



MIEMBRO DE LA RED
ILUMNO

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA POLITÉCNICO GRANCOLOMBIANO
FACULTAD DE SOCIEDAD, CULTURA Y CREATIVIDAD
GRUPO DE INVESTIGACIÓN DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y CULTURA
DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
LINEA DE INVESTIGACIÓN TRASTORNOS SOCIOEMOCIONALES

PROYECTO DE PRÁCTICA II – INVESTIGACIÓN APLICADA
PERCEPCIÓN DE LA ANSIEDAD EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DEL
POLITÉCNICO GRANCOLOMBIANO

PRESENTA:

PAULA ANDREA GALINDO RAMIREZ CÓDIGO 1321890121

YESSSENIA LOAIZA AGUIRRE CÓDIGO 1721980405

YESICA PAOLA SÁNCHEZ MORALES CÓDIGO 1611981982

MAYRA YULIEHT GOMEZ QUEVEDO CÓDIGO 1711022994

MAIKOL RICARDO LOZANO VARGAS CÓDIGO 1521025969

SUPERVISOR:

CRISTIAN IVAN GIRALDO LEON. MGS.

BOGOTÁ, MES DE INICIO MARZO Y CIERRE JULIO DE 2020

Tabla de contenidos

Resumen.	3
Capítulo 1. Introducción.	4
Objetivo general.	5
Objetivos específicos.	5
Justificación.	5
Capítulo 2. Marco de referencia.	6
Marco conceptual.	6
Marco teórico.	8
Modelos Teóricos	8
Teoría de La Ansiedad Estado-Rasgo	8
Enfoque Cognitivo Conductual	9
Formulación Teórica de Hanin	9
Marco Empírico.	10
Capítulo 3. Metodología.	11
Tipo y diseño de investigación.	11
Participantes.	11
Instrumentos de recolección de datos.	11
Estrategia del análisis de datos.	12
Consideraciones éticas.	12
Capítulo 4. Resultados	13
Discusión	16
Conclusiones	17
Limitaciones	18
Recomendaciones	18
Referencias bibliográficas	20
Anexos.	22

Resumen

En la siguiente investigación se pretende realizar, en forma detallada, la intervención que se realizara por parte de estudiantes universitarios del Politécnico Grancolombiano, sobre la percepción que tienen en cuanto al manejo de la ansiedad por sobrecarga académica, pues es importante y pertinente conocer la salud mental de los mismos e identificar qué factores y/o variables influyen de manera visible en el desarrollo de la ansiedad, por medio de método cuantitativo realizando encuestas desarrolladas, las cuales consisten en diez preguntas cerradas de opción múltiple con única respuesta, buscando un resultado específico de ¿Cuál es la percepción de los jóvenes Universitarios del Politécnico Grancolombiano de 18 a 28 años sobre el manejo de la ansiedad relacionada a sobrecarga académica? Por último, podemos concluir que el aspecto social, emocional y psicológico de los estudiantes antes del inicio de los estudios y durante el desarrollo de los mismos es la ansiedad, la cual es una problemática que cada vez más aborda diferentes poblaciones en Colombia. De la que, si no realizamos programas de ayudas y acompañamiento a los mismos, cada vez se puede ampliar y ocasionar problemas y consecuencias de un alto nivel.

Palabras clave

Ansiedad, rendimiento académico, salud mental, percepción.

Capítulo 1.

Introducción

La Ansiedad es la causa número uno a nivel mundial de discapacidad e importante contribuyente en los niveles de morbilidad, es una de las enfermedades más frecuentes y de mayor crecimiento en la actualidad, se cree que afecta a cerca de 238 millones de personas en el mundo según la Organización mundial de la salud (OMS). La Ansiedad es una respuesta adaptativa o anticipatoria a algún suceso futuro y quizás todos los seres humanos han llegado a sentir en algún momento de su vida algún síntoma de esta; se transforma en un trastorno cuando tiene la peculiaridad de que el individuo no puede controlar el miedo y la ansiedad normal, es decir, que pasan a ser excesivos o persistentes y se presenta en una amplia gama de actividades entre ellas el rendimiento escolar (DSM - V, 2016).

En la siguiente investigación la finalidad es presentar en forma detallada la intervención que se hará a jóvenes universitarios del Politécnico Grancolombiano sobre la percepción que tienen en cuanto al manejo de la ansiedad por sobrecarga académica, pues es importante y pertinente conocer la salud mental de los universitarios así como determinar qué factores y/o variables contribuyen de manera visible en el desarrollo de la ansiedad, todo esto debido a la alta frecuencia con que se presenta y que se relaciona directamente con el estudiante debido a causas sociales, familiares y por estrés académico (Balanza, Morales y Guerrero, 2009).

¿Cuál es la percepción de los jóvenes Universitarios del Politécnico Grancolombiano de 18 a 28 años sobre el manejo de la ansiedad relacionada a sobrecarga académica?

Objetivo general.

Analizar cuál es la percepción de los jóvenes universitarios del Politécnico Grancolombiano de 18 a 28 años de edad sobre el manejo de ansiedad relacionada con la carga académica.

Objetivos específicos.

Identificar la continuidad de Ansiedad en los jóvenes universitarios del Politécnico Grancolombiano de 18 a 28 de edad relacionada con la carga académica.

Determinar la presencia de señales de Ansiedad en los jóvenes universitarios del Politécnico Grancolombiano de 18 a 28.

Evaluar la asociación entre la existencia de Ansiedad con el desempeño o rendimiento académico en los jóvenes universitarios del Politécnico Grancolombiano.

Justificación.

La presente investigación se realiza con el fin de exponer mediante un cuestionario digital, cifras científicas e investigación teórica, las posibles causas y consecuencias que ocasiona en la vida de los jóvenes estudiantes de Psicología la ansiedad por la carga académica, todo ello, apoyando la investigación en tres áreas fundamentales para el desarrollo cognitivo conductual de toda persona, como lo son el aspecto social, emocional y psicológico. Dentro de lo cual, será importante resaltar la conducta de los estudiantes antes del inicio de los estudios y durante el desarrollo de los mismos.

Todo ello, porque la ansiedad es una problemática que cada vez más aborda diferentes poblaciones, así lo manifiestan diferentes investigaciones como la de implicaciones de

género y el inventario IDARE de la Universidad Peruana que refleja el área de Ciencias Sociales con ansiedad marcada a comparación de años anteriores en un 12,5% para mujeres y 18,2% en hombres (Castillo y Luque, 2019). De igual modo, el estudio realizado a 21 estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad del Valle mostró que el 57.1% reflejan estado ansioso (Campo y Gutiérrez, 2001).

Este proyecto pretende sumarse a más investigaciones, con la finalidad de denotar la trascendencia que tiene el desarrollo de este estado mental cuando la población no está preparada para asimilarlo o realizar la correcta identificación. Se espera crear una comunidad más consciente y generar una conexión entre los estudios académicos y el exponer el impacto social en los lectores, quienes son la población a la cual va dirigida la presente investigación.

Capítulo 2.

Marco de referencia.

La investigación desarrollada tiene como proceso y desarrollo por parte de un método cuantitativo del cual se pretende tener un resultado satisfactorio por medio de un cuestionario de 10 preguntas con respuestas puntuales y coherentes de las cuales abarquen la ansiedad en estudiantes que den resultados que se verán reflejados según la respuesta dada en cada cuestionario.

Marco conceptual.

Ansiedad: se considera un trastorno mental el cual se caracteriza por intranquilidad constante, generada por pensamientos del individuo, Bertoglia (2005) destaca que la

ansiedad es un miedo a una situación o acción que pueda afectar la integridad, en otras palabras temor a la derrota.

De otro lado, la Asociación Americana de Psiquiatría, en su Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM 5 (2013) la define como: “preocupación excesiva (anticipación aprensiva)...en relación con diversos sucesos o actividades (como en la actividad laboral o escolar)” (p. 137).

Percepción: es un proceso poco conocido a profundidad, sin embargo muy importante para la construcción del ser y que obedece a múltiples factores. Una de las teorías más influyentes para este concepto es la teoría de la Gestalt, Oviedo (2004) afirma que la percepción es un proceso donde el ser humano sustrae y escoge la información que más llama la atención y que a su vez genera un estado de lucidez que ayuda a que se desenvuelva con cordura en el mundo que los rodea.

Estudiante universitario: en el ámbito académico se puede decir que el papel del estudiante es de los más importantes a nivel de mejora social, ya que son la base que posibilitan el proceso de evolución de una sociedad, todo esto a través del conocimiento adquirido. De otro lado, Rubinsztejn, Grijalvo, Rivera y Araújo (2019) destaca a los estudiantes como “coproductores del proceso de aprendizaje”.

El estudiante universitario obtiene una transformación personal e intelectual en un proceso extenso, nutrido por diferentes conocimientos que tienen las áreas de interés escogidas al inicio de su proceso; vale la pena destacar la dedicación que emplea el estudiante y el papel tan importante que tiene, al representar un modelo de evolución y con

la aplicación de su aprendizaje que según González (2002) incluye las funciones requeridas en el desarrollo de su profesión y las aptitudes personales necesarias para un desempeño satisfactorio.

Rendimiento Académico: se conoce como la forma de medida en la cual un estudiante realiza sus actividades de forma productiva, según los indicadores que tenga una institución. Asimismo, afirma Navarro (2003) que es un sistema de estructuras cognitivas que resumen las cualidades como medio para medir los elementos de medición y predicción de experiencia educativa y de la misma forma sirve como indicador.

Marco Teórico

Según Papalia, al momento de presentar un examen, se aumentan los niveles de estrés, preocupación y autocrítica, lo cual origina conductas desfavorables. Lo cual se respalda por los estudios realizados por Kessler, en donde se resalta la relación existente entre la ansiedad y los procesos de inicio y culminación académicos en una entidad educativa, bien sea de educación básica o superior. Esta desmedida alteración en el estado de ánimo puede generar en los estudiantes universitarios trastornos sin que lo perciban fácilmente (Bojórquez, 2015).

Modelos Teóricos

Teoría de La Ansiedad Estado-Rasgo

Se observa un modelo teórico que habla sobre los problemas emocionales que se pueden llegar a desarrollar sin un debido control, ya que como se evidencia a continuación, la ansiedad es algo natural que experimenta el individuo como mecanismo de defensa, siendo este un estado en donde el sujeto enfrenta de forma adecuada una situación y en un futuro se vuelva un rasgo que afectara positiva o negativamente dependiendo de las variables involucradas y como esto afecte a la vida del individuo.

“Dentro del campo emocional Gómez-Ortiz, Casas y Ortega-Ruiz (2016) consideran el estado de ansiedad como la respuesta fisiológica que anticipa la amenaza para el bienestar del sujeto. Puede ser de una intensidad variable y constituir un deterioro en las actividades cotidianas, dando paso al inicio de un trastorno emocional y reduciendo el rendimiento del sujeto en múltiples ámbitos. Esto hace que se pueda considerar la teoría de la ansiedad estado-rasgo, que plantea una relación clara entre ambos conceptos. La primera se refiere a elementos emocionales de carácter más puntual, una condición emocional transitoria; mientras que, la otra, se aproximaría más a la consideración de estado emocional, por su carácter estable.”(Pulido, 2019, p.2)

Enfoque Cognitivo Conductual

El modelo que se presenta posteriormente se basa en la terapia cognitivo conductual además de poseer componentes de la teoría del aprendizaje social que busca el profundizar en el vínculo que se desarrolla dentro las variables del contexto tanto como la de los individuos.

“La evidencia científica ha reportado que las intervenciones basadas en la terapia cognitivo conductual (TCC) son efectivas. Esta teoría incluye componentes conductuales, cognitivos de la teoría del aprendizaje social para explicar el funcionamiento de interacciones recíprocas entre las variables del medio ambiente y las personas. Las intervenciones frecuentemente se enfocan en el control de las reacciones físicas al estrés a través de la relajación muscular y control de la respiración. Los componentes cognitivos ayudan a los individuos a identificar y modificar los pensamientos disfuncionales que pueden tener influencia en la respuesta a la estimulación y el distrés fisiológico y psicológico subsecuente.”(Leon, 2019, p.11)

Formulación Teórica de Hanin

Este modelo teórico, creado por Hanin, explica la relación que hay entre los diferentes niveles de ansiedad del sujeto y su rendimiento académico, demostrando que la falta de ansiedad, no genera resultados positivos en el ámbito académico debido a la falta de interés y motivación por no sentir una responsabilidad. Así como el exceso de ansiedad puede generar estrés al punto de no poder desarrollar ningún tipo de actividad debido a una disfuncionalidad emocional.

“Una vertiente de la literatura sobre ansiedad y rendimiento académico parte de la formulación teórica de Hanin de la zona óptima de funcionamiento individual, que supone una función en forma de “U” invertida que relaciona rendimiento y nivel de ansiedad en los ejes de ordenada y abscisa, respectivamente. Según esta aproximación, para que los estudiantes desplieguen un comportamiento académico exitoso, deberán exhibir niveles medios de ansiedad que les servirán para tomar en serio sus estudios y aplicarse a ellos,

pero esos niveles no deberán sobrepasar un determinado rango, ya que si así ocurriera, los estudiantes estarían demasiado abrumados para lidiar con los retos académicos a los que se tienen que enfrentar, a lo largo de su entrenamiento. Según esta función, para que los estudiantes logren un desempeño favorable, lo más adecuado es tener niveles medios de ansiedad, estos niveles logran proporcionar al estudiante la preocupación suficiente para mejorar su desempeño. Al sobrepasar los límites medios, la abrumación generada sería demasiada para contender, lo cual se vería reflejado en disminuciones en el rendimiento académico.”(Bojórquez, 2015, p.5)

Marco empírico

Cuando hablamos de ansiedad, podemos encontrar una serie de resultados e hipótesis, de la cual su desarrollo depende en gran parte de las edades y situaciones de las personas que lo presentan, por eso se deben de tener cuenta las investigaciones desarrolladas como:

En el año 2014, se realiza una encuesta con 106 estudiantes de la universidad complutense de Madrid, siendo 89 mujeres y 17 varones con un rango de edad de 22 a 29 años, el cual mostro un gran resultado de ansiedad donde su entorno familiar, social y socioeconómico son uno de los grandes factores principales para obtener este resultado. (Benitez, 2013) Mientras Una evaluación de 18 preguntas, generada en el año 2014 con 98 estudiantes de 12 y 14 años de un centro educativo de alicante España ,se encontraron unos factores de riesgo en trastorno de ansiedad generando miedos frente a síntomas sociales y familiares por los cuales llevan los resultados. (Bojorquez, 2015)

También En la facultad de medicina de la universidad san Martin de Porres, en el año 2012 y 2013 se realizó a 687 alumnos una auto evaluación de ansiedad de la cual genera un resultado ,donde muestra un alto nivel de ansiedad aquellos alumnos que tienen un bajo

rendimiento académico llevando a realizar un seguimiento más concreto (Martinez, 2014) y los estudiantes de segundo semestre de enfermería en la facultad de medicina en la universidad de Chile se le realizó un cuestionario de ansiedad para verificar el nivel de ansiedad en los estudiantes hallando un nivel leve en un 37% y un nivel alto en un 63% generando implementación de talleres para poder manejar el resultado (Pimienta, 2016)

Capítulo 3.

Metodología

Tipo y diseño de investigación

Esta investigación se enmarca dentro de una metodología con enfoque Cualitativo, mediante un estudio descriptivo, a través de un trabajo de campo el cual consiste en la recolección de datos directamente de la realidad donde están ocurriendo los hechos, sin manipular o controlar variable alguna.

Participantes.

En esta investigación, se aplica el muestreo a conveniencia, la muestra obtenida se compuso de un grupo de 13 personas, estudiantes de la Institución Universitaria Politécnico Gran Colombiano entre ellos hombres y mujeres entre los 18 y 28 años, que cumplían idóneamente con los criterios de selección, la muestra obtenida fue representativa e intencional, basada en criterios o juicios del investigador.

Instrumentos de recolección de datos.

- Consentimiento Informado: en el cual el estudiante autoriza el uso de sus respuestas para el análisis de resultados.
- Los datos para esta investigación se obtuvieron de la observación directa ya que permitió describir y explicar el comportamiento de alumnos encuestados, por otra parte se hizo una entrevista individual y estructurada, se hizo estructurada pues las preguntas fueron planteadas con anterioridad, tienen un orden determinado y contiene una serie de opciones para que el entrevistado elija. Este tipo de entrevista facilita el manejo de la información, el análisis de la misma y proporciona objetividad y confiabilidad. Se hizo un cuestionario digital que consta de 10 ítems, con preguntas con alternativa de respuesta tipo Likert. Este se hace con el fin de evaluar la percepción que tienen los estudiantes sobre el manejo de la ansiedad relacionada a sobrecarga laboral, buscando responder la pregunta de investigación planteada.

Estrategia para el análisis de datos.

Para el análisis de los datos se realizó la tabulación de los mismos, y mediante programa Excel se realizó un gráfico por cada una de las preguntas para organizar la información y para así poder comparar valores entre las variables dentro de la misma muestra estudiada.

Consideraciones éticas.

En el desarrollo de la investigación el principal cuestionamiento se dirige hacia cómo actuar éticamente, debido a que existen diferentes requerimientos éticos que deben prevalecer en todo trabajo investigativo y en especial, en aquellos desarrollados con

personas, estos se enfocan en el respeto a los derechos, creencias y valores de los intervinientes, así como velar porque no se transgrede su integridad.

La investigación desarrolla se podría considerar como una investigación de carácter psicosocial con un nivel de riesgo mínimo, en la que es importante mantener la confidencialidad y la privacidad de los participantes de la misma.

Se recolectaron únicamente datos realizando la firma del consentimiento informado por los participantes en la muestra, comunicando el procedimiento de la investigación, el objetivo de llevarlo a cabo, ofreciéndoles la oportunidad de hacer preguntas, o de retirarse de la actividad cuando lo desearan. Lo anterior con el fin de privilegiar la confidencialidad de las personas que se tomaron como muestra. Teniendo en cuenta la ley 1090 de 2006 título II artículo 2 y la Resolución 8430 de 1993 quien menciona la protección de datos personales.

Ante esta resolución se considera que:

Elaborar el Consentimiento Informado en el cual cada persona o grupo familiar manifiesta que la información arrojada es verídica y eficaz y no han sido seleccionados bajo ninguna presión.

Mantener un vocabulario apropiado para dirigirse a los adultos para no ocasionar malas interpretaciones del proceso que se lleva a cabo generando confianza con los participantes.

Proteger la confidencialidad de la información referente a los datos personales y familias de la muestra de la población seleccionada.

La información no podrá ser suministrada a terceros sino a los participantes de la investigación en el estudio de caso.

Capítulo 4.

Resultados.

A continuación, se expondrán los resultados que se obtuvieron mediante la recolección y el análisis de la percepción que tiene los jóvenes universitarios del Politécnico Grancolombiano de 18 a 28 años de edad sobre el manejo de ansiedad relacionada con la carga académica.

Características Sociodemográficas

Tabla 1

Edad, genero, estado civil

Pregunta		Cantidad de Jóvenes	Porcentaje
¿Cuál es su edad?	18-23 años	1	7.7
	24-28 años	12	92.3
¿Cuál es su género?	Masculino	4	30.8
	Femenino	9	69.2
¿Cuál es su estado Civil?	Soltero/a	7	53.8
	Casado/a	1	7.7
	Unión Libre	4	30.8
	Separado	1	7.7
¿Trabaja?	Viudo	0	0
	Si	8	61.5
	No	5	38.5

Nota: Formulación elaborada a partir de la investigación

Respecto a los aspectos sociodemográficos se encontraron 1 joven de la edad de 18.-23 años y 12 jóvenes entre 24-28 años; también vemos que 9 son de Sexo Femenino y Masculino, el 53.8% de los jóvenes son solteros y el 30.8% se encuentra en unión libre. El 61.5% de los 143 jóvenes Universitarios trabajan y el 38.5% no trabaja.

Tabla 2.

Porcentaje de carreras y promedio que se encuentran estudiando los jóvenes universitarios

Pregunta		Cantidad de Jóvenes	Porcentaje
¿Carrera que está Cursando?	Psicología	13	100
¿Semestre que cursa Actualmente?	5	1	7.7
	6	2	15.4

	7	1	7.7
	8	3	23.1
	9	4	30.8
	10	2	15.4
	13	1	7.7
	18	2	15.4
Materias Aprobadas	29	1	7.7
	42	3	23.1
	la gran mayoría	4	30.8
	Todas	2	15.4
	3.5	1	7.7
	4	2	15.4
Promedio del semestre	4.1	1	7.7
	4.2	3	23.1
	4.4	4	30.8
	4.5	2	15.4

Nota: Formulación elaborada a partir de la investigación

Los 13 jóvenes Universitarios del Politécnico Gran Colombiano que desarrollaron la encuesta se encuentran cursando la carrera de Psicología y el 30.8% de estos jóvenes tienen las materias aprobadas y el promedio está en 4.4.

Tabla 3.
Percepción académica

Pregunta	¿Los contenidos de sus cursos son necesarios para entender los contenidos de otras materias?	¿La forma como se desarrollan las actividades de aprendizaje (METODOLOGÍA) en sus cursos es clara?	¿Sus cursos ofrecen tiempo suficiente para el desarrollo de las actividades de aprendizaje?
Siempre	30.8	23.1	53.8
Con Frecuencia	53.8	30.8	30.8
En ocasiones	15.4	46.2	15.4
Casi Nunca	0	0	0
Nunca	0	0	0

Nota: Formulación elaborada a partir de la investigación

La mayoría de los jóvenes manifiestan que con frecuencia los contenidos de los cursos son necesarios para entender los contenidos de otras materias el porcentaje fue 53.8%, referente a la claridad de la metodología de los cursos el 46.2% de los jóvenes en ocasiones refieren claridad y el 23.1% siempre encuentran claridad en la metodología. Finalmente, el 53.8% de jóvenes tiene tiempo suficiente para el desarrollo de las actividades y el 15.4% en ocasiones.

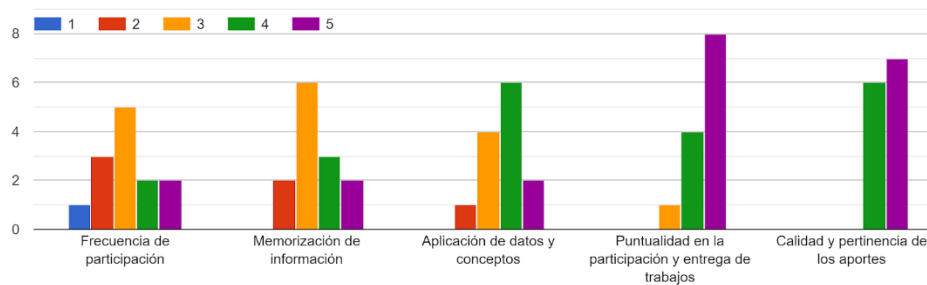


Figura 1. Aspectos a evaluar en cursos siendo 5 el más frecuente y 1 el menos frecuente. Fuente Elaboración y Formulación propia

Los 13 jóvenes universitarios evalúan con más frecuencia en un grado 5 puntualidad y entrega de trabajo así mismo la calidad y pertinencia de los aportes en los cursos. De ese mismo modo evalúan en un grado de frecuencia 3 la participación y la memorización y grado 4 de frecuencia la aplicación de datos y conceptos.

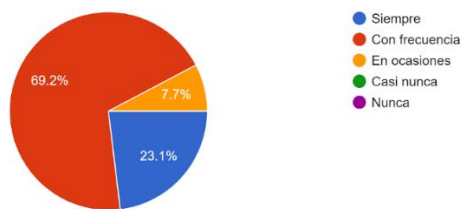


Figura 2. Cursos que realizan actividades que le exigen una posición crítica de lo aprendido. Fuente Elaboración y Formulación propia

El 69.2% de los jóvenes universitarios tienen la percepción siempre de los cursos que realizan actividades que le exigen una posición crítica de lo aprendido y el 7.7% en ocasiones.

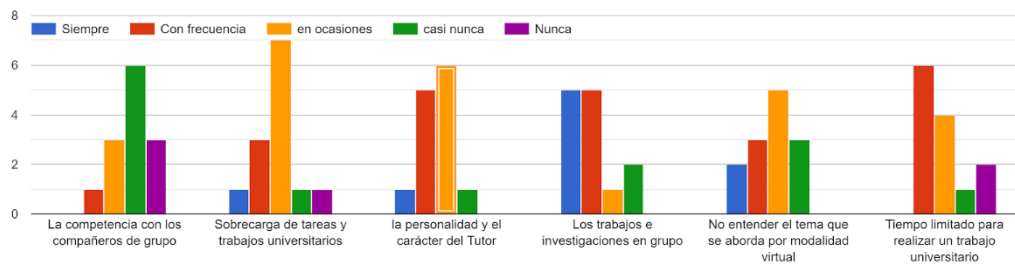


Figura 3. Situaciones académicas que inquietan con frecuencia. Fuente Elaboración y Formulación propia

Los 13 jóvenes sienten inquietud por los trabajos de investigación y grupo, no entender el tema por modalidad virtual y en ocasiones les inquieta las sobrecargas de tareas, la personalidad y el carácter del tutor.

Tabla 4. *Percepción Carga Académica*

Pregunta	Siento falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas	Siento Sobrecarga académica (excesivo número de créditos, trabajos obligatorios...)	Siento Exceso de responsabilidad por cumplir con mis obligaciones académicas	Se me dificulta Poder asistir a todas las clases
Siempre	0	0	7.7	0
Con Frecuencia	23.1	23.1	38.5	23.1
En ocasiones	53.8	23.1	15.4	46.2
Casi Nunca	15.4	46.2	38.5	23.1
Nunca	7.7	7.7	0	7.7

Nota: Formulación elaborada a partir de la investigación

Discusión.

Aunque los resultados obtenidos no son los suficientes para dar una debida apreciación, cabe resaltar el alto grado de ansiedad con la que se encuentran los estudiantes o por lo menos esto es lo que perciben, no obstante los resultados no son alarmantes pero dan indicios de que algo está sucediendo y es importante seguir trabajando en el comportamiento de esta población estudiantil.

Los resultados obtenidos señalan que el 53.8% de los estudiantes sienten que en ocasiones les falta tiempo o el que disponen no es suficiente para la realización de sus actividades académicas, lo cual ejerce cierto grado de presión en ellos, por otra parte 13 de jóvenes entrevistados dicen sentir inquietud por los trabajos de investigación y grupo, no entender el tema en la modalidad virtual, la sobrecarga de tareas; también que consideran que influye la personalidad y el carácter del tutor.

Según los resultados, cerca de la mitad (53.8%) de los jóvenes universitarios encuestados evidencian que sí son necesarios los otros cursos para entender los contenidos

de otras materias, y el 15.4% en ocasiones, no creen necesario estos cursos o no logran entenderlos. Se resalta que aunque sea bajo el porcentaje anterior, es necesario conocer las causas, también por la claridad que percibe el estudiante al desarrollar la metodología de sus cursos arrojando un porcentaje del 46.2% que en varias ocasiones, no entiende con total claridad las instrucciones, y solo el 23% logra entenderlo siempre. Es así como el modelo cognitivo conductual logra identificar las interacciones que pueden estar sucediendo entre las variables del ambiente y el sujeto. Ya que como se puede ver, el mismo porcentaje de 15.4% cree que el curso no ofrece tiempo suficiente para elaborar los trabajos, y ellos tampoco disponen de tiempo para desarrollar las actividades. Por lo tanto, se evidencia que pueden ser variables relacionadas al contexto y al sujeto en cuanto al tiempo al que logra dedicarle a sus estudios. Ya que el 53.8% dice que si dispone del tiempo y que el curso si ofrece tiempo suficiente para hacer el trabajo.

No obstante se encuentra una relación entre los autores tratados que evidencian un vínculo entre la intensidad de las variables que pueden ocasionar un problema en las actividades cotidianas del individuo (Pulido, 2019). Como lo respalda Hanin en su modelo teórico en donde los niveles de ansiedad deben ser medios, ya que al sobrepasarse esto puede ocasionar un bloqueo por el exceso de preocupación impidiendo el desarrollo normal académico (Bojórquez, 2015).

Debido al porcentaje muy bajo que no entiende los cursos y otros que no tienen tiempo para los cursos y un porcentaje alto de personas que le inquietan las materias, puede generar un bajo desempeño académico para esta parte de la población tal como lo dice Bojórquez (2015), y respaldado por Pulido (2019) en donde la intensidad de algunas variables en el

contexto como lo puede ser la falta de tiempo para realizar un trabajo, afecte el desarrollo correcto de las tareas del estudiante.

Conclusiones.

La investigación estableció desde la formulación teórica de Hanin, donde los excesos en los niveles de ansiedad, provocan un agobio por no cumplir la meta o tarea esperada. Se indicó que la percepción de los jóvenes universitarios del Politécnico Grancolombiano sobre la ansiedad ante la carga académica, se presenta en un 53.8% donde la falta de tiempo para realizar un trabajo en ocasiones genera presión en el estudiante a la hora de presentar una actividad, en el cual se encuentran fallas al obtener información de forma virtual. Con estos resultados generados se puede implementar estrategias a nivel institucional que permitan prevenir o minimizar los niveles altos de ansiedad, además de las repercusiones que pueden generar en los jóvenes universitarios.

Según la teoría de estado-rasgo que menciona Pulido, donde las variables que provocan ansiedad pueden pasar de ser momentáneas a ser de carácter permanente en la vida del sujeto, ocasionando un trastorno emocional. Asimismo dos resultados sostienen la presencia de la ansiedad ante la carga académica, el 15.4% de jóvenes relaciona como un factor de ansiedad el tiempo limitado para hacer un trabajo y la poca relevancia de cursos para aprobar otras materias. Estos pueden repercutir en la calidad de vida del sujeto. Lo anterior se puede ampliar en otros estudios, agregando a la entrevista más ítems relacionados hacia la ansiedad que sienten los jóvenes universitarios al enfrentarse a cierta situación.

Limitaciones.

Un tema complejo fue el proceso de entablar todo lo relacionado con la entrevista, pues la población de estudio seleccionada hace que el proceso sea un poco complejo en el sentido de que se tuvo que contactar a varios estudiantes del Politécnico Grancolombiano para que accedieran a la realización del cuestionario y brindaran la información, teniendo en cuenta que son personas que se contactaron virtualmente y que no todos disponen del tiempo, ya sea por sus obligaciones laborales o personales o simplemente no tienen el ánimo de colaborar, por ello esta labor se hizo un poco dispendiosa .

Señalar las restricciones encontradas y expresadas en los resultados, considerando el uso de la metodología (Ej. test no estandarizado, muestra no representativa, etc.)

Recomendaciones.

Por las razones anteriormente expuestas es que hace necesario seguir investigando todos estos aspectos que influyen de alguna manera en el bienestar mental de los estudiantes, esto con el fin de brindar planificación para evitar complicaciones futuras en la salud mental de los mismos.

Adicionalmente es importante puntualizar la existencia de distorsiones en los jóvenes acerca de lo que consideran posibles desencadenantes de ansiedad, para de este modo permitir mejorar el bienestar académico a través de buenas prácticas apoyadas en el manejo del tiempo, técnicas de estudio, fijación de metas y objetivos.

Por último, evaluar aspectos de orden socio-económico podría explicar los contextos de los estudiantes y el porqué de los índices presentados, para que desde la Universidad se pueda

contribuir de forma positiva en la disminución de causas de ansiedad o la correcta reacción y atención de los mismos.

Referencias

- DMS V. (2016). Manual Diagnóstico y estadístico de trastornos mentales, quinta edición. Recuperado de https://dsm.psychiatryonline.org/pb-assets/dsm/update/Spanish_DSM5Update2016.pdf
- Balanza, Morales y Guerrero. (2009). Prevalencia de Ansiedad y Depresión en una Población de Estudiantes Universitarios: Factores Académicos y Sociofamiliares Asociados. Universidad Católica. Recuperado de <http://scielo.isciii.es/pdf/clinsa/v20n2/v20n2a06.pdf>
- Andrews, S. Fastqc. (2010). A quality control tool for high throughput sequence data.
- Augen, J. (2004). Bioinformatics in the post-genomic era: Genome, transcriptome, proteome, and information-based medicine. Addison-Wesley Professional.
- Colciencias. (2014). Modelo de Medición de Grupos, de Investigación, Desarrollo Tecnológico o de Innovación y reconocimiento de investigadores del Sistema Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación 2014. Recuperado de [http://www.colciencias.gov.co/sites/default/files/ckeditor_files/files/DOCUMENTO MEDICI%C3%93N GRUPOS - INVESTIGADORES VERSI%C3%93N FINAL 15 10 2014 \(1\).pdf](http://www.colciencias.gov.co/sites/default/files/ckeditor_files/files/DOCUMENTO%20MEDICI%C3%93N%20GRUPOS%20-%20INVESTIGADORES%20VERSI%C3%93N%20FINAL%2015%2010%202014%20(1).pdf)

- Giardine, B., Riemer, C., Hardison, R. C., Burhans, R., Elnitski, L., Shah, P... & Nekrutenko, A. (2005). Galaxy: a platform for interactive large-scale genome analysis. *Genome research*, 15(10), 1451-1455.
- Vilatuña Correa, F., Guajala Agila, D., Pulamarín, J. J., & Ortiz Palacios, W. (2012). Sensación y percepción en la construcción del conocimiento/Sensation and perception in the construction of knowledge.
- Froufe, M. (2011). *Psicología del aprendizaje. Principios y aplicaciones conductuales*. Editorial Paraninfo.
- López Ortiz, R. H. (2016). *Análisis de las leyes de la Gestalt y su aplicación en materiales didácticos para niños de educación inicial II* (Doctoral dissertation, Ecuador-PUCESE-Escuela de Diseño Gráfico).
- Ramos Ramos, P. (2012). *Intervención Psicológica en Estrés y Trastornos de Ansiedad*, segunda edición
- Ortiz León, S., Sandoval Bosch, E., Adame Rivas, S., Ramírez Avila, C. E., Jaimes Medrano, A. L., & Ruiz Ruisánchez, A. (2019). Manejo del estrés; resultado de dos intervenciones: cognitivo conductual y yoga, en estudiantes irregulares de medicina. *Investigación en educación médica*, 8(30), 9-17.
- Bojórquez de la Torre, J. D. (2015). Ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios.
- Pulido Acosta, F., & Herrera Clavero, F. (2019). Influencia de las variables sociodemográficas sobre la ansiedad y el rendimiento académico adolescente: el contexto pluricultural de Ceuta. *Actualidades en Psicología*, 33(126), 1-16.

- Benitez, J. T. (may de 2013). researchgate.net. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/303921316_Depresion_y_ansiedad_en_estudiantes_de_medicina_de_la_Universidad_Nacional_de_Asuncion
- Bojorquez, J. (mayo de 2015). Repositorio Academico facultad de medicina . Obtenido de http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/bitstream/handle/usmp/2247/bojorquez_jd.pdf;jsessionid=4F03FCDC57F71D7BEB49FFC58CD7E364?sequence=1
- Martinez, V. (2014). ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS:ESTUDIO DE UNA MUESTRA DE ALUMNOS EN LA FACULTAD DE EDUCACION . REVISTA DE LA FACULTAD DE EDUCACION , 63-78.
- Pimienta, C. C. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. INVESTIGACION EN EDUCACION MEDIA , 230-237.

ANEXOS

Anexo 1. Formato Cuestionario Ansiedad Generalizada en Jóvenes Universitarios del Poli

Consentimiento informado para desarrollar encuesta de Ansiedad Generalizada en Jóvenes Universitarios del Poli

El objetivo de esta encuesta es analizar la percepción que tiene los jóvenes universitarios del Politécnico Grancolombiano de 18 a 28 años de edad sobre el manejo de ansiedad relacionada con la carga académica. La información que nos brinde será tratada de manera confidencial y anónima. En ningún caso sus respuestas serán presentadas acompañadas de su nombre o de algún dato que lo identifique. Su participación es totalmente voluntaria y puede darla por terminada en cualquier momento. Así mismo, puede plantear todas sus dudas respecto a la encuesta antes durante y después de su participación al email pagalindora@poligran.edu.co La información que nos pueda brindar será de gran ayuda.

¿Acepto Participar de esta encuesta?

- SI
- No

Si su respuesta fue un **SÍ** continúe con el cuestionario de lo contrario agradecemos su participación.

Sección I. Información sociodemográfica

1. ¿Cuál es su edad?

- Entre 18-23 años
- Entre 24-28 años

2. ¿Cuál es su género?

- Masculino
- Femenino

3. Estado civil. ¿Cuál es su estado civil?

- Soltero/a
- Casado/a
- Unión Libre
- Separado
- Viudo/a

4. ¿Trabaja?

- Si
- No

5. ¿Carrera que está cursando?

6. ¿Semestre que Cursa Actualmente?

7. ¿Materias Aprobadas?

8. Promedio del semestre

Sección II.

Elige una sola respuesta para cada una de las siguientes preguntas

1. Los contenidos de sus cursos son necesarios para entender los contenidos de otras materias

- Siempre
- Con frecuencia
- En ocasiones
- Casi Nunca
- Nunca

2. La forma como se desarrollan las actividades de aprendizaje (METODOLOGÍA)

en sus cursos es clara *

- Siempre
- Con frecuencia
- En ocasiones
- Casi Nunca
- Nunca

3. Sus cursos ofrecen tiempo suficiente para el desarrollo de las actividades de aprendizaje

- Siempre
- Con frecuencia
- En ocasiones
- Casi Nunca
- Nunca

4. ORDENE de 1 a 5 los aspectos que se evalúan en sus cursos siendo 5 el más frecuente y 1 el menos frecuente *Un mismo número NO DEBE estar asignado a más de una opción de respuesta

Pregunta	1	2	3	4	5
Frecuencia de participación					
Memorización de información					
Aplicación de datos y conceptos					
Puntualidad en la participación y entrega de trabajos					
Calidad y pertinencia de los aportes					

5. En sus cursos se realizan actividades que le exigen una posición crítica de lo aprendido

- Siempre
- Con frecuencia
- En ocasiones

- Casi nunca
- Nunca

6. Señale con que frecuencia te inquietan las siguientes situaciones. *Un mismo número NO DEBE estar asignado a más de una opción de respuesta.

Pregunta	Siempre	Con Frecuencia	En Ocasiones	Casi Nunca	Nunca
La competencia con los compañeros de grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos universitarios					
la personalidad y el carácter del Tutor					
Los trabajos e investigaciones en grupo					
No entender el tema que se aborda por modalidad virtual					

Tiempo limitado para realizar un trabajo universitario					
--	--	--	--	--	--

7. ¿Siento Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas? *

- Siempre
- Con Frecuencia
- En ocasiones
- Casi Nunca
- Nunca

8. Siento Sobrecarga académica (excesivo número de créditos, trabajos obligatorios...) *

- Siempre
- Con frecuencia
- en ocasiones
- Casi nunca
- nunca

9. Siento Exceso de responsabilidad por cumplir con mis obligaciones académicas

- Siempre

- Con frecuencia
- en ocasiones
- Casi nunca
- Nunca

10. Se me dificulta Poder asistir a todas las clases

- Siempre
- Con frecuencia
- En ocasiones
- Casi Nunca
- Nunca

Gracias por participar de la encuesta. Recuerda dar clic en ENVIAR.

Fuente: Elaboración Propia Paula Andrea Galindo (2020)

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfSRUHFh3gLteXrazRlpcII2RDgcWDEQ>

[T7qu3zb0rYZKsKW_w/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfSRUHFh3gLteXrazRlpcII2RDgcWDEQ/T7qu3zb0rYZKsKW_w/viewform)



**INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA POLITECNICO
GRANCOLOMBIANO**

Consentimiento informado para participar en una investigación

Percepción de la ansiedad en jóvenes universitarios del Politécnico Gran Colombiano.

Yo, _____ identificado(a) con C.C. _____ de _____, en voluntad propia participo de la investigación sobre el manejo de la ansiedad relacionada con la carga académica, acompañado de los estudiantes universitarios de la carrera de Psicología que me pueden brindar asesoría y orientación necesaria para diligenciar dicha encuesta.

Me han dado las indicaciones pertinentes para desarrollar esta actividad, también se me fue informado(a) la dinámica de desarrollo y como me darán a conocer los resultados correspondientes.

Fui informado de manera clara sobre los derechos y deberes que tenemos como pacientes y como lo establece la Ley 1090 de 2006, donde se promueve la buena orientación, respeto de ideología y confidencialidad de la información y pruebas que se trate o manejen en las secciones y/o encuentros que se establezcan, también refiere que los resultados obtenidos no serán publicados sin mi autorización.

Firma Participantes

C.C.

Firma de Investigador (a)

C.C.

Fecha

Plantilla Juicio de Expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento **Percepción sobre la Ansiedad Generalizada en Jóvenes Universitarios del POLI** que hace parte del proceso de práctica profesional. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que las categorías sean coherentes y que los insumos de los resultados permitan el abordaje del constructo; aportando tanto al área investigativa de la psicología como a sus aplicaciones. Agradecemos su valiosa colaboración.

NOMBRES Y APELLIDOS DEL JUEZ: *Cristian Ivan Giraldo León*

FORMACIÓN ACADÉMICA: Psicólogo Msc Neurociencias

ÁREAS DE EXPERIENCIA PROFESIONAL: Docencia universitaria, Investigación y atención Clínica

TIEMPO DE EXPERIENCIA: 7 años Cargo Actual. Docente Tiempo Completo

INSTITUCIÓN: Politécnico Gran Colombiano

Título del instrumento: Encuesta percepción en Jóvenes Universitarios del Politécnico Grancolombiana sobre el manejo de ansiedad relacionada con la carga académica

Objetivo del instrumento: Analizar la percepción de los Jóvenes universitarios del Politécnico Grancolombiana de 18 a 28 años de edad sobre el manejo de ansiedad relacionada con la carga académica.

Objetivo del juicio experto: VALIDAR LA PERTINENCIA DE LOS ÍTEMS PARA CADA CATEGORIA

De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

CRITERIO	CALIFICACIÓN	INDICADOR
SUFICIENCIA <i>Los ítems que pertenecen a una misma dimensión</i>	1. No cumple con el criterio 2. El criterio se cumple en un nivel Bajo. 3. El criterio se cumple en un nivel Moderado. 4. El criterio se cumple en un nivel Alto.	Los ítems no son suficiente para medir la dimensión

<i>bastan para definir la categoría</i>		Los ítems miden algún aspecto de la dimensión, pero no corresponden con la dimensión total
		Se deben incrementar algunos ítems para poder evaluar la dimensión completamente
		Los ítems son suficientes
CLARIDAD <i>El ítem se comprende fácilmente; su sintáctica y semántica son adecuados.</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. No cumple con el criterio 2. El criterio se cumple en un nivel Bajo. 3. El criterio se cumple en un nivel Moderado. 4. El criterio se cumple en un nivel Alto. 	<p>El ítem no es claro</p> <p>El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas</p> <p>Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.</p>
COHERENCIA <i>El ítem se relaciona directamente con lo que pretende indagar la categoría</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. No cumple con el criterio 2. El criterio se cumple en un nivel Bajo. 3. El criterio se cumple en un nivel Moderado. 4. El criterio se cumple en un nivel Alto. 	<p>El ítem no tiene relación lógica con la dimensión</p> <p>El ítem tiene una relación tangencial con la dimensión</p> <p>El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que está midiendo</p> <p>El ítem e encuentra completamente relacionado con la dimensión que está midiendo</p>

RELEVANCIA	1. No cumple con el criterio.	El ítem puede ser eliminado sin que se vea
El ítem establece un	2. El criterio se cumple en un nivel Bajo.	afectada la medición de la dimensión
aspecto significativo	3. El criterio se cumple en un nivel Moderado.	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem
de la variable. Si se	4. El criterio se cumple en un nivel Alto.	puede estar incluyendo lo que mide este
quitara o <u>no</u> se usará,		El ítem es relativamente importante
la categoría quedaría		El ítem es muy relevante y debe ser incluido
incompleta.		

VARIABLES	ÍTEM/PREGUNTA(S)	SUFICIENCIA	COHERENCIA	RELEVANCIA
Percepción que tiene el estudiante frente a la carga académica	¿Cree que los contenidos de los cursos son necesarios para entender los contenidos de otras materias?	4	4	4
	¿Considera que la forma como se desarrollan las actividades de aprendizaje (METODOLOGÍA) en sus cursos es clara?	4	4	4
	¿Considera que los cursos ofrecen tiempo suficiente para el desarrollo de las actividades de aprendizaje?	4	4	4
	¿En los cursos se realizan actividades que le	4	4	1

VARIABLES	ÍTEM/PREGUNTA(S)	SUFICIENCIA	COHERENCIA	RELEVANCIA
	exigen una posición crítica de lo aprendido?			
Ansiedad relacionada con la carga académica	¿Siente falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas?	4	4	4
	¿Siente Sobrecarga académica (excesivo número de créditos, trabajos obligatorios...)?	4	4	1
	¿siente exceso de responsabilidad por cumplir con mis obligaciones académicas?	4	3	2
¿Se le dificulta Poder asistir a todas las clases?	4	4	4	

CONSTRUCTO:

Ansiedad: el término ansiedad alude a la combinación de distintas manifestaciones físicas y mentales que no son atribuibles a peligros reales, sino que se manifiestan ya sea en forma de crisis o bien como un estado persistente y difuso, pudiendo llegar al pánico; no obstante, pueden estar presentes otras características neuróticas tales como síntomas obsesivos o histéricos que no dominan el cuadro clínico. (Sierra, 2003)

¿Hay alguna categoría que hace parte del constructo y no fue incluida? ¿Cuál?

Algunas preguntas están enfocadas a la sobrecarga académica, pero la variable aparece como sobrecarga/ansiedad y no es claro como este instrumento este midiendo en realidad síntomas o niveles de ansiedad en la población seleccionada.