se encontró que los altos niveles de ansiedad pueden estar relacionados con dificultades de adaptación y carga académica, como se nota en los resultados de edad y periodo académico, entendiendo que los adolescentes tardíos presentan ansiedad por el acercamiento a un nuevo ambiente (universitario) y los adultos tempranos ya experimentan la carga académica de ciclos superiores. Además, en el factor periodo académico, también se nota que los de unidad básica y de titulación son los que más presentan ansiedad en este estudio, en este aspecto puede haber muchos factores desencadenantes de ansiedad en cada etapa estudiantil.

Los datos más importantes que se encontraron en la comparación, fueron en la variable de amistades y horas de sueño, en donde los altos niveles de ansiedad en los participantes, correlacionaban significativamente con estos factores, indicando que mientras menos horas de sueño y menos amigos o calidad de relaciones sociales, se puede experimentar mayores niveles de malestar.

Es necesario tomar en cuenta que este estudio se hizo con estudiantes universitarios en condición de movilidad interna, así que los datos no podrían ser generalizados a otros grupos

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



poblacionales, pero más bien estos resultados abren puertas para estudios próximos con personas en otras condiciones y comprobar si se tienden a mantener, esto ayudaría a la comprensión e intervención en los problemas de ansiedad.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



RECOMENDACIONES

Según lo expuesto a lo largo de este trabajo de titulación, se considera pertinente crear espacios para los estudiantes universitarios en condición de movilidad interna, en donde se pueda intervenir para reducir los niveles de ansiedad.

Además, es necesario continuar con otras investigaciones que indaguen a fondo aspectos como la calidad del sueño o habilidades sociales, que posiblemente estén relacionados con la ansiedad en las personas, lo cual ampliaría el campo de estudio y comprensión acerca de esta variable. Uno de los resultados más interesantes de este estudio, fue la relación del nivel de ansiedad y la calidad de relaciones sociales de los estudiantes, en este sentido, sería importante conocer si en otro grupo de personas en diferentes condiciones se presenta de la misma manera.

Este estudio estuvo dirigido a la población universitaria en condición de movilidad interna, como una herramienta que brinda información sobre la ansiedad y dificultades en la vida estudiantil, por lo que esta investigación puede ser utilizada como fuente de información y comprensión.

El objetivo final es complementar el conocimiento científico y abriendo paso para buscar factores de protección e intervenir eficazmente en el manejo de ansiedad.

La limitación principal para la realización de este estudio, fue la cantidad reducida de participantes, sería interesante conocer datos de otras Facultades de la Universidad.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Agudelo, D. M., Casadiegos, C. P., y Sanchez., D. L. (2008). Características de ansiedad y depresión en estudiantes. *Interntional journal of Psychological Research*. 1(1), 34-39.
- Arrieta, K. M., Díaz, S., y González, F (2014). Síntomas de depresión y ansiedad en jóvenes universitarios: prevalencia y factores relacionados. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 1 (7), 14-22.
- Arco, J. L., López, S., Heilborn, V. A. y Fernández, F. D. (2005). Terapia breve en estudiantes universitarios con problemas de rendimiento académico y ansiedad: eficacia del modelo “La Cartuja”. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 5 (3), 589-608.
- Arenas, M. C. y Puigcerver, A. (2009). Diferencias entre hombres y mujeres en los trastornos de ansiedad: una aproximación psicobiológica. *Escritos de Psicología*, 3(1), 20-29.
- Balanza, S., Morales, I y Guerrero, J. (2009). Prevalencia de Ansiedad y Depresión en una Población de Estudiantes Universitarios: Factores Académicos y Socio-familiares Asociados. *Clínica y Salud*, 20(2),177-187.
- Berry, J. W. (1990). Psicología de la aculturación: comprensión de los individuos que se mueven entre culturas. doi.org/10.4135/9781483325392.n11
- Biondi, M. (1989): *Psicobiología y terapéutica de la ansiedad en la práctica médica*. Barcelona, España: Lab. Wyeth.
- Bohórquez, A. (2007). *Prevalencia de depresión y ansiedad según las escalas de Zung y evaluación de la asociación con el desempeño académico en los estudiantes de medicina de la Pontificia Universidad Javeriana* (tesis de maestría). Pontificia Universidad Javeriana, Colombia.
- Cardona, J. A., Pérez, D., Rivera, S., Gómez, J., y Reyes, A. (2015). Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista diversitas - Perspectivas en psicología*, 11(1), 79-89.
- Carrillo, I. C. (2008). *Ansiedad en Estudiantes Universitarios*. Universidad Autónoma de ciudad Juárez.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



- Celis, J., Bustamante, M., Cabrera, D., Cabrera, M., Alarcón, W., y Monge, E. (2001). Ansiedad y Estrés Académico en Estudiantes de Medicina Humana del Primer y Sexto Año. *Anales de la Facultad de Medicina*, 62(1), 25-30.
- Cobo, L. (2018). dspace.uce.edu.ec. Trabajo de postgrado:
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/15786/1/T-UCE-0007-CPS-008.pdf>
- Crespo, E. (2018). dspace.uazuay.edu.ec. Trabajo de postgrado:
<http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/8554/1/14244.pdf>
- Consejo Educación Superior (2013). Reglamento de Régimen Académico Consejo Educación Superior. Recuperado de <http://www.ces.gob.ec/lotaip/2018/Enero/Anexos%20Procu/An-lit-a2%20Reglamento%20de%20R%C3%A9gimen%20Acad%C3%A9mico.pdf>
- Dalla, C. y Shors T. (2009). Sex differences in learning processes of classical and operant conditioning. *Physiol Behav*, 97(2), 229-238.
- Esparza, N. y Rodríguez, M. C. (2009). Factores contextuales del desarrollo infantil y su relación con los estados de ansiedad y depresión. *Revista Diversitas. Perspectivas en Psicología*, 5 (1), 47-64.
- Firth J. (2001). Medical student stress. *Med Educ*, 35(1), 6-7.
- Flores, A., Espejel, A y Martell, L.(2016). Discriminación de género en el aula universitaria y en sus contornos. *Revista Ra Ximhai*. 12(1) ,49-67.
- Franks, C. M. (1969). *Behavior therapy: Appraisal and status*. New York, United States: McGraw-Hill.
- Granados, J., Gómez, O., Islas, M., Mladonado, G., Martínez, H., Pineda, A. (2020). Depresión, ansiedad y conducta suicida en la formación médica en una universidad en México. *Investigación en educación Médica*, 9 (35) ,65-74.
- González Correa, A., y Hernández Ramírez, E. M. (2017). Diferencias entre los niveles de ansiedad en estudiantes de pregrado de ingeniería de la Universidad de Antioquia. *Revista VII Clabes*.1 (1), 1-8.



- Hans de Wit, Jaramillo, I. C., Gácel, K., y Knigh, J. (2005). *Educación Superior en Latinoamérica La dimensión internacional*. Colombia: Mayol Ediciones.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández, C., y Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación* (6ta ed.). México D.F.: McGraw-Hill/Interamericana Editores.
- Lang, PJ (1968). *Reducción del miedo y comportamiento del miedo: problemas al tratar un constructo*. En JM Shlien (Ed.), *Investigation en psicoterapia*, 3, 90-102. doi.org/10.1037/10546-004.
- Lazarus, R. S. (1976). Discussion. En G. Serban (Ed.). *Psychopathology of human adaptation*. Nueva York, United States: Plenum.
- Lewis, A. (1980). Problems presented by the ambiguous word anxiety as used in psychopathology. In G. D.
- Lobo, A., Chamorro L., Luque, A., Dal-Ré, R., Badia, X. y Baró, E. (2002). Validación de las versiones en español de la Montgomery-Asberg Depression Rating Scale y la Hamilton Anxiety Rating Scale para la evaluación de la depresión y de la ansiedad. *Medicina Clínica*, 118(13), 493-499.
- Llanos, D (2006). Migración campo-ciudad en los Andes. *Revista de Ciencias Sociales Fundemos*. 83 (1), 1-23. doi.org/10.17141/iconos.68.2020.4128
- McLachlan, D. y Justice, J. (2009). A Grounded theory of international student well-being. *Journal of theory construction & testin*, 13 (1), 27-32.
- Martínez, 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*, 29(2), 63-78.
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Depresión, datos y cifras*. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Obregón, N. y Rivera, M. E. (2015). Impacto de la migración del padre en los jóvenes: cuando la migración se convierte en abandono. *CienciaUAT*, 10(1), 56-67.
- Polo, A., Hernández, J. & Pozo, C. (1996). Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios. *Ansiedad y estrés*, 2 (3), 159-172.

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



- Pulido, F., y Herrera, F. (2018). Influencia de las variables sociodemográficas sobre la ansiedad y el rendimiento académico adolescente: el contexto pluricultural de Ceuta. *Revista UCR*, 1(3), 2-8.
- Ramos, M. (2013). Integración universitaria de estudiantes foráneos. Los estudiantes y la universidad: integración, experiencias e identidades, Asociación de Universidades e Instituciones de Educación Superior (ANUIES), México: Carlota Guzmán.
- Riveros, M., Hernández, H. y Rivera, J. (2007). Niveles de ansiedad y depresión presentes en universitarios de lima metropolitana. *Revista IIPSI*, 10 (1), 91-102.
- Rodríguez, J. (2008). Migración interna de la población joven: el caso de América Latina. *Revista Latinoamericana de Población*, 2 (3), 9-26.
- Rodríguez, V., Rojo, F., Fernández, G., Ahmed, K., Lardiés, R., Prieto, M. y Rojo, J. (2011). Recursos económicos y calidad de vida en la población mayor. *Revista Internacional de Sociología*, 69(1), 195-227.
- Spielberger, C. (1972). *Ansiedad: tendencias actuales de la teoría y la investigación*. New York: Academic Press.
- Sierra, J. C., Ortega, V. y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar E Subjetividades*, 3 (1), 10-59.
- Torrejón, C. F. (2011). Ansiedad y afrontamiento en universitarios migrantes (tesis de grado). Pontificia Universidad Católica de Perú, Perú.
- Universidad de Cuenca. (2018). Informe de Gestión. Recuperado de <https://www.ucuenca.edu.ec>
- Vargas, M.C., Villarreal, K., Guevara, C. y Andrade, Y. M. (2014). Depresión y ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento*, 5 (1), 36-44.
- Vaillant, G.E. (1977). *Adaptation to life*. Boston, United States: Little Brown.
- Vilchez J., Quiñones, D., Failoc, V., Acevedo, T., Larico, G., Mucching, S., Smith, J., Aquino, P., Córdova, J., Huerta, A., Espinoza, J., Palacios, L., y Díaz, C. (2016). Salud mental y calidad de sueño en estudiantes de ocho facultades de medicina humana del Perú. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 54(4), 272-281. doi.org/10.4067/S0717-92272016000400002

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



- Villanueva, L. E., y Ugarte, A. R. (2017). Niveles de ansiedad y la calidad de vida en estudiantes de una universidad privada de Arequipa. *Avances en psicología: Revista de la facultad de psicología y humanidades*, 25(2), 153-169. doi.org/10.33539/avpsicol.2017.v25n2.351
- Weishaar, H. B. (2008). Consecuencias de la migración internacional: un estudio cualitativo sobre el estrés entre los trabajadores migrantes polacos en Escocia. *Europe PMC*, 122, 1250-1256. doi: 10.1016/j.puhe.2008.03.016.



ANEXOS

Anexo 1. Consentimiento informado.

UNIVERSIDAD DE CUENCA COMITÉ DE BIOÉTICA EN INVESTIGACIÓN DEL ÁREA DE LA SALUD			
FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO			
Título de la investigación: Niveles de ansiedad en estudiantes de condición de movilidad interna de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca, durante el período septiembre 2019- febrero 2020.			
Datos del equipo de investigación:			
	Nombres completos	# de cédula	Institución a la que pertenece
Investigador Principal	Carlos Enrique Marín Vivar	1400629042	UNIVERSIDAD DE CUENCA
Investigador Principal	Ana Belén Quintuña Robles	0106433691	UNIVERSIDAD DE CUENCA
¿De qué se trata este documento?			
Usted está invitado(a) a participar en este estudio sobre los Niveles de ansiedad en estudiantes en condición de movilidad interna de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, en el período septiembre 2019 y febrero 2020. En este documento llamado "consentimiento informado" se explica las razones por las que se realiza el estudio, cuál será su participación y si acepta la invitación. También se explica los posibles riesgos, beneficios y sus derechos en caso de que usted decida participar. Después de revisar la información en este Consentimiento y aclarar todas sus dudas, tendrá el conocimiento para tomar una decisión sobre su participación o no en este estudio. No tenga prisa para decidir. Si es necesario, lleve a la casa y lea este documento con sus familiares u otras personas que son de su confianza.			
Introducción			
La ansiedad es uno de los estados que atraviesan los seres humanos en el diario vivir, en los diferentes contextos: familiar, académico, social o laboral. A nivel local, no existen estudios que se interesen por conocer los niveles de ansiedad presentes en estudiantes de condición de movilidad interna, en este caso dentro de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, lo cual complementaría con una línea de acción e intervención a posterior.			
La razón por la cual usted ha sido seleccionado como participante de nuestra investigación se debe a que posee características propias que le incluyen en el estudio, es decir es usted un estudiante en condición de movilidad interna y pertenece a la facultad de Psicología.			
Objetivo del estudio			
Describir los niveles de ansiedad presentes en los estudiantes de la Facultad de Psicología en condición de movilidad interna.			
Descripción de los procedimientos			
Usted debe cumplimentar una prueba que consta de 14 ítems de escala que evalúa el nivel de ansiedad, esto le tomará aproximadamente entre 15 a 20 minutos de su tiempo. Para esta participación se tomará a todos los estudiantes en condición de movilidad interna de la carrera de psicología en su total de 169 alumnos matriculados en la Facultad de Psicología, lo cual tú formas parte de ellos.			
Riesgos y beneficios			
Su participación en nuestra investigación podría causar mínimos riesgos físicos, emocionales y/o psicológicos a corto o largo plazo. Posiblemente su colaboración en este estudio no posee beneficios directos a usted. Pero al final de esta investigación, la información que genera, puede aportar beneficios a los demás, utilizando la información que posterior pueda servir para analizar, modificar o generar políticas en beneficio a los estudiantes en condición de movilidad que serviría como una línea de acción.			
Otras opciones si no participa en el estudio			
Nuestro estudio no tiene otras opciones que recolecten información, si usted decide no participar o declinar en algún momento de la investigación está en toda la libertad de hacerlo.			

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



UNIVERSIDAD DE CUENCA
COMITÉ DE BIOÉTICA EN INVESTIGACIÓN DEL ÁREA DE LA SALUD

<p>Derechos de los participantes <i>(debe leerse todos los derechos a los participantes)</i></p> <p>Usted tiene derecho a:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Recibir la información del estudio de forma clara; 2) Tener la oportunidad de aclarar todas sus dudas; 3) Tener el tiempo que sea necesario para decidir si quiere o no participar del estudio; 4) Ser libre de negarse a participar en el estudio, y esto no traerá ningún problema para usted; 5) Ser libre para renunciar y retirarse del estudio en cualquier momento; 6) Recibir cuidados necesarios si hay algún daño resultante del estudio, de forma gratuita, siempre que sea necesario; 7) Derecho a reclamar una indemnización, en caso de que ocurra algún daño debidamente comprobado por causa del estudio; 8) Tener acceso a los resultados de las pruebas realizadas durante el estudio, si procede; 9) El respeto de su anonimato (confidencialidad); 10) Que se respete su intimidad (privacidad); 11) Recibir una copia de este documento, firmado y rubricado en cada página por usted y el investigador; 12) Tener libertad para no responder preguntas que le molesten; 13) Estar libre de retirar su consentimiento para utilizar o mantener el material biológico que se haya obtenido de usted, si procede; 14) Contar con la asistencia necesaria para que el problema de salud o afectación de los derechos que sean detectados durante el estudio, sean manejados según normas y protocolos de atención establecidas por las instituciones correspondientes; 15) Usted no recibirá ningún pago ni tendrá que pagar absolutamente nada por participar en este estudio.
<p>Manejo del material biológico recolectado</p> <p>No aplica.</p>
<p>Información de contacto</p> <p>Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor llame al siguiente teléfono 0995921265 que pertenece a <i>Carlos Marín</i> o envíe un correo electrónico a carlos.marin@ucuenca.edu.ec</p>

<p>Consentimiento informado</p> <p>Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.</p>
--

_____	_____	_____
Nombres completos del/a participante	Firma del/a participante	Fecha
_____	_____	_____
Nombres completos del/a investigador/a	Firma del/a investigador/a	Fecha

Si usted tiene preguntas sobre este formulario puede contactar al Dr. José Ortiz Segarra, Presidente del Comité de Bioética de la Universidad de Cuenca, al siguiente correo electrónico: jose.ortiz@ucuenca.edu.ec

Comité de Bioética en
Investigación del Área de
la Salud
Universidad de Cuenca
APROBADO

Fecha:

09 SEP 2013

UNIVERSIDAD DE CUENCA

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



Anexo 2. Ficha sociodemográfica

Lea detenidamente cada indicación y complete la información requerida o marque con una “X” en la respuesta que corresponda.

INFORMACIÓN GENERAL

1. Cuántos años cumplidos tiene ____ 2.ciclo que cursa ____

3. Carrera ____

4. Ciudad de procedencia ____ Urbano ____ Rural ____

5. Ciudad de domicilio actual ____

6. Identificación religiosa

Cristiano ____ Evangélico ____ Católico ____ Testigo de Jehova ____

Mormón ____ Ateo ____ Agnóstico ____

Otra ____ ¿Cuál? ____ Ninguna ____

7. Realiza prácticas religiosas (rezar, ir a misa...) Sí ____ No ____

8. Con quién vive actualmente

Solo ____ Con mis 2 padres ____ Con mi padre ____ Con mi madre ____

Con un amigo/a ____ Otro ____ ¿Cuál? ____

9. ¿Tiene pareja? Sí ____ No ____

5. ¿Está satisfecho con su pareja?

Nada satisfecho ____ Algo satisfecho ____ Satisfecho ____ Muy satisfecho ____

10. En una escala de amistades en qué lugar se ubica:

Nada de amistades ____ Pocas amistades ____ Muchas amistades ____ -

11. Está satisfecho con sus amistades:

Nada satisfecho ____ Algo satisfecho ____ Satisfecho ____ Muy satisfecho ____

13. Uso del tiempo libre

Labores domesticas ____ Recreación y deporte ____

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles



Estudio (otra carrera fuera de la universidad)_____

Estudio y realizo tareas y trabajos de la universidad_____

14. Situación académica

Solo estudio_____

Estudio y trabajo_____ Cuántas horas a la semana?_____

Cuántos días a la semana?_____

15. Cuántas horas duerme en la noche:

Menos de 7 horas _____ entre 7 y 8 horas _____ más de 8 horas _____

ESCOLARIDAD

16. Procedencia del Bachillerato:

Público _____ Privado _____ Fiscomisional _____ Municipal _____

17. Nivel de satisfacción con la universidad:

Nada satisfecho _____ Algo satisfecho _____ Satisfecho _____ Muy satisfecho _____

18. Situación económica familiar

Mala _____ Regular _____ Buena _____ Muy buena _____

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles

Anexo 3. Escala de ansiedad de Hamilton

Servicio Andalúz de Salud
CONSEJERÍA DE SALUD**Nombre****Fecha****Unidad/Centro****Nº Historia****ESCALA DE ANSIEDAD DE HAMILTON**

Población diana: Población general. Se trata de una escala **heteroadministrada** por un clínico tras una entrevista. El entrevistador puntúa de 0 a 4 puntos cada ítem, valorando tanto la intensidad como la frecuencia del mismo. Se pueden obtener, además, dos puntuaciones que corresponden a ansiedad psíquica (ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6 y 14) y a ansiedad somática (ítems 7, 8, 9, 10, 11, 12 y 13). Es aconsejable distinguir entre ambos a la hora de valorar los resultados de la misma. No existen puntos de corte. Una mayor puntuación indica una mayor intensidad de la ansiedad. Es sensible a las variaciones a través del tiempo o tras recibir tratamiento

Instrucciones para el profesional

Seleccione para cada ítem la puntuación que corresponda, según su experiencia. Las definiciones que siguen al enunciado del ítem son ejemplos que sirven de guía. Marque en el casillero situado a la derecha la cifra que defina mejor la intensidad de cada síntoma en el paciente. Todos los ítems deben ser puntuados.

SÍNTOMAS DE LOS ESTADOS DE ANSIEDAD	Ausente	Leve	Moderado	Grave	Muy grave/ Incapacitante
1. Estado de ánimo ansioso. Preocupaciones, anticipación de lo peor, aprensión (anticipación temerosa), irritabilidad	0	1	2	3	4
2. Tensión. Sensación de tensión, imposibilidad de relajarse, reacciones con sobresalto, llanto fácil, temblores, sensación de inquietud.	0	1	2	3	4
3. Temores. A la oscuridad, a los desconocidos, a quedarse solo, a los animales grandes, al tráfico, a las multitudes.	0	1	2	3	4
4. Insomnio. Dificultad para dormirse, sueño interrumpido, sueño insatisfactorio y cansancio al despertar.	0	1	2	3	4
5. Intelectual (cognitivo) Dificultad para concentrarse, mala memoria.	0	1	2	3	4
6. Estado de ánimo deprimido. Pérdida de interés, insatisfacción en las diversiones, depresión, despertar prematuro, cambios de humor durante el día.	0	1	2	3	4

Carlos Enrique Marín Vivar

Ana Belén Quintuña Robles