

Percepción del estrés y la ansiedad en estudiantes de odontología de la Universidad Santo

Tomás, Bucaramanga

Heidy Melissa Castañeda Rincón, Juan Sebastián Pinto Bernal, María Alejandra

Trujillo Pelayo, Nesly Andrea Cachimuel Arias, Rosa Valentina Daza Arenas

Trabajo de grado para optar el título de Odontólogo

Director

Andrea Johanna Almario Barrera

Magíster en Odontología

Co director

Claudia Alejandra Orgullosa Bautista

Magister en Epidemiología

Universidad Santo Tomás, Bucaramanga

División de Ciencias de la Salud

Facultad de Odontología

2024

Contenido

Percepción del estrés y la ansiedad en estudiantes de odontología de la Universidad Santo Tomás, Bucaramanga.....	10
1. Introducción	10
1.1 Planteamiento del problema	11
1.2 Justificación.....	14
2. Marco teórico	16
2.1 Definición de la salud mental.....	16
2.1.1 Factores asociados	16
2.2 Ansiedad.....	18
2.2.1 Signos y síntomas	18
2.2.2 Consecuencias	19
2.2.3 Tratamiento.....	20
2.3 Estrés	22
2.3.1 Signos y síntomas	22
2.3.2 Consecuencias	23
2.3.3 Tratamiento.....	23
2.3.4 Instrumento de medición	25
2.4 Epidemiología del estrés y la ansiedad en jóvenes	27
2.4.1 Casos presentes en estudiantes universitarios en salud	28
3. Objetivos	30
3.1 Objetivo general	30

3.2 Objetivos específicos.....	30
4. Materiales y métodos	31
4.1 Tipo de estudio	31
4.2 Selección de la población a estudio.....	31
4.2.1 Población	31
4.2.2 Muestra y muestreo	31
4.3 Criterios de selección	32
4.3.1 Criterios de inclusión.....	32
4.3.2 Criterios de exclusión	32
4.4 Variables.....	32
4.4.1 Variables dependientes	32
4.4.2 Variables independientes	33
4.5 Instrumento.....	33
4.6 Procedimiento.....	34
4.6.1 prueba piloto	35
4.7 Análisis estadístico	35
4.7.1 Análisis univariado	35
4.7.2 Análisis Bivariado	35
4.8 Consideraciones éticas	36
5. Resultados	37
5.1 Caracterización de la población a estudio	37
5.2 Identificación de ansiedad estado- rasgo (STAI) a través del cuestionario STAI	39
5.3 Identificación de la percepción de estrés (IEA) según el instrumento EIA	47

5.4 Relación de la ansiedad y estrés en los estudiantes con las variables sociodemográficas, hábitos y familiares	54
6. Discusión.....	59
6.1 Conclusiones	64
6.2 Recomendaciones.....	65
Referencias.....	66
Apéndices.....	73

Lista de tablas

Tabla 1. <i>Muestreo</i>	32
Tabla 2. <i>Variable sociodemográfica, familiares y hábitos de la población encuestada.</i>	37
Tabla 3. <i>Variable Ansiedad Estado del Cuestionario STAI</i>	40
Tabla 4. <i>Variable Ansiedad-Rasgo de Cuestionario STAI</i>	43

Lista de figuras

Figura 1. <i>Proporción de la percepción de ansiedad en estudiantes de odontología de la Universidad Santo Tomas.</i>	39
Figura 2. <i>Proporción de percepción de ansiedad estado-rasgo en los estudiantes de odontología.</i>	46
Figura 3. <i>Proporción de la percepción de estrés en los estudiantes de odontología de la Universidad Santo Tomás.</i>	47
Figura 4. <i>Porcentaje de percepción de estrés según sus reacciones físicas, psicológicas y comportamentales.</i>	54

Lista de apéndices

Apéndice A. <i>Cuadro de operacionalización de las variables</i>	73
Apéndice B. <i>Instrumento</i>	88
Apéndice C. <i>Análisis estadístico</i>	92
Apéndice D. <i>Consentimiento Informado</i>	98

Resumen

Introducción: El estrés y la ansiedad en odontólogos se considera un problema en la salud pública con alta prevalencia a nivel mundial con pocas soluciones y altas tasas de suicidios. **Objetivo:** Determinar la percepción de estrés y ansiedad que experimentan los estudiantes de odontología de la Universidad Santo Tomás de Bucaramanga, 2023. **Materiales y Métodos:** Estudio observacional analítico de corte transversal con muestra de 251 estudiantes de 1° a 10° semestre, se realizó por medio de dos cuestionarios validados en Microsoft forms (Ansiedad estado-Riesgo STAI y el inventario de estrés académico IEA). El análisis estadístico fue descriptivo con conteo y porcentajes en variables cualitativas y cuantitativas con mediana con rango y para el bivariado se utilizaron las pruebas de χ^2 y test exacto de Fisher para significancia estadística de valores de p ($<0,05$). **Resultados:** La mediana de edad fue de 20 años (RIQ 17-22), con mayor frecuencia en el sexo femenino (69,69%), primer semestre (18,50%), estrato cuatro (37,80%), núcleo familiar con padres y hermanos (67,32%). Por otro lado, la variable de hábitos se establece que la un poco más de la mitad consumen alcohol (53,54%) influenciados por su círculo social y no fuman cigarrillos (85,43%). En el caso de la ansiedad se presentó en un 77,56% y estrés en un 83,86%; con asociaciones en sexo, semestre, residencia y actividad física. **Conclusión:** Los estudiantes de odontología mostraron mayores niveles de ansiedad severa y estrés profundo con relación con el sexo, semestre, residencia y actividad física.

Palabras claves: salud mental; percepción; estrés; ansiedad; estudiantes de odontología.

Abstract

Introduction: Stress and anxiety in dentists are considered a public health problem with high prevalence worldwide with few solutions and high suicide rates. Objective: Determine the perception of stress and anxiety experienced by dental students at the Santo Tomás University of Bucaramanga, 2023. **Materials and Methods:** Cross-sectional analytical observational study with a sample of 251 students from 1st to 10th semester, was carried out through two questionnaires validated in Microsoft Forms (STAI State-Risk Anxiety and the IEA Academic Stress Inventory). The statistical analysis was descriptive with count and percentages in qualitative and quantitative variables with median with range and for the bivariate the chi2 tests and Fisher's exact test were used for statistical significance of p values (<0.05). **Results:** The median age was 20 years (IQR 17-22), with greater frequency in the female sex (69.69%), first semester (18.50%), stratum four (37.80%), nucleus relatives with parents and siblings (67.32%). On the other hand, the habit variable establishes that a little more than half consume alcohol (53.54%) influenced by their social circle and do not smoke cigarettes (85.43%). In the case of anxiety, it occurred in 77.56% and stress in 83.86%; with associations in sex, semester, residence and physical activity. **Conclusion:** Dental students showed higher levels of severe anxiety and deep stress in relation to sex, semester, residency, and physical activity.

Keywords: mental health; perception; stress; anxiety; dental students.

Percepción del estrés y la ansiedad en estudiantes de odontología de la Universidad**Santo Tomás, Bucaramanga****1. Introducción**

La ansiedad y el estrés representan un problema de salud pública a nivel mundial que afecta a la población en general, los problemas de salud mental que no son atendidos, así como la poca atención que brindan las entidades prestadoras de salud dan paso a que la tasa de suicido aumente anualmente de manera significativa, así mismo las enfermedades mentales generan incapacidad en el individuo lo que ayuda al empobrecimiento del desarrollo personal y social (Rondón, 2006).

De la misma manera, se evidencia la necesidad de estrategias para poder reducir las altas cifras de estrés y ansiedad existentes en la población, también ampliar de manera significativa los sistemas de salud en la asignación de citas psicológicas y la implementación de recursos para dar tratamiento a estas enfermedades. En el último año en Colombia se reportó un aumento del 6.7% en el diagnostico de enfermedades de salud mental (Rúa, et ál., 2019).

Igualmente, en un estudio realizado en Norteamérica se evidenció que las personas con algún problema de salud mental tenían bajo nivel de ingresos y un nivel educativo insuficiente con respecto a la población que nunca había padecido de alguna afectación en su estabilidad emocional (Rondón, 2006).

A lo largo de los años, se han realizado diferentes investigaciones con el propósito de explorar los niveles de ansiedad y estrés entre los estudiantes de odontología. En la universidad de Antioquia en el 2015 se tomó un grupo de 250 estudiantes de pregrado donde el 14% reportó síntomas de estrés y un 40% síntomas de ansiedad durante el desarrollo de sus deberes académicos. También se conoció que existen factores sociodemográficos y académicos debido a la creciente

necesidad de concentración y la mayor demanda de atención, sumada a la responsabilidad de atender a los pacientes lo que genera altos niveles de estrés y ansiedad por las diversas actividades durante la rutina estudiantil (Rúa, et ál., 2019).

En otro estudio realizado a los estudiantes de pregrado de odontología en la universidad nacional de Córdoba en Argentina los resultados indicaron niveles significativos de tensión, siendo los exámenes, las jornadas laborales sobrecargadas y la carencia de tiempo para descansar los principales causantes. Durante el periodo clínico, la salud de los pacientes y la administración de los turnos, así como la obligación de cumplir con los requisitos académicos, son los principales factores de estrés. (Albanesi, et ál., 2006).

Asimismo, con esta investigación se espera conocer la percepción del estrés y la ansiedad que tienen los estudiantes de odontología, que otros factores pueden también influir en esta condición y que diferencia en la estabilidad emocional existe entre los estudiantes de los primeros semestres con respecto a los últimos. Los recursos que serán utilizados en la investigación son, cuestionario de ansiedad estado-rasgo (STAI) e inventario de estrés académico (IEA) con esto se busca identificar las consecuencias y como se puede tomar un plan de acción para mejorarlo.

1.1 Planteamiento del problema

Los trastornos de salud mental se caracterizan por la falta de estabilidad emocional que impide muchas de las actividades diarias como trabajar, estudiar e incluso convivir en familia, lo que muchas veces da como resultado: frustración, violencia con los demás y consigo mismo (Rondón, 2006).

Por otro lado, también se debe tener presente que todos estos trastornos de salud mental, como lo son el estrés y la ansiedad, la mayoría de las veces son provocados por factores de la vida

cotidiana, como lo es la carga académica, que en muchas ocasiones puede interferir con la paz y la salud mental de los estudiantes, y más específicamente de jóvenes que decidieron estudiar alguna disciplina relacionada con el área de la salud. Además, la presión constante que ejerce sobre sus vidas ser los responsables de la salud de muchas personas y creer que no pueden llegar a terminar la carrera son factores que pueden llegar a afectar de manera significativa su desarrollo personal y emocional (Rondón, 2006).

La ansiedad se caracteriza por un estado de alerta y excitación por hechos que van a ocurrir o no en un futuro, caracterizado por sensación de peligro o catástrofe. Es decir, es una combinación entre síntomas cognitivos y fisiológicos donde se manifiesta situaciones de sobresalto y exceso de preocupación por situaciones futuras (Zenovia y Caballero, 2016).

De igual manera, estos trastornos mentales constituyen una seria preocupación de salud pública tanto a nivel nacional como global. Donde, en un estudio realizado en Arabia Saudita se hizo una investigación para saber que tanta presión académica sentían los estudiantes de odontología dando como resultado que el 7,3% de ellos expresaron que en algún momento de su carrera sobre todo en el momento de entrar a la parte clínica sufrieron de ansiedad severa, mientras que un 0,9% sufrió de estrés durante su práctica clínica. En otro estudio observacional que se realizó a estudiantes de odontología en Cuba que tuvieron en cuenta síntomas de depresión, ansiedad y estrés, se presentó que un 63,22% padeció de algún síntoma de ansiedad y un 55,6% de estrés, cifras alarmantes que dejan evidenciar que estas dificultades de salud mental son muy habituales entre los jóvenes universitarios (Lee et ál., 2020).

Por otro lado, un estudio efectuado en Estados Unidos en estudiantes universitarios de las distintas áreas de salud dió como resultado el 38% de estos experimentaron en algún momento de su vida sensaciones ansiedad y un 18% tuvo pensamientos suicidas. En España se encontró casos

similares en los integrantes de la comunidad universitaria de Valladolid donde se encontró que el 21% presentaban ansiedad y el 28% niveles de estrés grave (Zenovia y Caballero, 2016).

El estrés y ansiedad son trastornos que comúnmente se diagnostican a nivel global en jóvenes estudiantes, en Colombia 2 de cada 5 personas han sufrido de alguna afección psicológica en su vida (Portilla, et ál., 2020).

Se puede concretar que los resultados en general son alarmantes ya que pueden generar complicaciones que derivan daño físico y mental de estudiantes y futuros profesionales.

Los jóvenes estudiantes como consecuencia del acumulo de estrés o ansiedad pueden terminar en adicciones o vicios, como el abuso de drogas, alcohol, desórdenes alimenticios hasta inclusive la muerte. En Bucaramanga-Colombia se hizo un estudio entre los estudiantes de la Universidad Industrial de Santander UIS y la Pontificia Bolivariana donde se quería evaluar aspectos significativos: La percepción personal del nivel de estrés, los factores estresantes, los signos y las tácticas de afrontamiento (Malo, et ál., 2010).

El estrés y la ansiedad a menudo están asociados en un cuadro clínico común, y esto se refleja en un creciente número de pacientes, como se observa en las estadísticas disponibles donde hasta un 50% de la población general se le ha diagnosticado simultáneamente uno de estos dos trastornos (Camargo, et ál., 2020).

Otro estudio realizado en estudiantes de la Universidad de Santander (UDES) y la Universidad Cooperativa de Colombia (UCC), se estableció la prevalencia y los factores que afectan en la manifestación de síntomas correspondientes a la ansiedad y el estrés en estudiantes de pregrado, dando como resultado que los estudiantes de 1 a 10 semestre durante el primer periodo de 2018 arrojaron un porcentaje del 53,50% que padecían trastornos de ansiedad y depresión (Hernández, 2018).

Se puede concretar que los resultados en general son alarmantes ya que pueden generar complicaciones que derivan daño físico y emocional de los estudiantes que van a ser futuros profesionales. Se recomienda concretar estrategias, charlas, actividades que busquen mejorar y disminuir las percusiones en la salud mental de los jóvenes adolescentes (Perilla, et ál., 2020).

Por lo tanto, conforme a lo mencionado previamente, surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo es la percepción del estrés y la ansiedad en estudiantes de odontología de la Universidad Santo Tomás, Bucaramanga?

1.2 Justificación

El estrés y ansiedad constituyen un desafío de salud pública, particularmente en los jóvenes universitarios de diversas disciplinas de la salud, como la odontología., el estilo de vida de estos jóvenes posee cambios constantes en el día a día, donde adaptarse a los tipos de situaciones de estrés y ansiedad es fundamental para tener un buen estilo de vida (Rondón, 2006).

Los altos niveles de ansiedad disminuyen la capacidad de concentración, comprensión, atención y retención lo que hace que se deteriore continuamente el rendimiento académico, cuando el estudiante puede concluir que la demanda académica es mayor a lo que puede rendir es donde llega el miedo a la humillación que en algunos casos es suficiente para justificar el rechazo a seguir cursando sus estudios (Jadue, 2001).

Este tema de investigación se enfoca en identificar la percepción que hay del estrés y la ansiedad en los jóvenes estudiantes de odontología, lo que permitirá hacer un comparativo entre los primeros y últimos semestres de la facultad, las razones que justifican la realización de esta investigación son los evidentes problemas de salud mental que se percibe en los estudiantes, determinar las causas, hacer estudios que confirmen si la carga académica es lo que provoca estos

problema de salud mental o por el contrario son otros factores asociados diferentes a temas educativos.

Los beneficios que deja esta investigación a la universidad es que con base a los resultados se puedan tomar las medidas necesarias a través de sus diferentes entes con el objetivo de prevenir trastornos de salud mental., que se puedan identificar estos trastornos y con base a ello la universidad defina cuál es la mejor estrategia para combatirlo. Dependiendo de los resultados la universidad podría establecer alguna estrategia de ayuda psicológica a beneficio de los estudiantes, con ayudas constantes que motiven a una mejor estabilidad emocional.

De esta misma manera, los beneficios para los alumnos son poder transmitir el estado de su salud mental, ser tomados en cuenta para las diferentes ayudas como estrategias didácticas o talleres con ayuda de profesionales que pueden hacer la universidad en beneficio de ellos.

2. Marco teórico

2.1 Definición de la salud mental

La salud mental se define como ese estado de bienestar tanto físico, emocional, psicológico y social en el que las personas son capaces de enfrentar diversas situaciones de la vida, esto influye en el estilo de vida de las personas y el desempeño a nivel individual, familiar social comunitario (Etienne, 2018).

Según la OMS, la salud mental es "un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad" (OMS, 2014).

2.1.1 Factores asociados

Diversos estudios han identificado factores biológicos, psicológicos y sociales que contribuyen a la etiología de la salud mental. La etiología de la salud mental es multifactorial e involucra factores biológicos, psicológicos y sociales. La comprensión de estos factores es crucial para prevenir y tratar los trastornos mentales de manera efectiva. Los estudios han identificado alteraciones cerebrales, eventos traumáticos y factores sociales, como la pobreza y la discriminación, como algunos de los factores que pueden contribuir a la etiología de la salud mental (Villalta, 2006).

Factores biológicos: la predisposición genética puede influir la salud mental de una persona. Algunas enfermedades mentales, como la esquizofrenia, trastorno bipolar y la depresión, se han asociado con variaciones en ciertos genes. Según un estudio de Sullivan y cols (2012), la

prevalencia de una enfermedad mental es más elevada si uno o ambos padres tienen una enfermedad mental, lo que sugiere una fuerte influencia genética (Sullivan y cols, 2012).

Por otra parte, se ha evidenciado que existen cambios en la estructura y funcionamiento del cerebro también pueden incrementar la probabilidad de padecer trastornos mentales. Por ejemplo, un estudio realizado por Hibar et ál., (2018), encontró que ciertos patrones de conectividad cerebral estaban asociados con un mayor riesgo de depresión y ansiedad (Hibaer et al., 2018).

Factores ambientales: los elementos ambientales, como la pureza del aire y la exposición a sustancias químicas nocivas, pueden afectar la salud mental. Por ejemplo, un estudio de Brown y cols (2018), encontró que la exposición a la contaminación atmosférica está relacionada con un riesgo superior de padecer trastornos mentales, incluyendo la ansiedad y la depresión (Brown y cols, 2018).

Factores sociales: las relaciones interpersonales pueden ejercer influencia sobre la salud mental. La sensación de soledad y el aislamiento social han sido vinculados a un incremento en el riesgo de padecer trastornos de ansiedad y depresión. De acuerdo con una investigación llevada a cabo por Holt-Lunstad y colaboradores (2015), la carencia de conexiones sociales puede tener un impacto negativo en la salud mental, al nivel de riesgo que representa fumar o la obesidad. Además, factores relacionados con el estilo de vida, como el consumo de alcohol y drogas, así como condiciones socioeconómicas precarias y la calidad de la vivienda, pueden tener un efecto en la salud mental (Holt-Lunstad, 2015).

Según un estudio realizado por Mojtabai (2018), el consumo de alcohol y drogas se asocia con un mayor riesgo de sufrir trastornos de ansiedad y depresión, y se observa una mayor propensión al abuso de sustancias en personas que ya padecen trastornos mentales (Mojtabi, 2018).

Factores psicológicos: se relaciona con el comportamiento de la persona y también los trastornos presentes, esta puede ir entrelazada con el entorno natural o social de la persona, debido a que estas interacciones pueden provocar en el individuo una respuesta no deseada, logrando así que las personas no sean capaces de afrontar situaciones de la vida cotidiana (Villalta, 2006).

Se ha comprobado que los eventos traumáticos pueden tener una repercusión considerable en la salud mental. Como ilustración, una investigación efectuada por Breslau y colaboradores (2017), concluyó que la exposición a eventos traumáticos durante la infancia se vinculaba con un incremento en el riesgo de padecer trastornos de ansiedad y depresión en la etapa adulta (Breslau et al., 2017).

Factores sociodemográficos: se refiere a la edad, lugar de procedencia, etnicidad, estos factores pueden ayudar que el riesgo sea más alto debido a que cada persona tiene diferentes niveles sociodemográficos y esto puede llevar a que las personas presenten más trastornos en su personalidad (Villalta, 2006).

Factores macroeconómicos: se refiere a la estabilidad laboral, económica y nivel de empleo, esto va sumergido a múltiples factores dado el caso que, si no se tiene una estabilidad, pueden llevar a ocasionar ansiedad, depresión, estrés con su entorno (Florenzano, 1998).

2.2 Ansiedad

2.2.1 Signos y síntomas

Corresponde a un estado interno de cada persona que se caracteriza en tener temor al ver vulnerada nuestra integridad como persona, se identifica principalmente como temor al fracaso, a ser juzgado o al ridículo.

En términos más generales se puede decir que la ansiedad se relaciona con temerle a algo ya sea un objeto que nos produce fobia o alguna situación de carácter social, aunque también va muy relacionado con la reacción de cada persona y como internamente cada uno reacciona a cierta situación de temor.

Centrándonos más en el ámbito académico/escolar, el examen es un gran ejemplo de ello. Un estudiante antes de presentar un examen que para él como persona es importante desarrolla diferentes conductas relacionadas con la ansiedad. Por ejemplo, sobre pensar más allá de lo que no está pasando, es decir, imaginarse o pensar en situaciones que no han ocurrido y que es muy incierto si pasarán (Richards, 2005).

La ansiedad puede presentar signos emocionales y físicos, esto debido a los niveles de intensidad que se someta la persona, lo que puede originar que el sistema nervioso tenga una estimulación negativa. En los signos físicos pueden haber diversas respuestas como la huida, esto puede generar respuesta de alerta e incluso puede haber una reacción acelerada en el corazón y un incremento en la tensión muscular, no solo es físico, sino que puede llevar a que la persona presente pensamientos negativos y como consecuencia de esto no se puede desenvolver de manera normal en su diario vivir (Arrieta et ál., 2014).

2.2.2 Consecuencias

Algunos efectos ocasionados por la presencia de la ansiedad y el estrés, tal como lo menciona Banks y Dinges (2007), son la aparición inminente del insomnio como resultado de un trastorno del sueño, que puede tener aparición en su mayoría de casos durante el primer año de formación, generado no solo por una elevada carga académica durante el desarrollo del curso, sino por los factores que implican un proceso de adaptación propios al contexto, promoviendo así,

cambios del estado del humor tales como la irritabilidad, pérdida de la motivación y una disminución de la productividad en los estudios.

Estos trastornos generalmente tienen mayor prevalencia en estudiantes con diversos factores de estrés tales como la presión del entorno por mantener excelentes resultados, el exceso de carga académica, y los pensamientos inquietantes en la etapa final de su formación frente a su futuro profesional y laboral, es así como se puede llegar comprender, que la relación de aquellos factores con la aparición del estrés y la ansiedad repercuten en algunos casos en las bajas calificaciones, cumplimiento de objetivos, mal desempeño profesional, estados depresivos, aislamiento social, falta de interés y despersonalización, así como dificultades para almacenar nueva información Dis (Hurtado et ál., 2016).

2.2.3 Tratamiento

La ansiedad es un trastorno que normalmente se trata cuando sus síntomas son muy marcados y denotan una angustia muy marcada que se hace difícil de manejar, se puede tratar de forma ambulatoria con medicamentos o hospitalización psiquiátrica ya cuando los pacientes presentan cuadros ansiosos severos con tendencias depresivas, suicidas o abuso de sustancias alcohólicas o psicoactivas (Bandelow et ál., 2022).

Los cuidados hospitalarios son supervisados por psicólogos y psiquiatras que determinan si los pacientes pueden superar sus episodios de ansiedad y adicciones con las que “controlan” la ansiedad estos pacientes, estos cuidados y tratamientos consisten en que el paciente no se haga daño y no siga consumiendo sustancias que le den una falsa sensación de mejoría y ejercicios para que los pacientes puedan mediante ejercicios de respiración controlar los ataques de ansiedad que sufren, también se busca encontrar el origen que causa este trastorno buscando darle una solución

más manejable al paciente, debido a que el tratamiento con fármacos en algunos casos también pueden generar dependencias y tienen efectos adversos si son combinados con otros medicamentos. La farmacoterapia es el tratamiento que va de la mano con psicología y psiquiatría cuando los pacientes ya no pueden controlarse por sí mismos, los fármacos que se receten van a depender de que tipo de trastorno ansioso sea el que se presente debido a que la ansiedad se puede presentar por varias razones (Bandelow et ál., 2022).

Los medicamentos más comúnmente utilizados para abordar diversos trastornos de ansiedad suelen ser los inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina (ISRS) y los inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina y norepinefrina (ISRSN). Estos medicamentos son preferidos debido a su perfil beneficio/riesgo favorable y su condición como opciones de tratamiento de primera elección., los tratamientos con estos medicamentos van de la mano con la información a los pacientes de los efectos adversos que conlleva cada medicamento y que al comienzo del tratamiento estos efectos pueden ser más fuertes incluso llegar a producir un nerviosismo inicial o un aumento en síntomas de ansiedad (Bandelow et ál., 2022).

El instrumento para hacer la medición de la ansiedad será el STAI (state trait anxiety inventory o cuestionario de ansiedad estado-rasgo), es un autoinforme que consta de 40 puntos que evalúa dos conceptos de ansiedad la ansiedad como estado (condición emocional transitoria) y la ansiedad como rasgo (propensión ansiosa relativamente estable). Se evalúa como se encuentra la persona en el momento de responder cada subescala se conforma por un total de 20 ítems en un sistema de respuesta Likert de 4 puntos según la intensidad (0= casi nunca/nada; 1= algo/a veces; 2= bastante/a menudo; 3= mucho/casi siempre). La puntuación total en cada una de las subescalas oscila entre 0 y 60 puntos (Fonseca, et ál., 2012).

2.3 Estrés

2.3.1 Signos y síntomas

Un problema de salud muy común entre los estudiantes, tanto este como la ansiedad disminuyen la calidad de vida de las personas, se define como una sensación de tensión física y emocional que proviene de sentimientos como la frustración, el nerviosismo y la furia, en estudiantes está directamente relacionado con las situaciones de no comprender algún tema en su totalidad o tener el tiempo suficiente para realizar todas las obligaciones académicas. La falta de horas de sueño, la dieta y el aspecto físico también van muy de la mano para desarrollar estos trastornos (Arévalo, et ál., 2019).

La relación entre el surgimiento del estrés y la ansiedad en el organismo, así como la aparición de síntomas que pueden estar asociados a antecedentes familiares de carácter genético, dificultades en el desempeño académico, vulnerabilidad económica, enfermedades de base, dificultades familiares, muerte de un ser querido, consumo de SPA, bajas estrategias de afrontamiento, entre otras situaciones que pueden incrementar la probabilidad de desarrollar uno de estos trastornos (Vergara, et ál., 2013).

Sin embargo, al aparecer una de ellas, el organismo experimenta síntomas propios del estado emocional, puesto que existen algunas diferencias características tanto de la ansiedad como del estrés, siendo la primera inducida generalmente por algún evento adverso y novedoso, mientras el estrés tiene su origen en factores psicosociales (Grillon, et ál., 2019).

Se estima que la formación académica de las ciencias de la salud, como la odontología, resulta ser un trayecto dispendioso, lo cual puede ser estresante para el estudiante que se encuentra a inicios de la formación profesional, puesto que solo tiene un conocimiento vago de lo que supone,

será su carrera profesional. Ya que a medida en que el grado de dificultad avanza, se va generando mayor grado de estrés y ansiedad por la exposición a alta carga académica e intensidad horaria, incluyendo los trabajos, prácticas, exámenes teórico-prácticos y experiencias clínicas con el paciente. Por consiguiente, algunos signos y síntomas propios del estrés en estudiantes de odontología se manifiestan mediante problemas musculares, aplanamiento emocional, padecimientos de salud y decaimiento emocional, intranquilidad, rigidez, desilusión, activación desmesurada del sistema nervioso, inseguridad, llanto, estado dubitativo, pánico, estado anhedónico y deterioro físico y cognoscitivo, siendo esta última la más preocupante (Hurtado, et ál., 2016).

2.3.2 Consecuencias

Como consecuencia de lo anterior, uno de los resultados de experimentar de forma frecuente y en altos niveles el estrés y la ansiedad, traen consigo la probabilidad de desarrollar el efecto o síndrome de “burnout”, lo cual ocasiona fuertes cambios en el organismo, tales como la pérdida de apetito y problemas digestivos, rigidez muscular y dolor neurálgico, llegando a un agotamiento tanto físico como emocional, el cual en los últimos tiempos representa una amenaza no solo para el sector productivo en general, sino también para quienes se encuentren en un proceso de formación profesional (Alzahem, et ál., 2011).

2.3.3 Tratamiento

El estrés se puede manifestar de diferentes formas dependiendo de la situación que lo cause ya que es una respuesta biológica a una situación, algo comparable a cómo reaccionan los tejidos a los estímulos nocivos, hay muchos tipos de estrés, pero el tratamiento siempre será el mismo,

buscar la forma de disminuir o evitar tener contacto con lo que causa esa respuesta biológica, así como hay personas que después de un evento muy traumático padecen de estrés post traumático y se tienen que someter a terapias intensivas para volver a realizar actividades cotidianas como quienes se accidentan en vehículos y debido a este estrés no pueden subirse a uno, si el estrés por el que está pasando la persona es algo que se puede eliminar y normalizar otra vez, se enfrenta a una terapia donde confronta el evento una y otra vez hasta que la persona supera el evento y puede volver a realizar estas actividades que previamente eran traumáticas para él (Fundación BBVA, 2007).

Se busca modificar la situación traumatizante para que se deje de percibir como una amenaza y otra modificando la respuesta emocional que provoca, primero en la modificación de la situación se enfocarían en tomar decisiones que cambien el ambiente desapareciendo el motivo del estrés con el cuidado de no recaer en tendencias extremistas ya que se puede volver costumbre (*Libro de La Salud Del Hospital Clínic de Barcelona y La Fundación BBVA - Google Libros, s.f.*).

Para cambiar la respuesta emocional ante una situación estresante se realizan ciertos ejercicios de relajación cognitiva que llevan a corregir los pensamientos irracionales, esto se logra con la asistencia psicológica, quienes recomiendan, respirar, contar hasta 10, asistir a un gimnasio, descansar en un balneario, racionar las horas de estudio o trabajo o viajar, estas soluciones ya son más personalizadas ya que no a todos les relajan las mismas actividades y algunos pueden encontrar relajación donde otros pueden estresarse más (*Libro de La Salud Del Hospital Clínic de Barcelona y La Fundación BBVA - Google Libros, n.d.*).

Hay un abordaje farmacológico que consisten en ansiolíticos y antidepresivos, pero ya se da uso en casos donde el estrés se mezcla con otros diagnósticos como ansiedad o depresión (*Libro de La Salud Del Hospital Clínic de Barcelona y La Fundación BBVA - Google Libros, n.d.*).

2.3.4 Instrumento de medición

El instrumento por usar para medición del estrés es el inventario de estrés académico, nos sirve para medir un autoinforme donde se van a evaluar características psicológicas, comportamentales y la reacciones en cuanto al entorno del estrés (Barraza, 2020).

Por otra parte, el estrés académico se describe como un proceso sistemático de naturaleza adaptativa y psicológica, que se describe en 3 etapas: La primera el estudiante es sometido a una serie de situaciones que, según su evaluación, son percibidas como estresantes. La segunda es que los factores estresantes provocan desequilibrios sistemáticos (situaciones estresantes) que se manifiestan en una serie de síntomas que serían los indicadores de desequilibrio. Por lo tanto, para restaurar el equilibrio, los estudiantes tomaran una serie de contramedidas. Así se reconocen tres componentes del proceso sistémico de la EA: Un estímulo estresante, síntomas indicativos de desequilibrio sistémicos y estrategias de afrontamiento (Macía, 2017).

Propiedades psicométricas:

- Confiabilidad: se obtuvo una confiabilidad media de 0.87 y una confiabilidad alfa de Cronbach de 0.90. Estos niveles pueden calificarse como buenos según DeVellis (Garcia, 2006) o aumentados según Murphy y Devishofer, (En hogan, 2004), como se citó en (Barraza, 2020).
- Validez: se encontró validez a través de tres procedimientos: Análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de grupos contrastados (Barraza, 2020).
- Estructura

El inventario se compone de 31 ítems a evaluar, que son los siguientes:

El primer filtro, que es un ítem de filtro, nos permite evaluar si la persona encuestada va a ser candidato o no para el inventario.

Otro ítem que es un escalamiento de Licker que nos permite evaluar en cinco valores numéricos (1 a al 5), donde el 1 va a hacer lo poco y el 5 lo mucho, esto nos permite evaluar que tanto grado de estrés se presenta.

Ocho ítems que van a constar de una escala de licker donde se evalúan cinco valores categoriales que son: nunca, rara vez, siempre, casi siempre y algunas veces, esto nos permitirá evaluar la frecuencia de intensidad del estrés en los entornos.

15 ítems que constan de un escalamiento de tipo licker donde se evalúan cinco valores categoriales que son: nunca, rara vez, siempre, casi siempre y algunas veces, donde nos permite identificar los síntomas o las reacciones del estrés.

Por último 6 ítems que constan de un escalamiento de tipo licker donde se evalúan cinco valores categoriales que son: nunca, rara vez, siempre, casi siempre y algunas veces, donde nos permite identificar la frecuencia del uso de las estrategias de afrontamiento (Barraza, 2020).

- Calificación

La calificación es sencilla, se construye a partir de la dimensión estresante, agregando el código de la respuesta al ítem, nunca es 0, casi nunca es 1, rara vez es 2, a veces es 3, casi siempre es 4, siempre es 5; están invertidos. El valor del código que la dimensión estrategia de respuesta. Para puntuación final, se espera que la suma de todos los ítems oscile entre 0 y 235 para todo el instrumento, entre 0 y 75 para las dimensiones de estrés y síntomas, entre 0 y 85 para la dimensión de estrategias de afrontamiento del estrés. Se interpreta los resultados de acuerdo con la escala establecida (Flores, et ál., 2021).

2.4 Epidemiología del estrés y la ansiedad en jóvenes

Los universitarios llevan de por sí un sinfín de riesgos que pueden demostrarse mediante la ansiedad y la depresión, enfermedades bastantes comunes en los jóvenes de hoy en día, que gracias a las exigencias de su entorno en cuanto a: lo social, académico, económico, amoroso y familiar, aumentan sus presiones psicosociales, lo que hace que se sientan vulnerables ante la sociedad (Cardona, et ál., 2015).

La presencia de la ansiedad y la depresión son variables frecuentes que se manifiestan mediante síntomas físicos como el dolor de estómago, espalda, cabeza, estreñimiento, falta de aire etc. El término usado para este tipo de síntomas es síntomas psicosomáticos (González, et ál., 2009).

Según la prueba de Kuskal-Wallis este estudio manifiesta la importancia de realizar campañas de prevención o tratamiento de atención hacia los jóvenes universitarios, donde se apliquen técnicas de control simultaneo, enfocados en un estilo de vida saludable como por ejemplo el uso de técnicas de control de estrés y relajación, permanecer activo físicamente, consumir alimentos saludables y que el dormir sea una prioridad (Basile, et ál., 2015).

Eventualmente hay que tener presente las técnicas de relajación de respiración profunda y reestructuración cognitiva, de este modo demuestran significativamente una reducción de la ansiedad y depresión en los estudiantes por lo cual se vio reflejado una mejora significativamente en cuanto a su rendimiento (Basile et ál., 2015).

2.4.1 Casos presentes en estudiantes universitarios en salud

Los jóvenes que estudian odontología en comparación a el resto de población son más ansiosos, muestran niveles muy altos de depresión y trastornos compulsivos, este estudio se realizó para evaluar el DASS que es la escala única de autoinforme capaz de medir los tres estados negativos (depresión, ansiedad y estrés), se usó el DASS-21 que es una forma abreviada de la prueba original dándole una ventaja a este tipo de estudio, se repartieron 980 cuestionarios de los cuales se resolvieron 845 donde su mayoría fueron mujeres entre 21 y 23 años. La mayoría de los encuestados estaban solteros, en los resultados el estado civil no marco la diferencia, debido a que los participantes casados mostraron mayor puntaje en el DASS que los solteros, el grado que más DASS tuvo fue el tercero (Basudan, et ál., 2017).

Se realizo un estudio transversal en la facultad de odontología de la Universidad de Antioquia se tuvo en cuenta las listas de los estudiantes registrados en los cursos de Sociedad, Salud e Investigación y Sociedad, Salud y Servicios del I al X semestre se calculó con los parámetros nivel de confianza 95% y 5%, el estudio evaluó los siguientes puntos: salud general (mala salud), salud mental (mala), depresión, ansiedad y estrés dividiendo los resultados según el sexo (Sravani, et ál., 2018).

Un 40 % de los hombres reporto mala salud mental, ansiedad y depresión, se encontró esto en personas mayores a 22 años que vienen de otras zonas del país, también dejo como resultado que aquellos que viven en casa arrendada y que no practican deporte son más susceptibles a tener una mala salud mental, los que trabajan mala salud general y estrés y los que no trabajan reportan un nivel de mala salud mayor, ansiedad y estrés (Sravani, et ál., 2018).

Con respecto a mujeres la mala salud general fue de un 19%, más del 60% reporto mala salud mental con síntomas de depresión y ansiedad, el 41 % reporto estrés estos reportes prevalecen

en las estudiantes de 23 o más, la prevalencia de mala salud mental se vio relacionada en los estratos socioeconómicos bajos, el 54 % de las mujeres provenientes de Antioquia reportaron mala salud mental igual las que trabajan reportan mala salud general, depresión y ansiedad, 54 % que practican deporte reportan mala salud mental y el 51 % que no lo hace reportan mayor depresión y ansiedad se encontraron diferencias significativas cruzando las variables: estrés/tipo de vivienda, edad/salud mental, familia/depresión/ansiedad y estrés y apoyo social con todos los indicadores de salud mental (Sravani, et ál., 2018).

3. Objetivos

3.1 Objetivo general

Determinar la percepción de estrés y ansiedad que experimentan los estudiantes de odontología de la Universidad Santo Tomás de Bucaramanga, 2023.

3.2 Objetivos específicos

- Caracterizar la población según variables sociodemográficas, familiares y de hábitos.
- Establecer el nivel de ansiedad con el instrumento cuestionario de ansiedad Estado-Rasgo (STAI) y estrés de acuerdo con el instrumento de inventario de estrés académico (IEA).
- Explorar posibles asociaciones entre el nivel de estrés y ansiedad presente en los estudiantes de acuerdo con los aspectos sociodemográficos, hábitos y variables familiares.

4. Materiales y métodos

4.1 Tipo de estudio

El presente estudio es de tipo observacional analítico de corte transversal porque no se interviene a la población, solo se encarga de la observación y registro de los diferentes niveles de estrés y ansiedad percibidos en los participantes a partir de los instrumentos empleados para la medición, asimismo es de carácter analítico se hace una comparación entre los estudiantes de odontología de primeros y últimos semestres para identificar las diferencias que existen entre su salud mental según el semestre cursado (Manterola y Otzen, 2014).

4.2 Selección de la población a estudio

4.2.1 Población

Comprende a 688 estudiantes que están matriculados en el área de pregrado de la facultad de odontología en la Universidad Santo Tomás de Bucaramanga en el primer periodo del 2023.

4.2.2 Muestra y muestreo

Según la literatura se presentó una prevalencia de 47,2% de estrés y ansiedad en los estudiantes de odontología Rúa, et ál., (2019) y teniendo en cuenta un total de 688 participantes. A partir de estas cifras se determinó por el programa de Epidat versión 4.1 con además de un nivel de confianza del 95%, un efecto de diseño de 1.0 y una precisión del 5%, se determinó un tamaño de muestra de 247 estudiantes para la participación del estudio.

El tipo de muestreo utilizado es no probabilístico por cuotas, donde se realiza un muestreo por cada estrato.

Tabla 1. *Muestreo*

Semestre	Tamaño del semestre	Tamaño de la muestra
1	110	36
2	84	28
3	81	27
4	56	19
5	73	24
6	46	15
7	86	28
8	54	18
9	99	33
10	57	19
Total	746	247

4.3 Criterios de selección

4.3.1 Criterios de inclusión

Ser estudiantes de la facultad de odontología de la universidad Santo Tomás de Bucaramanga.

Estudiantes mayores de 18 años.

4.3.2 Criterios de exclusión

Estudiantes que no desean participar en la encuesta

Estudiantes que se encuentren en intercambio académico

4.4 Variables

4.4.1 Variables dependientes

Las variables dependientes para este trabajo serán la percepción de estrés y la ansiedad medidas a través de los cuestionarios “cuestionario de ansiedad estado-rasgo (STAI)” y el de “inventario de estrés académico (IEA)”.

4.4.2 Variables independientes

- *Variables sociodemográficas:* edad, sexo, estrato socioeconómico, residencia y semestre, Núcleo familiar, ¿con quién vive?
- *Variables de hábitos:* actividad física, consumo de cigarrillo, consumo de alcohol. Las variables se encuentran en el apéndice A.

4.5 Instrumento

El instrumento (STAI) utilizado en este trabajo consta de 3 apartados, el primero de variables sociodemográficas, hábitos y familiares; Además las dos subescalas restantes evalúan conceptos independientes de la ansiedad: Ansiedad estado y Ansiedad-rasgo. Las respuestas son de tipo Likert donde para ansiedad-estado la escala de 0 a 3 donde (0) es “nada” (1) es “algo” (2) es “bastante” y (3) es “mucho” y para ansiedad-rasgo en una escala de 0 a 3 donde (0) es “Casi nunca” (1) es “a veces” (2) es “A menudo” y (3) es “Casi siempre” (Santos, et ál, 2021).

Los totales se obtienen con la suma de los valores de los ítems, del mismo modo para ansiedad-rasgo y de ansiedad estado- rasgo abarcan desde 0 hasta 60, con una mayor puntuación correspondiente a mayor grado de ansiedad. (Puntuaciones > 30: ansiedad moderada, puntuaciones >45: ansiedad severa).) Ansiedad estado-Riesgo (STAI) con un alfa Cronbach de 0,83 y un coeficiente omega de 0,82 que se divide en ansiedad-estado y ansiedad-rasgo.

Finalmente, para determinar el nivel de estrés se utilizó la escala de medición (IEA) que se dividen en reacciones físicas, reacciones psicológicas, reacciones comportamentales y otras en una escala de 0 a 5 donde (1) es “nunca” (2) es “rara vez” (3) es “algunas veces” (4) “casi siempre” (5) “siempre” donde a través del puntaje se clasifica el estrés en: leve (0-33), moderado (34-66) y profundo. (67-100). Inventario de Estrés Académico (IEA) con una confiabilidad por mitades de 0,87 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de 0,90. El instrumento se encuentra en el apéndice B (Tirado, et ál., 2023).

4.6 Procedimiento

Inicialmente se consultó con la secretaria de facultad de odontología de la Universidad Santo Tomas en la seccional Bucaramanga para la obtención de la información sobre el número de estudiantes vinculados a la Universidad Santo Tomás en el programa de odontología, y de esta manera se realizó el cálculo de tamaño de muestra para tener con exactitud del número de participantes incluidas en la investigación, se aplicaron los instrumentos cuestionario de ansiedad estado-rasgo (STAI) que mide en una escala de 0 a 3 e inventario de estrés académico (IEA) que mide en una escala de 1 a 5, estos instrumentos se encuentran validados.

Luego se realizó la selección del 10% de la población total para llevar a cabo la prueba piloto para la revisión de la adaptación del cuestionario y poder revisar la comprensión de los instrumentos.

Adicionalmente se escogió un espacio académico por semestre y se solicitó el permiso a los docentes para realizar dicho cuestionario, donde a cada grupo de participantes se les explicó en que consiste la investigación y cuáles son sus objetivos, luego se procedió a mostrarles el link para que ingresen al cuestionario, este cuestionario tendrá una duración de 20 min por persona,

para motivar la participación de los estudiantes se les entregó un incentivo con el objetivo de que participen en el cuestionario.

Una vez aplicado se almacenó en una base de datos de Excel y se realizó la interpretación de resultados para definir la percepción de estrés y ansiedad que tienen los estudiantes.

4.6.1 prueba piloto

Se seleccionó una muestra de 25 estudiantes. Se les envió un mensaje de correo electrónico en el que se adjuntó el enlace del formulario (consentimiento informado e instrumento) construido en Google Forms. Una vez se aplicó este cuestionario, se almacenaron los datos obtenidos y se realizó el respectivo análisis, para así finalizar con los resultados y divulgación de la investigación.

4.7 Análisis estadístico

4.7.1 Análisis univariado

En el análisis de las variables cuantitativas se presentó a través de las medidas de tendencia central (la media, la mediana,) y medidas de dispersión (desviación estándar, rango intercuartílico); la evaluación de la normalidad de las variables cualitativas se midió con el test Shapiro Willk. Además, para las variables cualitativas se analizó a través de frecuencias absolutas y porcentajes (Apéndice C).

4.7.2 Análisis Bivariado

En el análisis de variables cualitativas se realizó por medio de la prueba Chi² o Test Exacto de Fisher. Todos los análisis se realizaron en el software estadístico de Stata V14 (Apéndice C).

4.8 Consideraciones éticas

Para esta investigación se consideró la resolución 008430 de 1993 y las normas éticas estipuladas, este trabajo se clasificó como una investigación de riesgo mínimo, dado que para esta investigación se emplearon técnicas documentales en las que se realizó intervención que implicara procedimientos psicológicos y sociales de los individuos, con el objetivo de evaluar la percepción del estrés y la ansiedad en los estudiantes. La recolección de datos fue de carácter voluntario, no se pretendió modificar la conducta de los individuos, se les dió el consentimiento informado (apéndice D), se les explicó sobre la investigación y los beneficios, en caso de que el estudiante no hubiese querido participar en dicha investigación se podía retirar voluntariamente, finalmente se dió resguardo y confidencialidad de la información por medio de la ley 1581 protección de datos personales.

En esta investigación primaron los principios éticos a través de los cuales el individuo participante tomó la decisión propia de aceptar o rechazar su participación en la investigación teniendo en cuenta que esta cobijada bajo la ley 1581 que hace referencia a la protección de los datos personales, en el cual no se genera ningún vínculo con el que permita la transferencia de información a terceros, esta información estuvo en manos de los investigadores quienes realizaron el análisis de datos con el fin de completar los objetivos planteados en dicha investigación.

Adicionalmente los que participaron en esta investigación no tuvieron ninguna remuneración económica, pero si tuvieron un incentivo por la participación y tampoco se excluyeron las personas relacionadas con alguna condición social, sexo, raza, etnia, etc.

5. Resultados

5.1 Caracterización de la población a estudio

De acuerdo con la encuesta virtual de la plataforma de Microsoft Forms, se recopiló un marco muestral de 251 estudiantes de odontología de primero a décimo semestre en la que se determinó la percepción de estrés y ansiedad de la Universidad Santo Tomás donde la mediana de edad es de 20 años (RIQ 17-22), presentándose mayor frecuencia en el sexo femenino con un 69,69% (177), en primer semestre se presentó una mayor frecuencia con 18,50 % (47) , un 37,80% (96) pertenece al estrato socioeconómico cuatro, un 59,45% (151) pertenece a la residencia de Floridablanca. Para las variables familiares se presentó que un 67,32% (171) pertenece al núcleo familiar (madre, padre y hermanos) y un 59,45% (151) pertenece a con quien vive.

Por otro lado , para las variables de hábitos se presentó un 50,39% (128) pertenece a quienes no realizan actividad física y quienes realizan actividad física dos veces a la semana con un 27,56% (70), un 85,43% (217) pertenece a quien no consumen vappe o cigarrillo, un 6,30% (16) pertenece a quienes consumen Vappe o cigarillo dos veces a la semana, un 53,54% (136) pertenece a quienes si consumen bebidas alcohólicas y lo hacen con una frecuencia de dos veces a la semana 33,46% (85), donde su grupo social influye algunas veces en la ingesta de alcohol con 50% (127) (Ver tabla 2).

Tabla 2. *Variable sociodemográfica, familiares y hábitos de la población encuestada.*

Variables	Frecuencia Mediana	Porcentajes (%) RIQ
Variabes sociodemográficas		
Edad	20	17-22

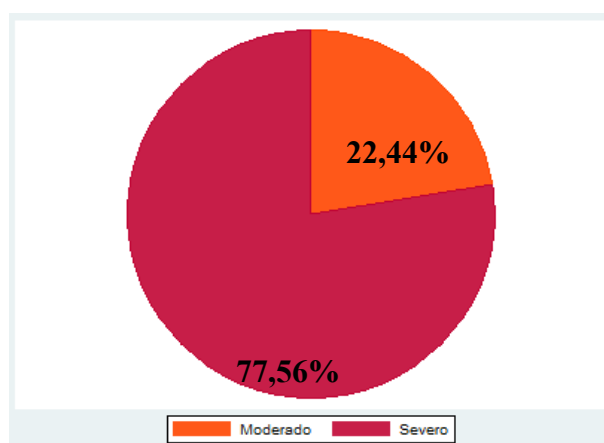
Variables	Frecuencia Mediana	Porcentajes (%) RIQ
Sexo		
Femenino	177	69,69
Masculino	77	30,31
Semestre		
Semestre 1	47	18,50
Semestre 2	33	12,99
Semestre 3	32	12,60
Semestre 4	18	7,09
Semestre 5	17	6,69
Semestre 6	18	7,09
Semestre 7	34	13,39
Semestre 8	25	9,84
Semestre 9	16	6,30
Semestre 10	14	5,51
Estrato socioeconómico		
Estrato 1	16	6,30
Estrato 2	34	13,39
Estrato 3	77	30,31
Estrato 4	96	37,80
Estrato 5	22	8,66
Estrato 6	9	3,54
Residencia		
Bucaramanga	83	32,68
Floridablanca	151	59,45
Piedecuesta	13	5,12
Girón	2	0,79
Otro	5	1,97
Variables familiares		
Núcleo familiar		
Madre	34	13,39
Padre	2	0,79
Madre y padre	40	15,75
Madre, padre y hermanos	171	67,32
Pareja o hijos	7	2,76
¿Con quién vive?		
Cupo universitario	36	14,17
Solo	54	21,26
Con familiares	151	59,45
Pareja	13	5,12
Variables de hábitos		
Realiza actividad física		
Si	126	49,61
No	128	50,39
¿Cuántas veces hace actividad física?		
Dos veces	70	27,56
Cuatro veces	46	18,11
Seis veces	22	8,66
No aplica	116	45,67

Variables	Frecuencia Mediana	Porcentajes (%) RIQ
¿Consume cigarrillo o vape?		
Si	37	14,57
No	217	85,43
¿Con que frecuencia consume cigarrillo o vape?		
Dos veces	16	6,30
Cuatro veces	6	2,36
Seis veces	12	4,72
No aplica	220	86,61
¿Consume bebidas alcohólicas?		
Si	136	53,54
No	118	46,46
¿Cuántas veces a la semana consume alcohol?		
Dos veces	85	33,46
Cuatro veces	4	1,57
Seis veces	4	1,57
No aplica	161	63,39
¿Con que frecuencia su grupo social influye en la ingesta de alcohol?		
Nunca	64	25,20
Algunas veces	127	50,00
Casi siempre	41	16,14
Siempre	22	8,66

5.2 Identificación de ansiedad estado- rasgo (STAI) a través del cuestionario STAI

De acuerdo con las respuestas del cuestionario Microsoft Forms sobre ansiedad estado- rasgo STAI se evidencio una mayor proporción de estudiantes con un nivel de ansiedad severo dando un resultado de 77,56% (197), teniendo en cuenta los valores de instrumento STAI (Ver figura 1).

Figura 1. Proporción de la percepción de ansiedad en estudiantes de odontología de la Universidad Santo Tomas.



Se encontró que en el cuestionario de ansiedad estado-estado la mayoría de estudiantes respondieron “algo” para me siento calmado con un 42,91% (109), un 36,22% (92) para “me siento seguro”, un 38,98% (99) para estoy tenso, un 37,01% (94) para me siento angustiado, un 59,45% (151) para me siento confortable, , un 38,98% (99) para me siento nervioso, un 42,91% (109) para Estoy relajado, un 41,34% (105) para me siento satisfecho, un 35,04%(89) para estoy preocupado, un 46,06% (117) para me siento alegre.

Por otra parte, para la opción de respuesta “nada” un 46,46% (118) para estoy confundido, un 42,13% (107) para me siento alterado, un 34,65% (88) para estoy alterado por posibles desgracias futuros, un 44,49% (113) para me siento descansado, 38,98% (99) para siento desasosiego (intranquilo), un 45,28% (115) para me siento muy atado como oprimido, un 50,00% (127) para me siento aturdido o sobreexcitado, un 44,09% (112) para en este momento no me siento bien. Y por último para la opción de respuesta bastante un 38,19% (97) para me siento cómodo (estoy a gusto) y un 37,40 % (95) “bastante” para tengo confianza en mí mismo (Ver tabla 3).

Tabla 3. *Variable Ansiedad Estado del Cuestionario STAI*

Variables ansiedad-estado	Frecuencia (n)	Porcentajes (%)
Me siento calmado		
Nada	78	30,71
Algo	109	42,91
Bastante	37	14,57
Mucho	30	11,81
Me siento seguro		
Nada	11	4,33
Algo	92	36,22
Bastante	79	31,10
Mucho	72	28,35
Estoy tenso		
Nada	41	16,14

Variables ansiedad-estado	Frecuencia (n)	Porcentajes (%)
Algo	99	38,98
Bastante	71	27,95
Mucho	43	16,93
Estoy contrariado (confundido)		
Nada	118	46,46
Algo	90	35,43
Bastante	34	13,39
Mucho	12	4,72
Me siento cómodo (estoy a gusto)		
Nada	14	5,51
Algo	91	35,83
Bastante	97	38,19
Mucho	52	20,47
Me siento alterado		
Nada	107	42,13
Algo	87	34,25
Bastante	41	16,14
Mucho	19	7,48
Estoy alterado ahora por posibles desgracias futuras		
Nada	88	34,65
Algo	85	33,46
Bastante	49	19,29
Mucho	32	12,60
Me siento descansado		
Nada	113	44,49
Algo	94	37,01
Bastante	34	13,39
Mucho	13	5,12
Me siento angustiado		
Nada	76	29,92
Algo	94	37,01
Bastante	61	24,02
Mucho	23	9,06
Me siento confortable		
Nada	22	8,66
Algo	151	59,45
Bastante	56	22,05
Mucho	25	9,84
Tengo confianza en mí mismo		
Nada	11	4,33
Algo	74	29,13
Bastante	95	37,40
Mucho	74	29,13
Me siento nervioso		
Nada	76	29,92

Variables ansiedad-estado	Frecuencia (n)	Porcentajes (%)
Algo	99	38,98
Bastante	53	20,87
Mucho	26	10,24
Siento desasosiego (intranquilo)		
Nada	99	38,98
Algo	96	37,80
Bastante	43	16,93
Mucho	16	6,30
Me siento muy atado (como oprimido)		
Nada	115	45,28
Algo	81	31,89
Bastante	43	16,93
Mucho	15	5,91
Estoy relajado		
Nada	78	30,71
Algo	109	42,91
Bastante	37	14,57
Mucho	30	11,81
Me siento satisfecho		
Nada	26	10,24
Algo	105	41,34
Bastante	77	30,31
Mucho	46	18,11
Estoy preocupado		
Nada	60	23,62
Algo	89	35,04
Bastante	65	25,59
Mucho	40	15,75
Me siento aturdido y sobreexcitado		
Nada	127	50,00
Algo	83	32,68
Bastante	34	13,39
Mucho	10	3,94
Me siento alegre		
Nada	15	5,91
Algo	117	46,06
Bastante	79	31,10
Mucho	43	16,93
En este momento no me siento bien		
Nada	112	44,09
Algo	92	36,22
Bastante	34	13,39
Mucho	16	6,30

Nota: n frecuencia, % porcentajes.

Para Ansiedad-rasgo se encontró que la mayoría de los estudiantes respondieron “a menudo” para me siento bien con un 37,80% (96), un 35,04% (89) para suelo tomar las cosas demasiado seriamente y con un 37,80% (96) para me falta confianza en mí mismo.

Por otro lado, para la opción de respuesta “a veces” se encontró un 42,91% (109) para me canso rápidamente, con 34,25% (87) para siento ganas de llorar, con un 45,67% (116) para pierdo oportunidades por no decidirme pronto, con un 46,46% (118) para me siento descansado, con 36,61% (93) para soy una persona tranquila, serena y sosegada, con un 48,8% (124) para veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas, con un 42,02% (107) para me preocupo demasiado por cosas sin importancia, con un 38,98% (99) me siento seguro y con un 40,55% (103) para no solo afrontar las crisis o dificultades.

Con un 43,70% (111) para me siento triste melancólico, con 44,09% (112) para estoy satisfecho, con un 40,94% (104) para me rodean y molestan pensamientos sin importancia, con un 36,22% (92) para me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlas, con un 42,13% (107) para cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales me pongo tenso y agitado. Además, para las opciones de respuesta “casi siempre” se encontró que un 39,76% (101) para soy feliz, un 33,07% (84) para soy una persona estable, para la opción “casi nunca” se encontró que un 40,16% (102) para me gustaría ser tan feliz como otros (Ver tabla 4).

Tabla 4. *Variable Ansiedad-Rasgo de Cuestionario STAI*

Variables Ansiedad-Rasgo	Frecuencia (n)	Porcentajes (%)
Me siento bien		
Casi nunca	6	2,36
A veces	81	31,89
A menudo	96	37,80
Casi siempre	71	27,95
Me canso rápidamente		
Casi nunca	27	10,63
A veces	109	42,91
A menudo	83	32,68

Variables Ansiedad-Rasgo	Frecuencia (n)	Porcentajes (%)
Casi siempre	35	13,78%
Siento ganas de llorar		
Casi nunca	73	28,74
A veces	87	34,25
A menudo	59	23,23
Casi siempre	35	13,78
Me gustaría ser tan feliz como otros		
Casi nunca	102	40,16
A veces	70	27,56
A menudo	46	18,11
Casi siempre	36	14,17
Pierdo oportunidades por no decidirme pronto		
Casi nunca	67	26,38
A veces	116	45,67
A menudo	48	18,90
Casi siempre	23	9,06
Me siento descansado		
Casi nunca	81	31,89
A veces	118	46,46
A menudo	27	10,63
Casi siempre	28	11,02
Soy una persona tranquila serena y sosegada		
Casi nunca	23	9,06
A veces	93	36,61
A menudo	71	27,95
Casi siempre	67	26,38
Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas		
Casi nunca	63	24,80
A veces	124	48,82
A menudo	44	17,32
Casi siempre	23	9,06
Me preocupo demasiado por cosas sin importancia		
Casi nunca	50	19,69
A veces	107	42,13
A menudo	56	22,05
Casi siempre	41	16,14
Soy feliz		
Casi nunca	9	3,54
A veces	56	22,05
A menudo	88	34,65
Casi siempre	101	39,76
Suelo tomar las cosas demasiado seriamente		
Casi nunca	10	3,94
A veces	86	33,86
A menudo	89	35,04
Casi siempre	69	27,17
Me falta confianza en mí mismo		
Casi nunca	61	24,02
A veces	96	37,80

Variables Ansiedad-Rasgo	Frecuencia (n)	Porcentajes (%)
A menudo	56	22,05
Casi siempre	41	16,14
Me siento seguro		
Casi nunca	19	7,48
A veces	99	38,98
A menudo	71	27,95
Casi siempre	65	25,59
No suelo afrontar las crisis o dificultades		
Casi nunca	82	32,28
A veces	103	40,55
A menudo	40	15,75
Casi siempre	29	11,42
Me siento triste (melancólico)		
Casi nunca	76	29,92
A veces	111	43,70
A menudo	51	20,08
Casi siempre	16	6,30
Estoy satisfecho		
Casi nunca	11	4,33
A veces	112	44,09
A menudo	77	30,31
Casi siempre	54	21,26
Me rondan y molestan pensamientos sin importancia		
Casi nunca	56	22,05
A veces	104	40,94
A menudo	64	25,20
Casi siempre	30	11,81
Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlos		
Casi nunca	79	31,10
A veces	92	36,22
A menudo	40	15,75
Casi siempre	43	16,93
Soy una persona estable		
Casi nunca	14	5,51
A veces	79	31,10
A menudo	77	30,31
Casi siempre	84	33,07
Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales me pongo tenso y agitado		
Casi nunca	37	14,57
A veces	107	42,13
A menudo	61	24,02
Casi siempre	49	19,29

Nota: n frecuencia, % porcentajes.

Dentro del análisis general de la ansiedad-estado el 92,13% (234) de los estudiantes encuestados expresaron un nivel de ansiedad bajo y en la ansiedad-rasgo del total de la muestra se evidencio niveles más bajos con un 67,32% (171) (Ver figura 2).

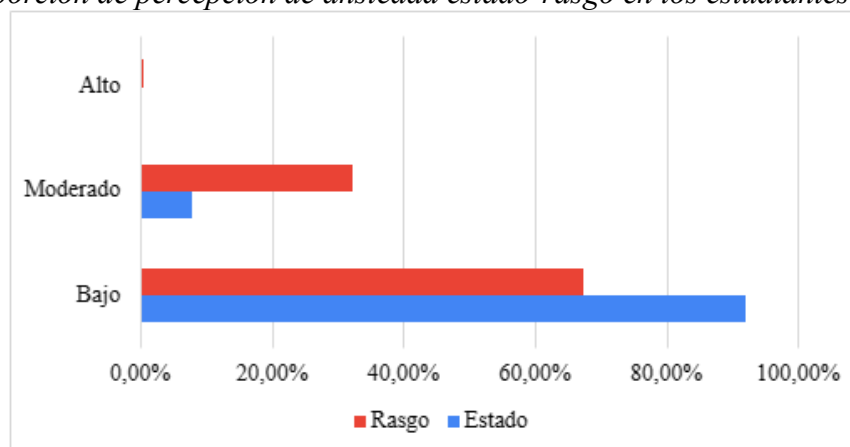
De acuerdo con los puntajes obtenidos en el cuestionario de ansiedad estado-rasgo (STAI), se observó que en el apartado de la ansiedad de rasgo se presentó un mayor promedio de 28,57 con una desviación estándar de 6,57 y un rango intercuartílico que va desde 15 a 33 puntos (Ver tabla 5).

Tabla 5. Medidas de resumen y tendencia central de los puntajes del cuestionario de ansiedad estado-rasgo (STAI).

Dominio	M (DE)	m (RIQ)
Ansiedad estado	22,83 (5,32)	22 (11-27)
Ansiedad rasgo	28,57 (6,57)	28 (15-33)
Ansiedad general STAI	51,41 (9,50)	50 (28-57)

Nota: M promedio, DE desviación estándar, m Mediana, RIQ rango intercuartílico.

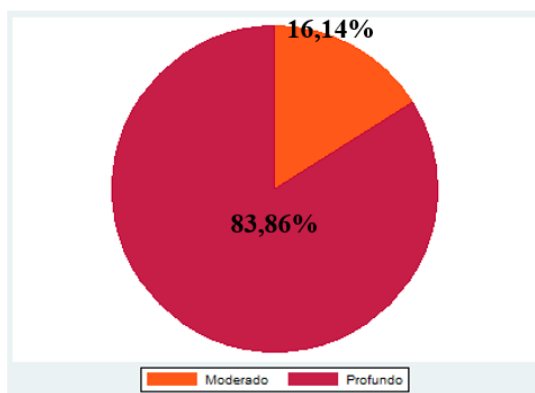
Figura 2. Proporción de percepción de ansiedad estado-rasgo en los estudiantes de odontología.



5.3 Identificación de la percepción de estrés (IEA) según el instrumento EIA

De acuerdo con las respuestas del cuestionario sobre estrés EIA se evidencio una mayor proporción de estudiantes con un nivel de estrés profundo dando un resultado de 83,86% (213) (Ver figura 3).

Figura 3. *Proporción de la percepción de estrés en los estudiantes de odontología de la Universidad Santo Tomás.*



Por otro lado, para el cuestionario de estrés se encontró que un 37,01% (94) “aceptable” para nivel de preocupación o nerviosismo, para la opción de respuesta “rara vez” se encontró que un 33,46% (85) para la competencia con los compañeros.

Por otra parte, se encontró que la mayoría de estudiantes respondieron “algunas veces” para sobrecarga de tareas y trabajos escolares con un 31,89% (81), un 39,79% (101) para la personalidad y el carácter del profesor, un 35,43% (90) para el tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas es trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc) y un 39,37% (100) para no entender los temas que se abordan en clase, un 35,43% (90) para participación en clase (responder preguntas, exposiciones, etc) y un 35,83% (91) para tiempo limitado para hacer el trabajo. Igualmente, se encontró que “casi siempre” un 33,86 % (86) para las evaluaciones de

los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.) y un 31,89% (81) para sobrecarga de tareas y trabajos escolares (Ver tabla 6).

Tabla 6. *Variable estrés del Cuestionario IEA*

Variables Estrés	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Nivel de preocupación o nerviosismo		
Poco	31	12,20
Algo	36	14,17
Aceptable	94	37,01
Bastante	59	23,23
Mucho	34	13,39
La competencia con los compañeros del grupo		
Nunca	64	25,20
Rara vez	85	33,46
Algunas veces	69	27,17
Casi siempre	23	9,06
Siempre	13	5,12
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares		
Nunca	15	5,91
Rara vez	25	9,84
Algunas veces	81	31,89
Casi siempre	81	31,89
Siempre	52	20,47
La personalidad y el carácter del profesor		
Nunca	23	9,06
Rara vez	70	27,56
Algunas veces	101	39,76
Casi siempre	35	13,78
Siempre	25	9,84
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc)		
Nunca	18	7,09
Rara vez	43	16,93
Algunas veces	66	25,98
Casi siempre	86	33,86
Siempre	41	16,14
Te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc)		
Nunca	24	9,45
Rara vez	60	23,62
Algunas veces	90	35,43
Casi siempre	58	22,83
Siempre	22	8,66
No entender los temas que se abordan en clase		
Nunca	19	7,48
Rara vez	69	27,17
Algunas veces	100	39,37

Variables Estrés	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Casi siempre	35	13,78
Siempre	31	12,20
Participación en clase (responder preguntas, exposiciones, etc.)		
Nunca	32	12,60
Rara vez	71	27,95
Algunas veces	90	35,43
Casi siempre	36	14,17
Siempre	25	9,84
Tiempo limitado para hacer el trabajo		
Nunca	22	8,66
Rara vez	58	22,83
Algunas veces	91	35,83
Casi siempre	53	20,87
Siempre	30	11,81

Nota: n frecuencia, % porcentajes.

De acuerdo con las reacciones físicas se encontró que evidencio lo siguiente: Para la opción de respuesta “algunas veces” un 30,71% (78) para trastorno del sueño (insomnio o pesadillas), un 26,77% (68) para dolores de cabeza o migraña y un 31,10% (78) para somnolencia o mayores necesidades de dormir. En el caso de las respuestas de “nunca” un 33,86% (86) para fatiga crónica, un 31,10% (78) para Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea y 24,80% (63) para rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.... y para la opción “casi siempre” un 26,77% (68) para dolores de cabeza o migraña (Ver tabla 7).

Tabla 7. *Estrés físico de acuerdo con el Cuestionario IEA.*

Trastornos del sueño (insomnio o pesadillas)	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Nunca	41	16,14
Rara vez	64	25,20
Algunas veces	78	30,71
Casi siempre	49	19,29
Siempre	22	8,66
Fatiga crónica		
Nunca	86	33,86
Rara vez	64	25,20
Algunas veces	69	27,17
Casi siempre	25	9,84
Siempre	10	3,94

Trastornos del sueño (insomnio o pesadillas)	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Dolores de cabeza o migraña		
Nunca	35	13,78
Rara vez	56	22,05
Algunas veces	68	26,77
Casi siempre	68	26,77
Siempre	27	10,63
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea		
Nunca	79	31,10
Rara vez	70	27,56
Algunas veces	55	21,65
Casi siempre	37	14,57
Siempre	13	5,12
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.		
Nunca	63	24,80
Rara vez	62	24,41
Algunas veces	49	19,29
Casi siempre	43	16,93
Siempre	37	14,57
Somnolencia o mayores necesidades de dormir		
Nunca	39	15,35
Rara vez	49	19,29
Algunas veces	79	31,10
Casi siempre	52	20,47
Siempre	35	13,78

Nota: n frecuencia, % porcentajes.

Por otro lado, para las reacciones psicológicas se encontró que la mayoría de estudiantes respondieron “algunas veces” para inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo) con un 31,89% (89), un 29,92% (76) para sentimiento de depresión y tristeza (decaído), un 36,22% (92) para ansiedad, angustia o desesperación, un 44,09% (112) para problemas de concentración y un 29,13% (74) para Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad (Ver tabla 8).

Tabla 8. Estrés psicológico de acuerdo con el Cuestionario IEA.

Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Nunca	43	16,93
Rara vez	67	26,38
Algunas veces	81	31,89
Casi siempre	44	17,32
Siempre	19	7,48
Sentimiento de depresión y tristeza (decaído)		

Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Nunca	55	21,65
Rara vez	64	25,20
Algunas veces	76	29,92
Casi siempre	42	16,54
Siempre	17	6,69
Ansiedad, angustia o desesperación		
Nunca	44	17,32
Rara vez	54	21,26
Algunas veces	92	36,22
Casi siempre	43	16,93
Siempre	21	8,27
Problemas de concentración		
Nunca	26	10,24
Rara vez	63	24,80
Algunas veces	112	44,09
Casi siempre	32	12,60
Siempre	21	8,27
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad		
Nunca	71	27,95
Rara vez	64	25,20
Algunas veces	74	29,13
Casi siempre	34	13,39
Siempre	11	4,33

Nota: n frecuencia, % porcentajes.

Además, para las reacciones comportamentales se encontró un 29,92% (76) para conflictos o tendencia a polemizar o discutir para la opción de respuesta “nunca”, en la opción de respuesta “algunas veces” un 31,89% (81) para aislamiento de los demás, un 38,98% (99) para desgano para realizar labores escolares y un 36,61% (93) para aumento o reducción del consumo de alimentos (Ver tabla 9).

Tabla 9. Estrés comportamental de acuerdo con el Cuestionario IEA.

Conflictos o tendencia para polemizar o discutir	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Nunca	76	29,92
Rara vez	76	29,92
Algunas veces	74	29,13
Casi siempre	22	8,66
Siempre	6	2,36
Aislamiento de los demás		
Nunca	58	22,83

Conflictos o tendencia para polemizar o discutir	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Rara vez	75	29,53
Algunas veces	81	31,89
Casi siempre	23	9,06
Siempre	17	6,69
Desgano para realizar labores escolares		
Nunca	30	11,81
Rara vez	77	30,31
Algunas veces	99	38,98
Casi siempre	34	13,39
Siempre	14	5,51
Aumento o reducción del consumo de alimentos		
Nunca	43	16,93
Rara vez	55	21,65
Algunas veces	93	36,61
Casi siempre	40	15,75
Siempre	23	9,06

Nota: n frecuencia, % porcentajes.

Por último, para otras (especifique) se encontró que para “rara vez” un 28,35% (72) para elogios a sí mismo, un 27,17% (69) para la religiosidad (oraciones o asistencia a misa). Para la opción de respuesta “algunas veces” un 28,35% (82) elogios a sí mismo, un 32,68% (83) para habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos son dañar a otros), un 38,19% (97) para elaboración de un plan y ejecución de sus tareas, un 37,01% (94) para búsqueda de información sobre la situación y un 33,07% (84) para Ventilación y confidencias (Ver tabla 10).

Tabla 10. *Estrés otros (especifique) de acuerdo al Cuestionario IEA.*

Preguntas	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)		
Nunca	54	21,26
Rara vez	65	25,59
Algunas veces	83	32,68
Casi siempre	32	12,60
Siempre	20	7,87
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas		
Nunca	17	6,69
Rara vez	51	20,08
Algunas veces	97	38,19

Preguntas	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)		
Casi siempre	63	24,80
Siempre	26	10,24
Elogios a sí mismo		
Nunca	35	13,78
Rara vez	72	28,35
Algunas veces	72	28,35
Casi siempre	48	18,90
Siempre	27	10,63
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)		
Nunca	48	18,90
Rara vez	69	27,17
Algunas veces	59	23,23
Casi siempre	42	16,54
Siempre	36	14,17
Búsqueda de información sobre la situación		
Nunca	27	10,63
Rara vez	77	30,31
Algunas veces	94	37,01
Casi siempre	35	13,78
Siempre	21	8,27
Ventilación y confidencias		
Nunca	36	14,17
Rara vez	83	32,68
Algunas veces	84	33,07
Casi siempre	32	12,60
Siempre	19	7,48

Nota: n frecuencia, % porcentajes.

Con respecto al análisis general del Cuestionario IEA, se observó mayor proporción en la escala de estrés físico de bajo en un 93,31% (237), en el caso del psicológico fue alto en un 69,69% (177) y en el comportamental en un nivel bajo con un 50,79% (129) (Ver figura 4).

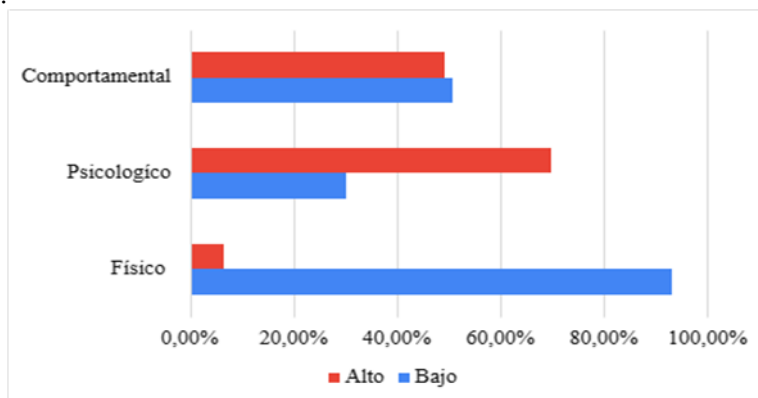
En el caso de los puntajes observados con el inventario de estrés académico (IEA), el dominio de estrés físico es donde mayormente se presentó con un promedio de 16,07 con una desviación estándar de 5,34 y un rango intercuartílico de 6 a 20 puntos (Ver Tabla 11).

Tabla 11. Medidas de resumen y tendencia central de los puntajes del inventario de estrés académico (IEA).

Dominio	M (DE)	m (RIQ)
Estrés físico	16,07 (5,34)	16 (6-20)
Estrés psicológico	13,35 (4,59)	14 (5-16)
Estrés comportamental	10,19 (3,36)	10 (4-12)
Estrés general IEA	83,44 (18,40)	84 (39-95)

Nota: M promedio, DE desviación estándar, m Mediana, RIQ rango intercuartílico.

Figura 4. Porcentaje de percepción de estrés según sus reacciones físicas, psicológicas y comportamentales.



5.4 Relación de la ansiedad y estrés en los estudiantes con las variables sociodemográficas, hábitos y familiares

- *Percepción de la ansiedad de acuerdo con el Cuestionario STAI*

De acuerdo con el análisis bivariado, solo se reportó asociación estadísticamente significativa entre la variable dependiente (Ansiedad) y la variable independiente de semestre académico que cursa con valores $p (< 0,05)$ (Ver tabla 12).

Tabla 12. Análisis bivariado de la percepción de ansiedad con las variables independientes a estudio.

Variable	Moderado % (n)	Severo % (n)	Valor de P
Sexo			
Masculino	36,84 (21)	28,43 (56)	0,146*
Femenino	63,16 (36)	71,57 (141)	
Edad			
Min/22 años	75,44 (43)	85,28 (168)	0,066*
Max/ 23 años	24,56 (14)	14,72 (29)	
Semestre académico			
Primero	7,04 (4)	21,83 (43)	0,021+
Segundo	12,28 (7)	13,20 (26)	
Tercero	8,77 (5)	13,71 (27)	
Cuarto	10,53 (6)	6,09 (12)	
Quinto	7,02 (4)	6,60 (13)	
Sexto	5,26 (3)	7,61 (15)	
Séptimo	22,81 (13)	10,66 (21)	
Octavo	5,26 (3)	11,17 (22)	
Noveno	10,53 (6)	5,08 (10)	
Decimo	10,53 (6)	4,06 (8)	
Estrato socioeconómico			
Estrato 1	10,53 (6)	5,08 (10)	0,107+
Estrato 2	7,02 (4)	15,23 (30)	
Estrato 3	28,07 (16)	30,96 (61)	
Estrato 4	47,37 (27)	35,03 (69)	
Estrato 5	7,02 (4)	9,14 (18)	
Estrato 6	0,00 (0)	4,57 (9)	
Residencia			
Bucaramanga	29,82 (17)	33,50 (66)	0,823+
Floridablanca	64,91 (37)	57,87 (114)	
Piedecuesta	3,51 (2)	5,58 (11)	
Girón	0,00 (0)	1,02 (2)	
Otro	1,75 (1)	2,03 (4)	
Núcleo Familiar			
Madre	14,04 (8)	13,20 (26)	0,823+
Padre	0,00 (0)	1,02 (2)	
Madre y padre	19,30 (11)	14,72 (29)	
Madre, padre y hermanos	64,91 (37)	68,02 (134)	
Pareja o hijos	1,75 (1)	3,05 (6)	
¿Con quién vive?			
Cupo universitario	14,04 (8)	14,21 (28)	0,468+
Solo	26,32 (15)	19,80 (39)	
Con familia	57,89 (33)	59,90 (118)	
Pareja	1,75 (1)	6,09 (12)	
¿Realiza actividad física?			
Si	54,39 (31)	48,22 (95)	0,252*
No	45,61 (26)	51,78 (102)	
¿Cuántas veces hace actividad física?			
Dos veces	35,09 (20)	25,38 (50)	0,381+
Cuatro veces	19,30 (11)	17,77 (35)	

Variable	Moderado % (n)	Severo % (n)	Valor de P
Seis veces	5,26 (3)	9,64 (19)	
No aplica	40,35 (23)	47,21 (93)	
¿Consume vappe o cigarrillo?			
Si	8,77 (5)	16,24 (32)	0,113*
No	91,23 (52)	83,76 (165)	
¿Con que frecuencia consume vappe o cigarrillo?			
Dos veces	5,26 (3)	6,60 (13)	0,577+
Cuatro veces	3,51 (2)	2,03 (4)	
Seis veces	1,75 (1)	5,58 (11)	
No aplica	89,47 (51)	85,79 (169)	
¿Consume bebidas alcohólicas?			
Si	57,89 (33)	52,28 (103)	0,276*
No	42,11 (24)	47,72 (94)	
¿Cuántas veces a la semana consume alcohol?			
Dos veces	33,33 (19)	33,50 (66)	0,999+
Cuatro veces	1,75 (1)	1,52 (3)	
Seis Veces	1,75 (1)	1,52 (3)	
No aplico	63,16 (36)	63,45 (125)	
¿Con que frecuencia su grupo social influye en la ingesta de alcohol?			
Nunca	26,32 (15)	24,87 (49)	0,687+
Algunas Veces	49,12 (28)	50,25 (99)	
Casi siempre	19,30 (11)	15,23 (30)	
Siempre	5,26 (3)	9,64 (19)	

Nota: *Fisher's Exact; +Chi2.

- *Percepción del estrés de acuerdo con el Cuestionario IEA*

En el caso de la aparatado de estrés con el análisis bivariado, solo se reportó asociación estadísticamente significativa entre la variable dependiente (estrés) y las variables independientes sexo, residencia y realiza activad física que cursan valores de p (<0,05) (Ver tabla 13).

Tabla 13. *Análisis bivariado de la percepción del estrés de acuerdo con el IEA.*

Variable	Moderado % (n)	Profundo % (n)	Valor de P
Sexo			
Masculina	51,22 (21)	26,29 (56)	0,001+
Femenino	48,78 (20)	73,71 (157)	
Edad			
Min/ 22 años	73,17 (30)	84,98 (181)	0,057*
23/Max años	26,83 (11)	100,00 (213)	
Semestre académico			
Primero	12,20 (5)	19,72 (42)	0,859*

Variable	Moderado % (n)	Profundo % (n)	Valor de P
Segundo	12,20 (5)	13,15 (28)	
Tercero	12,20 (5)	12,68 (27)	
Cuarto	7,32 (3)	7,04 (15)	
Quinto	4,88 (2)	7,04 (15)	
Sexto	9,76 (4)	6,57 (14)	
Séptimo	12,20 (5)	13,62 (29)	
Octavo	9,76 (4)	9,86 (21)	
Noveno	9,76 (4)	5,63 (12)	
Decimo	9,76 (4)	4,69 (10)	
Estrato socioeconómico			
Estrato 1	9,76 (4)	5,63 (12)	0,375*+
Estrato 2	7,32 (3)	14,55 (31)	
Estrato 3	34,15 (14)	29,58 (63)	
Estrato 4	43,90 (18)	36,62 (78)	
Estrato 5	2,44 (1)	9,86 (21)	
Estrato 6	2,44 (1)	3,76 (8)	
Residencia			
Bucaramanga	17,07 (7)	35,68 (76)	0,047*
Floridablanca	75,61 (31)	56,34 (120)	
Piedecuesta	2,44 (1)	5,63 (12)	
Girón	2,44 (1)	0,47 (1)	
Otro	2,44 (1)	1,88 (4)	
Núcleo Familiar			
Madre	12,20 (5)	13,62 (29)	0,079*
Padre	0,00 (0)	0,94 (2)	
Madre y padre	29,27 (12)	13,15 (28)	
Madre, padre y hermanos	53,66 (22)	69,95(149)	
Pareja o hijos	4,88 (2)	2,35 (5)	
Con quien vive			
Cupo universitario	12,20 (5)	14,55 (31)	0,595+
Solo	29,27 (22)	19,72 (42)	
Con familia	53,66 (22)	60,56 (129)	
Pareja	4,88 (2)	5,16 (11)	
Realiza actividad física			
Si	65,85 (27)	46,48 (99)	0,017*
No	34,15 (14)	53,52 (114)	
¿Cuántas veces hace actividad física?			
Dos veces	26,83 (11)	27,70 (59)	0,096 *
Cuatro veces	29,27 (12)	15,96 (34)	
Seis veces	12,20 (5)	7,98 (17)	
No aplica	31,71 (13)	48,36 (103)	
Consume Vappe o cigarrillo?			
Si	14,63 (6)	14,55 (31)	0,575*
No	85,37 (35)	85,45 (182)	
Con que frecuencia consume vappe o cigarrillo?			
Dos veces	7,32 (3)	6,10 (13)	0,966*
Cuatro veces	2,44 (1)	2,35 (5)	

Variable	Moderado % (n)	Profundo % (n)	Valor de P
Seis veces	4,88 (2)	4,69 (10)	
No aplica	85,37 (35)	86,85 (185)	
¿Consume bebidas alcohólicas?			
Si	48,78 (20)	54,46 (116)	0,309*
No	51,22 (21)	45,54 (97)	
¿Cuántas veces a la semana consume alcohol?			
Dos veces	31,71 (13)	33,80 (72)	0,317*
Cuatro veces	4,88 (2)	0,94 (2)	
Seis Veces	0,00 (0)	1,88 (4)	
No aplico	63,41 (26)	63,38 (135)	
¿Con que frecuencia su grupo social influye en la ingesta de alcohol?			
Nunca	29,27 (12)	24,41 (52)	0,822*
Algunas Veces	43,90 (18)	51,17 (109)	
Casi siempre	17,07 (7)	15,96 (34)	
Siempre	9,76 (4)	8,45 (18)	

Nota: *Fisher's Exact; +Chi2.

6. Discusión

Para cumplir el propósito de identificar la percepción de estrés y ansiedad en estudiantes de odontología, este trabajo aplicó el cuestionario Inventario de estrés académico (IEA) y Cuestionario de ansiedad (STAI) compuesto por varios dominios donde se observó que la mayoría de los estudiantes presentan un estrés profundo y una ansiedad severa.

Teniendo en cuenta que durante los últimos años en diversas investigaciones se ha encontrado que la percepción de estrés y ansiedad aumenta cada día más donde ya lo consideran un problema de salud pública (Clemente, 2021).

De acuerdo con los resultados del estudio se demostró que un 77,56% de los estudiantes universitarios tiene síntomas de ansiedad severa y un 22,44% una ansiedad moderada; para ansiedad-estado se evidencio un 92,13 % un nivel bajo y un 7,87 % un nivel moderado y para ansiedad -rasgo un 67,32 % en bajo, un 32,26% en moderado y un 0,39 alto. Diferente a lo encontrado en la universidad de Antioquia se evidencio que la prevalencia de ansiedad fue de un 58-55% en grado leve y un 3,0 % en moderado. Para el apartado de ansiedad-estado se encontró que un 92,17 % presentaban un nivel bajo y un 67,32 % para ansiedad- rasgo, pero comparándolo con un estudio realizado en estudiantes de la salud, se muestra que en las estudiantes de la salud específicamente en la carrera de enfermería poseen mayores niveles de ansiedad- estado (Moderado) que los estudiantes de odontología (Castillo, et ál., 2016).

En relación con los síntomas del estrés se evidencio que un 83,86% presentan un nivel profundo y un 16,14 % presentan un nivel moderado relacionado a un estudio realizado en la universidad Alas Peruana donde se encontró que de los 100% de los estudiantes encuestados, el 61,9% muestran un nivel de estrés medio, un 34,9 % un nivel alto y un 3,2% un nivel bajo (Huaraccay, 2021).

Los datos encontrados en el presente estudio demuestran como las situaciones relacionadas de acuerdo con sus reacciones puede provocar un mayor nivel de estrés. Para las reacciones físicas se muestra que situaciones relacionadas como lo son los trastornos del sueño, dolores de cabeza o migraña, somnolencia o mayores necesidades para dormir pueden ser consecuencia de altos índices de estrés, comparándola con un estudio de la universidad metropolitana hidalgo se encontró que el 36% presentaban trastornos del sueño, el 33 % dolores de cabeza o migraña y un 35% somnolencia (Macbani, et ál., 2018).

En las reacciones psicológicas se encontró que la inquietud, la ansiedad, angustia o desesperación y problemas de concentración pueden llevar a que los estudiantes no respondan de manera correcta en sus actividades académicas, lo que provoca que sus niveles de estrés aumenten. En el mismo estudio de la universidad de hidalgo se encontró que para inquietud un 39%, un 25% para ansiedad, angustia o desesperación y un 38% para problemas de concentración (Macbani, et ál., 2018).

Para las reacciones comportamentales podemos destacar que el desgano para realizar actividades laborales escolares y un aumento o reducción del consumo de los alimentos pueden ser otros factores negativos y que por ende les puede impedir realizar actividades académicas normales. En el mismo estudio de la universidad de hidalgo se encontró desgano para realizar las activades escolares un 28% y un 22% para aumento o reducción del consumo de alimentos (Macbani, et ál., 2018).

Los factores que pueden inducir a presentar este tipo de problemas se deben a que durante la carrera los planes de estudio son demasiados exigentes, donde la carga académica es demasiado alta con gran cantidad de material teórico, practico y clínico con bastante presencialidad en su

totalidad, lo que implica que algunas veces no logre disponer del tiempo necesario para realizar las actividades con mayor éxito (Huaraccay, 2021).

De acuerdo con los resultados de los bivariados alcanzados muestran que en las variables sociodemográficas existe una alta prevalencia en sexo femenino con respecto a un estudio que se realizó en la Universidad de Cartagena donde se encontraron datos similares un 66,2% donde se puede evidencia que el sexo femenino tiene mayor prevalencia a sufrir de estrés y ansiedad (Montalvo-Prieto et ál.,2015). Esto puede ser debido a que las mujeres presentas factores hormonales, sociales y de desigualdad en la sociedad (Lasluisa, 2020).

Otra relación que se puedo encontrar es que en los estudiantes de primer semestre muestran mayor prevalencia a sufrir de estrés y ansiedad, diferente a lo encontrado en un estudio realizado en la Universidad de Antioquia, donde se encontró que la mayor prevalencia fue en séptimo semestre con un 22%, donde se evidencia que al presentar una carga académica demasiado alta el estudiante no cuenta con el espacio suficiente para el desarrollo de su vida personal (Jaramillo, et ál., 2008).

En el presente estudio la mayoría población encuestada toma bebidas alcohólicas y consume dos veces a la semana alcohol comparándolo con un estudio realizado en dos universidades privadas de Bogotá se encontró que un 73,5% presento un alto consumo de alcohol es decir que consumen más de una vez por mes (Camacho, 2005). Por otro lado, para el hábito de cigarrillo o vappe en el estudio se reportó que el 85,43% no consume cigarrillo o vappe pero un 14,57% si lo hace. Comparándolo con un estudio realizado se encontró que la tasa de fumadores fue del 31,6%, en los cuales se encontró una dependencia baja del 74,6 % dependencia moderada un 24,6% y dependencia lata un 0,8%. El 85,2 % de estudiantes presenta percepción de salud alterada, mientras que el 14,8% presenta una percepción normal (Granada, 2017).

En cuanto a los hábitos que son consumo de bebidas alcohólicas, cigarrillo o vappe, en la mayoría de las personas los ayuda a disminuir los síntomas de estrés y ansiedad, esto puede ser producto de un desequilibrio interno que se puede manifestar a través del miedo, la preocupación, ansiedad, depresión, etc. Sin embargo, cada día estos consumos son más frecuentes ya que las personas no tienen otras opciones dentro de su salud mental. Debido a la falta de tiempo para realizar actividades físicas o sociales las personas no encuentran otra solución que los lleve a una salida más asequible (Becoña, 2003). Por consiguiente, el hábito de consumir este tipo de sustancias o bebidas hace que el sistema fisiológico se altere, es especial lo que es el sistema nervio autónomo y somático, este tipo de alteraciones pueden provocar diferentes reacciones como son las expresiones faciales, emocionales, conductuales y físicos (Cano, et ál.,1994).

Con relación a la actividad física en el estudio se encontró solo el 27,56% realiza actividad física dos veces a la semana. Con respecto a un estudio encontrado en dos universidades mexicanas se reportó que entre un 28,4% y 34,9% de la población estudiada realizan actividades deportivas o recreativas dos o más veces por semana (Guerra, et ál., 2017). Diversos autores afirman que realizar actividad física puede ser una alternativa efectiva y que resulta beneficiosa para combatir diversas enfermedades, pero en especial ayudando a reducir los niveles de estrés y ansiedad (Benavides, et ál., 2023). De acuerdo con una investigación realizada por Fouilloux y colaboradores (2021), se dice que realizar actividad física y mantener una alimentación saludable en los estudiantes universitarios es un factor positivo para su salud mental y que incluso los ayuda a mejorar su rendimiento académico (Fouilloux, 2021).

Por otro lado, en el aspecto del estrés se reportó que aspectos como el sexo, la residencia y actividad física son factores que inducen a presentan mayores niveles de estrés. Esto debido a que la mayoría de los estudiantes que recién ingresan a la universidad se someten a cambios bruscos

en su estilo de vida debido a las nuevas responsabilidades que deben afrontar y a la convivencia con otros compañeros o inclusive con personas de diferentes condiciones culturales y sociales. Esto también puede ser producto a la falta de madurez lo que puede dificultar una fácil adaptación a los nuevos cambios (Escobar, et ál., 2018).

Para el estrés se evidencio que fuentes como lo son las evaluaciones de los profesores y la sobrecarga de tareas y trabajos resultaron ser de las más elevadas en el estudio, lo que indica que el estrés puede ser más de ambiente académico, esto se puede dar los las siguientes razones y como se ha dicho anteriormente una de las causas es la exigencia en el plan de estudios de la carrera, debido al amplio contenido teórico y clínico, en varios estudios realizados en diferentes países se puede evidenciar la falta de tiempo para ejecutar las actividades y métodos de enseñanza y evaluativas muy tradicionales lo que implica una percepción de falta de tiempo y sobrecarga académica (Castillo, et ál., 2016).

Según Lazarus (1991) determinó que no es el estresor mismo el causante de estrés, sino la percepción del individuo sobre él y que las expectativas que el individuo tiene sobre las metas o exigencias ambientales pueden ser tomado positivamente como desafíos o negativamente como amenazas. Por otro lado, Maldonado (2000) señaló que un alto nivel de estrés afecta las respuestas del individuo a nivel cognitivo, físico y fisiológico, lo cual impacta negativamente en su desempeño académico, llegando a disminuir las calificaciones en exámenes, impidiendo la presentación de pruebas o provocando la deserción de los alumnos antes de empezarlas.

La principal limitación que se obtuvo en este estudio fue que la encuesta al contener temas sensibles para los participantes posiblemente se omitieron aspectos de la realidad que eran necesarios para establecer asociaciones más significativas en los resultados, pero aun así se pudo conocer como estos trastornos puede llegar a afectar tanto la parte académica como social del

estudiante, también ayudó a reconocer la población de riesgo y así comunicar a los entes correspondientes y los factores asociados a la problemática.

6.1 Conclusiones

La población estudiantil participante pertenece en su mayoría a mujeres de estrato 4, con un promedio de edad de 20 años cursando primer semestre académico donde pertenecen al núcleo familiar (madre, padre y hermanos). Por otro lado, la variable de hábitos se establece que la gran mayoría de jóvenes no realizan actividad física, y consumen alcohol solo por el hecho de encajar en su círculo social.

Con respecto a la percepción del estrés y la ansiedad se evidenció que los estudiantes se encuentran en un nivel de ansiedad severa teniendo en cuenta el instrumento STAI, y en un nivel de estrés profundo según el instrumento IEA. Los motivos por lo que se presentó un estrés profundo fue debido a la sobrecarga académica, falta de tiempo para realizar actividades académicas y presentación de exámenes bajo presión durante el semestre académico.

De acuerdo con el análisis bivariado, se reportó asociación estadísticamente significativa entre la variable dependiente (Ansiedad) y la variable independiente de semestre académico que cursa con valores $p (< 0,05)$ donde arrojó un valor de 0,021 (primer semestre). Además, se reportó asociación estadísticamente significativa entre la variable dependiente (estrés) y las variables independientes residencia y realiza actividad física con un valor de 0,047 (Bucaramanga) y la actividad física 0,017 donde los estudiantes respondieron que no realizan actividad física.

6.2 Recomendaciones

Se espera que los resultados obtenidos sirvan de orientación para que la institución implemente estrategias para el mejoramiento de los niveles de ansiedad y estrés percibidos por los estudiantes, como talleres de concientización sobre dichos trastornos mentales, espacios para alivianar la carga académica.

- Se sugiere a futuro realizar un estudio complementario donde se analice como afecta el rendimiento académico los niveles de ansiedad y estrés de los estudiantes del área de la salud.
- Así mismo se sugiere realizar un estudio longitudinal donde se analice la actitud y el trato hacia los estudiantes de odontología en su área clínica con el fin de analizar si existe relación con el desarrollo de ansiedad, estrés y en qué nivel académico se presenta una mayor prevalencia.
- Otra recomendación seria considerar analizar las variables de riesgo para ansiedad y estrés en estudiantes del área de salud, y el empleo de otros instrumentos con el fin de determinar si hay una variación en los resultados obtenidos. Además, de analizar la relación la relación de estos con diferentes hábitos, presión social y prejuicios, redes sociales y relaciones amorosas.

Referencias

- Albanesi de Nasetta, S., Tifner, S., y Nasetta, J. (2006). Estrés en odontología. *Acta Odontológica Venezolana*, 44(3), 310–315.
http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0001-63652006000300003&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- Alzahem, A. M., Van Der Molen, H. T., Alaujan, A. H., Schmidt, H. G., y Zamakhshary, M. H. (2011). Stress amongst dental students: a systematic review. *European Journal of Dental Education*, 15(1), 8–18. <https://doi.org/10.1111/J.1600-0579.2010.00640.X>
- Arévalo García, E., Castillo-Jimenez, D. A., Cepeda, I., López Pacheco, J., y Pacheco López, R. (2019). Ansiedad y depresión en estudiantes universitarios: relación con rendimiento académico. *Interdisciplinary Journal of Epidemiology and Public Health*, 2(1). <https://doi.org/10.18041/2665-427x/ijeph.1.5342>
- Bandelow, B., Michaelis, S., y Wedekind, D. (2022). Treatment of anxiety disorders. *Https://Doi.Org/10.31887/DCNS.2017.19.2/Bbandelow*, 19(2), 93–107.
<https://doi.org/10.31887/DCNS.2017.19.2/BBANDELO>
- Banks, S., y Dinges, D. F. (2007). Behavioral and Physiological Consequences of Sleep Restriction REVIEW ARTICLES. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 3(5), 519–528.
- Barraza, A. (2020). El Inventario SISCO del Estrés Académico. *Investigación Educativa Duranguense*, 7.
- Basile, S., Carrasco, M. Á., y Martorell, J. L. (2015). Preocupaciones excesivas en la adolescencia: descripción, evaluación y tratamiento de un caso de ansiedad generalizada. *Clínica y Salud*, 26(3). <https://doi.org/10.1016/j.clysa.2015.09.001>

- Basudan, S., Binanzan, N., y Alhassan, A. (2017). Depression, anxiety and stress in dental students. *International Journal of Medical Education*, 8, 179.
<https://doi.org/10.5116/IJME.5910.B961>
- Becona, E. (2003). Tabaco, ansiedad y estrés. *Salud y drogas*, 3(1), 71-92.
- Castillo-Pimienta, C., Chacón de la Cruz, T., y Díaz-Véliz, G. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación En Educación Médica*, 5(20). <https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.03.001>
- Camacho-Acero, I. (2005). Consumo de alcohol en universitarios: relación funcional con los factores sociodemográficos, las expectativas y la ansiedad social. *Acta colombiana de psicología*, 8(1), 91-120.
- Camargo-Barrero, J. A., Castañeda-Polanco, J. G., y Segura-Patiño, D. P. (2020). Sentido de vida, depresión y ansiedad en población rural de Cundinamarca, Colombia. *Revista de Ciencias Sociales*, ISSN-e 1315-9518, Vol. 26, N°. 4, 2020, Págs. 206-216, 26(4), 206–216.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7687035&info=resumen&idioma=ENG>
- Cano-Vindel, A., Miguel-Tobal, J. J., González, H., y Iruarizaga, I. (1994). El afrontamiento de la ansiedad en las drogodependencias. *Anales de psicología/annals of psychology*, 10(2), 145-156.
- Cardona-Arias, J. A., Pérez-Restrepo, D., Rivera-Ocampo, S., y Gómez-Martínez, J. (2015). Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios. *Diversitas*, 11(1).
<https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2015.0001.05>
- Clemente-Arias, Z. A. (2021). Estrés Académico y Ansiedad en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería. Repositorio Institucional BUAP. <https://hdl.handle.net/20.500.12371/11807>

- Contreras, R. D. A., Flores, A. C., Apaza, M. C., Árias, E. F., De la Cruz, M. R., Ortega-Révolo, D. I. D., Roque-Pucuhuayla, D. E., Villavicencio-Condori, A. C., & Zárate, A. J. Z. (2021). Baremación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV adaptado al contexto de COVID-19 en una población universitaria peruana. *Socialium*, 5(1), 242-260. <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2021.5.1.814>
- Escobar-Zurita, E. R., Soria De Mesa, B. W., López-Proañó, G. F., y Peñafiel-Salazar, D. D. L. A. (2018). Manejo del estrés académico; revisión crítica. *Atlante Cuadernos de Educación y Desarrollo*.
- Etienne, C. F. (2018). Salud mental como componente de la salud universal. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 42. <https://doi.org/10.26633/rpsp.2018.140>
- Fonseca-Pedrero, E., Paino, M., Sierra-Baigrie, S., Lemos-Giráldez, S., y Muñiz, J. (2012). PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DEL “CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ESTADO-RASGO” (STAI) EN UNIVERSITARIOS. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 20, 547–561.
- Granda-Villavicencio, P. V., y Hernández-Aldude, M. V. (2017). “Relación entre niveles de ansiedad y dependencia física a la nicotina, así como su correlación con percepción de salud general y uso de cigarrillo electrónico en estudiantes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador”. PUCE.
- Grillon, C., Robinson, O. J., Cornwell, B., y Ernst, M. (2019). Modeling anxiety in healthy humans: a key intermediate bridge between basic and clinical sciences. *Neuropsychopharmacology*, 44, 1999–2010. <https://doi.org/10.1038/s41386-019-0445-1>
- González-Ramírez, M. T., Landero-Hernández, R., y García-Campayo, J. (2009). Relación entre la depresión, la ansiedad y los síntomas psicosomáticos en una muestra de estudiantes

- universitarios del norte de México. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 25(2).
<https://doi.org/10.1590/s1020-49892009000200007>
- Hernández Marín, J. (2018). Factores asociados a síntomas de ansiedad en los estudiantes del programa de enfermería de la Universidad de Santander - UDES, Bucaramanga. Universidad de Santander. <https://repositorio.udes.edu.co/handle/001/407>
- Huarcay-Yaranga, R. E. (2021). Nivel de estrés y ansiedad en estudiantes de la clínica estomatológica de la Universidad Alas Peruanas, Ayacucho 2019. <https://repositorio.uap.edu.pe/handle/20.500.12990/4789>
- Hurtado, C. M., Suárez, C. M., y Sevilla, M. (2016). *Ansiedad y estrés en los estudiantes de odontología*. <https://doi.org/10.17616/R31NJNEG>
- Jadue, J. G. (2001). ALGUNOS EFECTOS DE LA ANSIEDAD EN EL RENDIMIENTO ESCOLAR. *Estudios Pedagógicos*, 27. <https://doi.org/10.4067/s0718-07052001000100008>
- Jaramillo, G., Caro, H., Gómez-Parra, Z. A., Moreno-Bedoya, J. P., Restrepo-Pabón, É. A., y Suárez-Mejía, M. C. (2008). Dispositivos desencadenantes de estrés y ansiedad en estudiantes de Odontología de la Universidad de Antioquia. *Revista Facultad de Odontología Universidad de Antioquia*, 20(1), 49-57.
- Lasluisa Chacha, M. B. (2020). *El estrés académico y su relación el rendimiento académico en una muestra de adolescentes*. Pontificia Universidad Católica del Ecuador. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/3076>
- Lee, J., Solomon, M., Stead, T., Kwon, B., y Ganti, L. (2020). *Is there prejudice from thin air? Replicating the effect of emotion on automatic intergroup attitudes*. <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00598-3>

Libro de la salud del Hospital Clínic de Barcelona y la Fundación BBVA - Google Libros. (n.d.).

Retrieved March 10, 2023, from
https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=SsMyI7M0nZYC&oi=fnd&pg=PA427&dq=estr%C3%A9s+tratamiento+psicol%C3%B3gico&ots=RpNYuiMtD5&sig=O9XEAqz8U_RHFVp2k1nx2JJsiAQ#v=onepage&q=estr%C3%A9s%20tratamiento%20psicol%C3%B3gico&f=false

Macía, A. (2017). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico Psicología Educativa. In *Psicologiacientifica.Com*.

Macbani Olvera P, Ruvalcaba Ledezma JC, Vásquez Alvarado P, Ramírez González A, González González K, Arredondo Robles K, Monroy Sandoval K, Tandehuitl González N, García Nava MA, Trejo Vera A. Estrés académico, estresores y afrontamiento en estudiantes de Odontología en el Centro de Estudios Universitarios Metropolitano Hidalgo [CEUMH]. JONNPR. 2018;3(7):522-530. DOI: 10.19230/jonnpr.2512

Malo-Salavarrieta, D. A., Cáceres-Cáceres, G. S., y Peña Ballesteros, G. H. (2010). Validación del inventario SISCO del estrés académico y análisis comparativo en adultos jóvenes de la Universidad Industrial de Santander y la Universidad Pontificia Bolivariana, Seccional Bucaramanga, Colombia. *Praxis Investigativa ReDIE: Revista Electrónica de La Red Durango de Investigadores Educativos*, ISSN-e 2007-5111, Vol. 2, N°. 3, 2010, Págs. 26-42, 2(3), 26-42.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6534519&info=resumen&idioma=SPA>

Manterola, C., y Otzen, T. (2014). Estudios Observacionales: Los Diseños Utilizados con Mayor Frecuencia en Investigación Clínica. *International Journal of Morphology*, 32(2), 634-645. <https://doi.org/10.4067/S0717-95022014000200042>

- Martínez-Lanz, P., Medina-Mora, M. E., y Rivera, E. (2004). Consumo de alcohol y drogas en personal de salud: Algunos factores relacionados. *Salud Mental*, 27(6).
- Montalvo-Prieto, A., Blanco-Blanco, K., Cantillo-Martínez, N., Castro-González, Y., Downs-Bryan, A., y Romero-Villadiego, E. (2015). Estrés académico en los estudiantes del área de la salud en una universidad pública, Cartagena-Colombia. *Revista Ciencias Biomédicas*, 6(2), 309-318.
- Olmedilla, A., Ortega, E., y Candel, N. (2010). Ansiedad, depresión y práctica de ejercicio físico en estudiantes universitarias. *Apunts. Medicina de l'Esport*, 45(167), 175-180.
- Perilla-Portilla, F. E., Castro-Galván, D. A, Hernández-Blandón, K. M., Rincón-Silva, M. F, Jaimes-Chaustre, J. A, y Alba-León, M. A., (2020). Depresión, ansiedad y estrés: Una situación en estudiantes de Enfermería en una Universidad Pública. *Revista 16 de Abril*, 59(278), 1002. https://rev16deabril.sld.cu/index.php/16_04/article/view/1002
- Richards, L. (2005). La ansiedad y su relacion con el aprendizaje. *Revista de La Escuela de Psicología Facultad de Filosofía y Educación Pontificia Universidad Católica de Valparaíso*, 1–6.
<http://www.psicoperspectivas.cl/index.php/psicoperspectivas/article/viewFile/18/18>
- Rosa, E. Z. E., De Mesa Bruno Wilfrido, S., Florangel, L. P. G., & De los Angeles, P. S. D. (2018, 28 agosto). *Manejo del estrés académico; revisión crítica*.
<https://www.eumed.net/rev/atlanter/2018/08/estres-academico.html?fb>
- Rondón, M. B. (2006). SALUD MENTAL: UN PROBLEMA DE SALUD PÚBLICA EN EL PERÚ. *Rev Peru Med Exp Salud Publica*, 23(4). www.who.
- Rúa, L. J. Á., Rendón, Y. A. C., Vásquez, V. A. H., Parra, M. A. O., Arango, S. E. P., Peláez, S. V., Gómez, M. L. M., y Agudelo-Suárez, A. A. (2019). Salud mental en estudiantes de

- odontología de una Universidad Pública de Medellín (Colombia) y sus factores relacionados. *Revista Nacional de Odontología*, 15(29), 1-19.
<https://doi.org/10.16925/2357-4607.2019.02.08>
- Salazar-Blandón, D. A., Castillo-León, T., Pastor-Durango, M. D. P., Tejada-Tayabas, L. M., y Palos Lucio, A. G. (2016). Ansiedad, depresión y actividad física asociados a sobrepeso/obesidad en estudiantes de dos universidades mexicanas. *Hacia la Promoción de la Salud*. 21(2): 99-113. DOI: 10.17151/hpsal.2016.21.2.8
- Sravani, A., Doshi, D., Kulkarni, S., Reddy, P., y Reddy, S. (2018). Depression, anxiety, and stress among undergraduate dental students in Hyderabad City, Telangana, India: A cross-sectional study. *Journal of Indian Association of Public Health Dentistry*, 16(1), 26.
https://doi.org/10.4103/JIAPHD.JIAPHD_10_17
- Vergara, K. A., Cárdenas, S. D., y Martínez, F. G. (2013). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de odontología: prevalencia y factores relacionados. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 42(2), 173–181. [https://doi.org/10.1016/S0034-7450\(13\)70004-0](https://doi.org/10.1016/S0034-7450(13)70004-0)
- Villalta, M. (2006). Factores de riesgo en la salud mental de adolescentes de sectores urbanos de Santiago de Chile. *Pensamiento y Acción*.
- Zenovia, C., y Caballero, B. (2016.). Bibliometrics Characteristics on Studies of Anxiety and Depression in University Students during the COVID-19 Pandemic. *PROPÓSITOS Y REPRESENTACIONES*, 10(3), 1559. <https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n3.1559>

Apéndices

Apéndice A. Cuadro de operacionalización de las variables

Variables	Definición conceptual	Definición operativa	Naturaleza	Escala de medición	Valores que asume
Variables sociodemográficas					
Edad	Tiempo que ha vivido una persona	Años cumplidos hasta el día que se responde la encuesta	Cuantitativo	Razón	Valor que refiera
Sexo	Características biológicas que definen a hombres y mujeres	Sexo que registra en la cedula de ciudadanía	Cualitativa	Nominal	Masculino (1) Femenino (2)
Estrato socioeconómico	Herramientas para clasificar inmuebles según el Dane	Conclusión socioeconómica que registra según la ubicación de la vivienda	Cualitativa	Ordinal	Estrato 1(1) Estrato 2(2) Estrato 3(3) Estrato 4(4) Estrato 5(5) Estrato 6(6)
Residencia	Ciudad o zona donde vive la persona	Ubicación de la vivienda del encuestado	Cualitativa	Ordinal	Bucaramanga (1) Floridablanca (2) Piedecuesta (3) Girón (4) Otro (5)
Semestre	El nivel que registra según el pensum del estudiante	Semestre que cursa	Cualitativa	Ordinal	Primero (1) Segundo (2) Tercero (3) Cuarto (4) Quinto (5) Sexto (6) Séptimo (7) Octavo (8) Noveno (9) Decimo (10)
Variables Familiares					
Núcleo familiar	Grupos formados por dos adultos emparejados, con hijos o sin hijos, como a los formados por un adulto con uno o varios hijos.	Cantidad de personas y parentesco que expresa el participante	Cualitativa	Nominal	Madre (1) Padre (2) Madre y Padre (2) Madre, Padre, Hermanos (3) Pareja o hijos (4)

Variables	Definición conceptual	Definición operativa	Naturaleza	Escala de medición	Valores que asume
¿Con quién vive?	Vivir en compañía de otros que pueden o no ser parte de la familia.	Cantidad de personas y parentesco que expresa el participante	Cualitativa	Nominal	Cupo universitario (1) Solo (2) Con familiares (3) Pareja (4)
Variables de Hábitos					
Variables	Definición conceptual	Definición operativa	Naturaleza	Escala de medición	Valores que asume
¿Realiza actividad física?	Cualquier movimiento corporal producido por los músculos que exija gasto de energía.	La frecuencia con la que el participante expresa que hace actividad física al día, a la semana o al mes.	Cualitativa	Nominal	Si(1) No(2)
¿Cuántas veces a la semana hace actividad física?	Cualquier movimiento corporal producido por los músculos que exija gasto de energía.	La frecuencia con la que el participante expresa que hace actividad física, veces por día, veces por semana o veces al mes.	Cualitativa	Nominal	2 veces (1) 4 veces (2) 6 veces (3)
¿Consumo de cigarrillo?	Acto de fumar o inhalar humo de forma voluntaria o pasiva que se convierte en mal hábito debido a la nicotina	Negar o afirmar si en el momento que responde la encuesta fuma cigarrillo	Cualitativa	Nominal	No (0) Si (1)
¿Con qué frecuencia consume cigarrillos?	Acto de fumar o inhalar humo de forma voluntaria o pasiva que se convierte en mal hábito debido a la nicotina	Si la respuesta es SI, la frecuencia con la que el participante expresa que consume al día, a la semana o al mes.	Cualitativa	Nominal	2 veces (1) 4 veces (2) 6 veces (3)
¿Consumo bebidas alcohólicas?	Ingesta de bebidas que en su composición contienen alcohol tales como la cerveza, vino y otras bebidas más fuertes	Negar o afirmar si en el momento que responde la encuesta consume alcohol	Cualitativa	Nominal	No (0) Si (1)

Variables	Definición conceptual	Definición operativa	Naturaleza	Escala de medición	Valores que asume
¿Cuántas veces a la semana consume alcohol?	Ingesta de bebidas que en su composición contienen alcohol tales como la cerveza, vino y otras bebidas más fuertes	La frecuencia con la que el participante expresa que consume al día, a la semana o al mes.	Cualitativa	Nominal	2 veces (1) 4 veces (2) 6 veces (3)
¿Con qué frecuencia su grupo social influye en la ingesta de alcohol?	Ingesta de bebidas que en su composición contienen alcohol tales como la cerveza, vino y otras bebidas más fuertes	Frecuencia con la que el participante indique que su grupo social influye en la ingesta de alcohol	Cualitativa	Nominal	Nunca (1) Algunas veces (2) Casi siempre (3) Siempre (4)
Percepción de Ansiedad					
ANSIEDAD-ESTADO					
Me siento calmado	Que se toma las cosas con tiempo, sin nerviosismos ni agobios, y que no se preocupa por quedar bien o mal ante la opinión de los demás.	La frecuencia con la que el participante refiere que se siente calmado al momento de responder la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)
Me siento seguro	Tener la auto confianza de hacer y tomar decisiones	La frecuencia con la que el participante refiere que se siente seguro al momento de responder la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)
Estoy tenso	Tener angustia o impaciencia frente alguna situación	La frecuencia con la que el participante refiere tensión al momento de responder la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)
Estoy contrariado	Tener disgusto, o no estar de acuerdo frente a una situación	La frecuencia con la que el participante refiere disgusto al momento de responder la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)

Variables	Definición conceptual	Definición operativa	Naturaleza	Escala de medición	Valores que asume
Me siento cómodo (estoy a gusto)	Tener comodidad frente alguna situación	La frecuencia con la que el participante refiere facilidad al momento de responder la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)
Me siento alterado	Tener confusión o preocupación excesiva frente alguna situación	La frecuencia con la que el participante refiere estar trastornado al momento de responder la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)
Estoy alterado ahora por posibles desgracias futuras	Tener miedo o angustia por las cosas que puedan suceder en un determinado momento o situación	La frecuencia con la que el participante refiere miedo por posibles desgracias futuras al momento de responder la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)
Me siento descansado	Tener una satisfacción o descanso frente a una situación	La frecuencia con la que el participante refiere tranquilidad al momento de responder la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)
Me siento angustiado	Sensación de agobio al grado de pánico frente a una situación	La frecuencia con la que el participante refiere agobio al momento de responder la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)
Me siento confortable	Tener tranquilidad frente a una situación	La frecuencia con la que el participante refiere cómodo al momento de responder la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)

Variables	Definición conceptual	Definición operativa	Naturaleza	Escala de medición	Valores que asume
Tengo confianza en mí mismo	Es poder dar a conocer tus ideas y decir algo sin sentirse culpable por ello.	La frecuencia con la que el participante refiere seguridad al momento de responder la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)
Me siento nervioso	Estado en el que aparece tensión interna, irritabilidad frente alguna situación	La frecuencia con la que el participante refiere intranquilidad al momento de responder la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)
Estoy desasosegado	Persona que no tiene tranquilidad frente a una situación	La frecuencia con la que el participante refiere preocupación al momento de responder la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)
Estoy desasosegado	Se aplican a la persona que no tiene tranquilidad	Lo que refiere el participante que siente de desasosiego en el momento que responde la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)
Me siento muy <<atado>> (como oprimido)	Que está sometido a la vejación, humillación o tiranía de alguien.	Lo que refiere el participante que siente de opresión en el momento que responde la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)
Estoy relajado	Que está sereno o muy tranquilo.	Lo que refiere el participante que siente de relajación en el momento que responde la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)

Variables	Definición conceptual	Definición operativa	Naturaleza	Escala de medición	Valores que asume
Me siento satisfecho	Que siente satisfacción por un comportamiento bueno o una obra bien hecha	Lo que refiere el participante que siente de satisfacción en el momento que responde la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)
Estoy preocupado	Absorto, distraído, ofuscado	Lo que refiere el participante que siente de preocupación en el momento que responde la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)
Me siento aturdido y sobreexcitado	Experimentar fuertes emociones relacionadas con estímulos específicos, lugares o personas.	Lo que refiere el participante que siente de sobreexcitación en el momento que responde la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)
Me siento alegre	Sentimiento de placer, producido por un suceso favorable que se manifiesta a través de un estado de ánimo	Lo que refiere el participante que siente de alegría en el momento que responde la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)
En este momento no me siento bien	Se plantea como desazón, incomodidad o "sentirse mal"	Lo que refiere el participante que no se siente bien en el momento que responde la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Nada (0) Algo (1) Bastante (2) Mucho (3)
ANSIEDAD-RASGO					
Me siento bien	Todo aquello que es apto para satisfacer, directa o indirectamente, una necesidad humana.	Se refiere a que el participante se siente cómodo en el momento de responder la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)

Variables	Definición conceptual	Definición operativa	Naturaleza	Escala de medición	Valores que asume
Me canso rápidamente	Debilidad o falta de fuerza física, generalmente provocada por la realización de un esfuerzo o trabajo	Se refiere a que el participante se siente cansado a la hora de responder a la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)
Siento ganas de llorar	Derramar lágrimas en señal de dolor, tristeza, alegría o necesidad.	Se refiere a que el participante no se siente cómodo a la hora de responder la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)
Me gustaría ser tan feliz como otros	Que se siente plenamente satisfecho por gozar de todo lo que desea o por disfrutar de algo bueno	Se refiere a que el participante se siente feliz a la hora de responder la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)
Pierdo oportunidades por no decidirme pronto	Desaprovechar una circunstancia, momento o medio oportunos para realizar o conseguir algo.	La frecuencia con la que el participante refiere le sucede la situación descrita	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)
Me siento descansado	Que trae en sí una satisfacción que equivale al descanso	La frecuencia con la que el participante refiere le sucede la situación descrita	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)
Soy una persona tranquila, serena y sosegada	Valor de mantener la calma en medio de la dificultad	La frecuencia con la que el participante refiere le sucede la situación descrita	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)
Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas	Tener varios problemas al tiempo y no saber sobrellevarlo	La frecuencia con la que el participante refiere le sucede la situación descrita	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)

Variables	Definición conceptual	Definición operativa	Naturaleza	Escala de medición	Valores que asume
Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	Preocupación de manera constante, sufrir lo indecible ante cada pensamiento frente a una situación	La frecuencia con la que el participante refiere preocupación y desespero a la hora de realizar la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)
Soy feliz	Estado de grata satisfacción frente a una situación	La frecuencia con la que el participante refiere alegría-despreocupación a la hora de realizar la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)
Suelo tomar las cosas demasiado seriamente	Persona que adopta una actitud hostil o defensiva frente a una situación	La frecuencia con la que el participante refiere una actitud negativa a la hora de realizar la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)
Me falta confianza en mí mismo	Persona con baja confianza en sí misma, dependen excesivamente de la aprobación de los demás para sentirse bien con ellos	La frecuencia con la que el participante refiere desagrado-incertidumbre a la hora de realizar la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)
Me siento seguro	Tener autoconfianza. Creer en sí mismo y en su propia capacidad de hacer algo y tomar decisiones en pro de su vida.	La frecuencia con la que el participante refiere desagrado-incertidumbre a la hora de realizar la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)
No suelo afrontar las crisis o dificultades	Periodo problemático que genera cambios bruscos en la vida de una persona, impulsado por uno o varios eventos difíciles.	La frecuencia con la que el participante refiere desagrado-incertidumbre a la hora de realizar la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)

Variables	Definición conceptual	Definición operativa	Naturaleza	Escala de medición	Valores que asume
Me siento triste (melancólico)	Emoción vaga, profunda, sosegada y permanente, que hace que quien la padece no encuentre gusto ni diversión en nada.	La frecuencia con la que el participante refiere desagrado-incertidumbre a la hora de realizar la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)
Estoy satisfecho	Sensación de estar gustoso, complacido y satisfecho por un comportamiento, situación u obra bien hecha.	La frecuencia con la que el participante refiere desagrado-incertidumbre a la hora de realizar la encuesta	Cualitativa politómica	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)
Me rondan y molestan pensamientos sin importancia	La experiencia de tener pensamientos triviales y molestos que interfieren en la paz mental y la concentración.	La frecuencia con la que el participante refiere que tiene pensamientos que no tienen importancia y le molestan.	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)
Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlos	Cuando las decepciones han dejado una marca emocional tan profunda que la persona encuentra difícil liberarse de ellas.	La frecuencia con la que el participante refiere que no puede olvidar un desengaño	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)
Soy una persona estable	La persona mantiene un equilibrio emocional y mental constante, mostrando una estabilidad en su forma de ser.	La capacidad que expresa tener la persona para mantener la estabilidad en todo aspecto	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)
Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales me pongo tenso y agitado	Al reflexionar sobre temas y preocupaciones del momento, la persona experimenta una reacción de tensión y agitación.	La frecuencia con la que la persona expresa que tiene esa respuesta ante preocupaciones	Cualitativa	Ordinal	Casi nunca (0) A veces (1) A menudo (2) Casi siempre (3)

Variables	Definición conceptual	Definición operativa	Naturaleza	Escala de medición	Valores que asume
Percepción de ansiedad	Mecanismo de defensa natural del organismo frente a estímulos externos o internos que son percibidos por el individuo como amenazantes o peligrosos	Lo que el instrumento (STAI) arroje de resultado cuando el participante termine de responder la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Bajo (≤ 30) Moderado (31-44) Alto (≥ 45)
Percepción de Estrés					
Variables	Definición conceptual	Definición operativa	Naturaleza	Escala de medición	Valores que asume
Nivel de preocupación o nerviosismo	Estado en el que aparece tensión interna, irritabilidad, excitabilidad y un humor inestable	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Razón	Poco(1) Algo(2) Aceptable(3) Bastante(4) Mucho(5)
La competencia con los compañeros del grupo	Genera sentimientos de irritación, ansiedad e impotencia entre los compañeros	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	Ocurre cuando se tiene muchas obligaciones y poco tiempo para realizarlas	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
La personalidad y el carácter del profesor	Conjunto de características personales que identifican a un profesor	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc)	Recursos mediante los cuales se mide el conocimiento de los estudiantes	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)

Variables	Definición conceptual	Definición operativa	Naturaleza	Escala de medición	Valores que asume
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc...)	Son aquellas actividades que se les envían a los estudiantes	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
No entender los temas que se abordan en la clase	Asunto, materia o idea sobre los que trata alguna cosa	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cuantitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Participación en clase (responder preguntas, exposiciones, etc....)	Relación que existe entre las ideas, eternas, perfectas e inmutables, y el mundo material, perecedero, imperfecto y mudable	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Tiempo limitado para hacer el trabajo	Es la duración de las cosas sujetas a cambio que determinan las épocas, períodos, horas, días, semanas, siglos, etcétera.	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Trastornos del sueño (insomnio o pesadillas)	Cambios en los patrones o hábitos del sueño que afectan a la salud.	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Fatiga crónica	Trastorno que provoca un cansancio que no desaparece después del descanso y persiste un largo tiempo	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)

Variables	Definición conceptual	Definición operativa	Naturaleza	Escala de medición	Valores que asume
Dolores de cabeza o migraña	Dolor de cabeza que puede causar un dolor pulsátil intenso o una sensación pulsante generalmente de un solo lado	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	Enfermedad digestiva que causa problemas de salud en el aparato digestivo	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc...	Refregar o frotar fuertemente la piel con algo agudo o áspero, y por lo regular con las uñas.	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Somnolencia o mayores necesidades de dormir	Estado en el que se tiene sensación de cansancio, pesadez, sueño, embotamiento de los sentidos y torpeza en los movimientos.	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	Preocupación, desasosiego del ánimo	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Sentimiento de depresión y tristeza (decaído)	Débil física o anímicamente	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Ansiedad, angustia o desesperación	Preocupación y miedo intensos, excesivos y continuos ante situaciones cotidianas.	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)

Variables	Definición conceptual	Definición operativa	Naturaleza	Escala de medición	Valores que asume
Problemas de concentración	Problema cognitivo que obstaculiza la realización de gran parte de las actividades cotidianas.	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	Fuerte sensación de molestia o disgusto	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	Acción de difícil solución entre dos o más personas que difieren de un punto de opinión.	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Aislamiento de los demás	Apartarse, tener pocas personas con las cuales interactuar o comunicarse regularmente.	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Desgano para realizar las labores escolares	Desinterés, falta de ganas o abandono en la realización de las actividades académicas.	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Aumento o reducción del consumo de alimentos	Trastorno de la alimentación el cual una persona experimenta pérdida de control en la ingesta excesiva de alimentos o ausencia de apetito.	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)

Variables	Definición conceptual	Definición operativa	Naturaleza	Escala de medición	Valores que asume
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)	Capacidad para transmitir una opinión, creencia, postura o sentimiento sin dañar a otros	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	Proceso de estrategias creativas y definición de tareas para la ejecución exitosa de un proyecto u objetivo.	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Elogios a sí mismo	Expresión de admiración, aprobación o alabanzas propias destacando sus cualidades, logros o acciones de manera positiva.	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	Práctica espiritual y esmero en cumplir y aplicar las obligaciones religiosas	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Búsqueda de información sobre la situación	Conjunto de acciones que un individuo realiza con el fin de obtener datos de su interés.	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)	Persona que habla o cuenta a alguien acerca de secretos o cosas de otras personas.	La frecuencia con la que el participante refiere que le inquieta la situación mencionada	Cualitativa	Ordinal	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)

Variables	Definición conceptual	Definición operativa	Naturaleza	Escala de medición	Valores que asume
Percepción de estrés	Como las situaciones estresantes del entorno son percibidas por una persona y le afectan	Lo que el instruemnto (IEA) arroje de resultado cuando el participante termine de responder la encuesta	Cualitativa	Ordinal	Reacciones físicas”, “estrategias de afrontamiento” Baja frecuencia <24 puntos Alta frecuencia >25 “Reacciones psicológicas” y “comportamentales” Baja frecuencia ≤10 puntos Alta frecuencia ≥11

Apéndice B. Instrumento

Percepción del estrés y la ansiedad en estudiantes de odontología de la Universidad Santo Tomás, Bucaramanga			
Fecha:		Encuesta N°:	
El instrumento utilizado en este trabajo consta de 3 apartados, el primero corresponde a datos personales, hábitos y ambiente familiar, el segundo consta de preguntas dirigidas a los estudiantes de primero a decimo semestre de la universidad sobre la percepción de ansiedad, se utilizará el instrumento validado ansiedad estado-rasgo (STAI) y en el último apartado serán preguntas sobre la percepción de estrés con el instrumento validado inventario de estrés académico (IEA), lo que nos arrojará el nivel del ansiedad y estrés que presenten los encuestados.			
VARIABLES SOCIODEMOGRAFICAS			
Edad cumplida: _____ años	Sexo	Masculino (1)	Femenino (2)
Semestre	☐ Primero(1) ☐ Segundo(2) ☐ Tercero(3) ☐ Cuarto(4) ☐ Quinto(5) ☐ Sexto(6) ☐ Séptimo(7) ☐ Octavo(8) ☐ Noveno(9) ☐ Decimo(10)		
Estrato socioeconómico	☐ Estrato 1 ☐ Estrato 2 ☐ Estrato 3 ☐ Estrato 4 ☐ Estrato 5 ☐ Estrato 6		
Residencia	☐ Bucaramanga(1) ☐ Floridablanca(2) ☐ Piedecuesta(3) ☐ Girón(4) ☐ Otro(5)		
VARIABLES FAMILIARES			
Núcleo familiar	☐ Madre(1) ☐ Padre(2) ☐ Madre y padre(3) ☐ Madre, padre y hermanos(4) ☐ Pareja o hijos(5)		
¿Con quién vive?	☐ Cupo universitario(1) ☐ Con familiares(3) ☐ Pareja(4) ☐ Solo(2)		
VARIABLES DE HABITOS			
¿Realiza actividad física?	☐ Si(1) ☐ No(2)		
¿Cuántas veces hace actividad física?	☐ 2 veces(1) ☐ 4 veces(2) ☐ 6 veces(3)		
¿Consume cigarrillo?	☐ Si(1) ☐ No(2)		
¿Con qué frecuencia consume cigarrillo?	☐ 2 veces(1) ☐ 4 veces(2) ☐ 6 veces(3)		
¿Consume bebidas alcohólicas?	☐ Si(1) ☐ No(2)		
¿Cuántas veces a la semana consume alcohol?	☐ 2 veces(1) ☐ 4 veces(2) ☐ 6 veces(3)		
¿Con qué frecuencia su grupo social influye en la ingesta de alcohol?	☐ Nunca ☐ Algunas veces ☐ Casi siempre ☐ Siempre		
PERCEPCION DE ANSIEDAD			

Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor cómo se siente usted ahora mismo, en este momento en una escala de 0 a 3 donde (0) es nada (1) es algo (2) es bastante y (3) es mucho.				
	Nada(0)	Algo(1)	Bastante(2)	Mucho(3)
Me siento seguro				
Estoy tenso				
Estoy contrariado				
Me siento cómodo (estoy a gusto)				
Me siento alterado				
Estoy alterado ahora por posibles desgracias futuras				
Me siento descansado				
Me siento angustiado				
Me siento confortable				
Tengo confianza en mí mismo				
Me siento nervioso				
Estoy desasosegado				
Me siento muy <<atado>> (como oprimido)				
Estoy relajado				
Me siento satisfecho				
Estoy preocupado				
Me siento aturdido y sobreexcitado				
Me siento alegre				
En este momento no me siento bien				
Responda las siguientes preguntas según la frecuencia con la que le ocurre cada enunciado en una escala de 0 a 3 donde (0) es casi nunca (1) a veces (2) es a menudo y (3) es casi siempre e indique cómo se siente usted en general, en la mayoría de las ocasiones.				
	Casi nunca(0)	A veces(1)	A menudo(2)	Casi siempre(3)
Me siento bien				
Me canso rápidamente				
Siento ganas de llorar				
Me gustaría ser tan feliz como otros				
Pierdo oportunidades por no decidirme pronto				
Me siento descansado				

Soy una persona tranquila, serena y sosegada				
Veó que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas				
Me preocupo demasiado por cosas sin importancia				
Soy feliz				
Suelo tomar las cosas demasiado seriamente				
Me falta confianza en mí mismo				
Me siento seguro				
No suelo afrontar las crisis o dificultades				
Me siento triste (melancólico)				
Estoy satisfecho				
Me rondan y molestan pensamientos sin importancia				
Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlos				
Soy una persona estable				
Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales me pongo tenso y agitado				

PERCEPCION DE ESTRÉS

Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala de 1 a 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo donde (1) es poco y (5) mucho

	2	3		

En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca (2) es rara vez (3) es algunas veces (4) es casi siempre y (5) siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones

	Nunca(1))	ara vez(2)	Algunas veces(3)	Casi siempre(4)	Siempre(5)
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales. Etc.)					
No entender los temas que se abordan en clase					

Participación en clase (responder preguntas, exposiciones, etc..)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
En una escala de (1) a (5) donde (1) es nunca (2) es rara vez (3) es algunas veces (4) es casi siempre y (5) siempre señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones cuando estabas preocupado o nervioso.					
Trastornos del sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica					
Dolores de cabeza o migraña					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse. Etc....					
Somnolencia o mayores necesidades de dormir					
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimiento de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
En una escala de (1) a (5) donde (1) es nunca (2) es rara vez (3) es algunas veces (4) es casi siempre y (5) siempre utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.					
Habilidad asertiva(defender nuestras preferencias ideas o sentimientos son dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					

Apéndice C. Análisis estadístico**Tabla de análisis univariado**

Objetivo	Variable	Naturaleza	Prueba estadística
Caracterizar la población según variables sociodemográficas, familiares y de hábitos en salud.	Edad	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Sexo	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Estrato socioeconómico	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Residencia	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Semestre	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Núcleo familiar	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	¿Con quién vive?	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	¿Realiza actividad física?	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	¿Cuántas veces a la semana hace actividad física?	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	¿Consume de cigarrillo?	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	¿Con qué frecuencia consume cigarrillos?	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	¿Consume bebidas alcohólicas?	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	¿Cuántas veces a la semana consume alcohol?	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	¿Con qué frecuencia su grupo social influye en la ingesta de alcohol?	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
ANSIEDAD-ESTADO			
Establecer el nivel de ansiedad con el instrumento cuestionario de ansiedad Estado-Rasgo (STAI) y estrés con el instrumento.	Me siento seguro	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Estoy tenso	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Estoy contrariado	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me siento cómodo (estoy a gusto)	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me siento alterado	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje

Objetivo	Variable	Naturaleza	Prueba estadística
Inventario de estrés académico (IEA).	Estoy alterado ahora por posibles desgracias futuras	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me siento descansado	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me siento angustiado	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me siento confortable	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Tengo confianza en mí mismo	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me siento nervioso	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Estoy desasosegado	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me siento muy <atado> (como oprimido)	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Estoy relajado	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me siento satisfecho	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Estoy preocupado	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me siento aturdido y sobreexcitado	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me siento alegre	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	En qué momento no me siento bien	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
ANSIEDAD-RASGO			
	Me siento bien	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me canso rápidamente	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Siento ganas de llorar	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me gustaría ser tan feliz como otros	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Pierdo oportunidades por no decidirme pronto	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me siento descansado	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Soy una persona tranquila, serena y sosegada	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje

Objetivo	Variable	Naturaleza	Prueba estadística
	veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Soy feliz	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Suelo tomar las cosas demasiado seriamente	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me falta confianza en mí mismo	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me siento seguro	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	No suelo afrontar las crisis o dificultades	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me siento triste (melancólico)	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Estoy satisfecho	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me rondas y me molestan pensamientos sin importancia	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Me afectan tanto los engaños que no puedo olvidarlos	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Soy una persona estable	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales me pongo tenso y agitado	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
PERCEPCIÓN DE ESTRÉS			
Establecer el nivel de estrés con el instrumento. inventario de estrés académico (IEA).	Nivel de preocupación o nerviosismo	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	La competencia con los compañeros del grupo	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	La personalidad y el carácter del profesor	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje

Objetivo	Variable	Naturaleza	Prueba estadística
	Las evaluaciones de los profesores(exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc)	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc)	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	No entender los temas que se abordan en la clase	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Participación en clase (responder preguntas, exposiciones, etc)	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Tiempo limitado para hacer el trabajo	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Trastorno del sueño (insomnio o pesadillas)	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Fatiga crónica	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Dolores de cabeza o migraña	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Rascarse, morderse las uñas o frotarse, etc	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Somnolencia o mayores necesidades de dormir	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Sentimiento de depresión y tristeza(decaído)	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Ansiedad, angustia o desesperación	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Problemas de concentración	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje

Objetivo	Variable	Naturaleza	Prueba estadística
	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Aislamiento de los demás	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Desgano para realizar las labores escolares	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Aumento o reducción del consumo de alimentos	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Habilidad asertiva(defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Elogios a sí mismo	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Búsqueda de información sobre la situación	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje
	Ventilación y confidencias (Verbalización de la situación que preocupa)	Cualitativa	Frecuencia absoluta y porcentaje

Tabla de análisis bivariado

Objetivo	Variable de salida	Variables independientes	Naturaleza	Prueba estadística
Comparar el nivel de estrés y ansiedad presente en los estudiantes de acuerdo con el semestre académico, edad, sexo, estrato socioeconómico, hábitos y variables familiares	Percepción de ansiedad y estrés	Edad	Cualitativa	Chi cuadrado o exacto de fisher
	Percepción de ansiedad y estrés	Semestre académico	Cualitativa	Chi cuadrado o exacto de fisher
	Percepción de ansiedad y estrés	Sexo	Cualitativa	Chi cuadrado o exacto de fisher

Objetivo	Variable de salida	Variables independientes	Naturaleza	Prueba estadística
	Percepción de ansiedad y estrés	Estrato socioeconómico	Cualitativa	Chi cuadrado o exacto de fisher
	Percepción de ansiedad y estrés	Hábitos	Cualitativa	Chi cuadrado o exacto de fisher
	Percepción de ansiedad y estrés	Variables familiares	Cualitativa	Chi cuadrado o exacto de fisher

Apéndice D. Consentimiento Informado

	PERCEPCIÓN DEL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS, BUCARAMANGA	Página: 1 de 4
	TRABAJO DE INVESTIGACIÓN – FACULTAD DE ODONTOLOGÍA UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS -SECCIONAL BUCARAMANGA	Versión: 01
		Fecha: _____

Código del participante

CONSENTIMIENTO INFORMADO**1.Introducción**

Los investigadores Heidy Melissa Castañeda Rincón, Rosa Valentina Daza Arenas, Nesly Andrea Cachimuel Arias, María Alejandra Trujillo Pelayo Y Juan Sebastián Pinto Bernal, del trabajo de grado “*PERCEPCIÓN DEL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS, BUCARAMANGA*” de la Universidad Santo Tomás de Bucaramanga, nos encontramos desarrollando un proyecto de investigación.

Esta investigación se enmarca en los principios éticos establecidos en la resolución 008430 del 4 de octubre de 1993, del Ministerio de Salud de Colombia, “por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud”.

El propósito de este documento es ayudarle a tomar decisiones de manera libre y autónoma donde usted pueda tomar una decisión de participar o no de la misma. Estamos dispuestos a resolver cualquier duda o inquietud que usted tenga con el fin de garantizar su total comprensión.

2.Objetivos de la investigación

Determinar la percepción de estrés y ansiedad que experimentan los estudiantes de odontología de la universidad de Santo Tomás de Bucaramanga, 2023.

Se ha seleccionado como participantes de dicha investigación a estudiantes de la Facultad de Odontología de primero a décimo semestre. Es decir, usted ha sido invitado a participar en este estudio, ya que es quien de manera objetiva representa la realidad respecto al ideal de su condición.

3.Procedimiento de estudio

Se aplicará un cuestionario a los estudiantes de pregrado de la Facultad de Odontología de la universidad Santo Tomás de Bucaramanga de primero a décimo semestre, donde se logrará evaluar la percepción de estrés y ansiedad, confirmando si se debe a la carga académica o, por el contrario, a otros factores asociados diferentes a temas educativos. Los estudiantes se encontrarán presentes en sus respectivas aulas de clase u escenarios de prácticas en el campus de Floridablanca y el edificio de clínicas odontológicas. Los investigadores abordaran en las aulas de clases y escenarios clínicos para realizar la aplicación del cuestionario que tomará 20 minutos, el investigador informará el objetivo del estudio y realizara el proceso del consentimiento informado, con el propósito de que los estudiantes decidan de manera autónoma y voluntaria su participación en la investigación. Confirmada la participación se dará a conocer las indicaciones para el correcto diligenciamiento del cuestionario.

4.Riesgo y beneficios

El presente proyecto de investigación es un estudio observacional analítico de corte transversal donde se encargará de la observación y registro de los diferentes niveles de estrés y ansiedad percibidos en los participantes. Existe un nivel mínimo de riesgo, lo que significa que, durante su participación, posiblemente correrá un riesgo psicológico. Sin embargo, no se realizará ningún tipo de intervención clínica o procedimiento invasivo en relación a lo estipulado en el Artículo 11: Investigación sin riesgo, Resolución 008430 de 1993, Ministerio de Salud, Colombia.

5.Costos y compensación

No se recibirán beneficios de tipo económico. Sin embargo, se dará un incentivo por la participación de dicho estudio. Los resultados de este proyecto generaran conocimiento que contribuirá a tomar medidas necesarias a través de diferentes entes para la prevención de adquirir enfermedades de salud mental, para así establecer que la universidad establezca medidas o ayuda psicológica que motiven a una mejor estabilidad emocional de los estudiantes.

6.Confidencialidad

Es importante que usted conozca que se tomarán todas las medidas necesarias para proteger su privacidad como participante del estudio. Toda la información obtenida del estudio se mantendrá bajo estricta confidencialidad, velando por su integridad y dignidad. Los datos serán

utilizados únicamente por el personal investigador, respetando la confidencialidad y su anonimato como participante. El nombre y datos serán identificados mediante códigos.

7.Derecho a rehusar o abandonar el estudio

La participación en este estudio es voluntaria y también luego de iniciar y aceptar participar, puede negarse a contestar alguna pregunta o continuar en el programa en cualquier etapa de la investigación, ninguna persona se enfadará o molestará con usted.

8.Preguntas

Puede realizar cualquier tipo de pregunta ahora o en cualquier momento del estudio.

Declaración del participante

Al firmar este documento, usted está aceptando que ha entendido la información que se le ha dado y desea participar en este estudio y por tanto está de acuerdo con:

✓ Se me ha expresado el objetivo de esta investigación, los procedimientos, riesgos, beneficios y derechos que me corresponden teniendo en cuenta que me puedo retirar de ella en el momento que lo desee.

✓ Firmo este documento con voluntad y autonomía, sin ser forzado a realizarlo.

✓ Reconozco que mis datos personales se protegerán y no serán divulgados, según la ley estatutaria 1581 de 2012 en reglamentación parcial de derecho nacional 1377 de 2013, en la cual se dicta disposiciones en general de todo lo que representa la protección de datos personales.

Aceptación para participar.

La firma es el respaldo de su autorización para participar en el presente estudio. El responsable de obtener el consentimiento informado debe firmar y consignar sus datos de identificación personal, lugar y fecha de obtención del consentimiento. ¿Autoriza usted su participación voluntaria en este proyecto?

☐ Sí ☐ No

Si usted ha aceptado participar, por favor escriba su nombre y firma en el espacio siguiente: Nombre y apellidos completos de la participante:

Documento de identidad: _____

Firma: _____

Fecha __ / __ / ____

Declaración del investigador

Certifico que yo como investigador he explicado a la persona sobre esta investigación y que la persona entendió la naturaleza y el propósito del estudio, así como los posibles riesgos y beneficios asociados con su participación en el mismo. Todas las preguntas que esta persona ha hecho le han sido contestadas.

Firma de los investigadores

Credencial universitario - Cédula

Si tiene preguntas acerca de esta investigación puede comunicarse con los investigadores:

Andrea Jhoanna almario barrera magister en odontología al correo electrónico Andrea.almario@ustabuca.edu.co

Heidy Melissa Castañeda Rincón estudiante de odontología, Universidad Santo Tomás, Bucaramanga, 3103740214, correo electrónico: Heidymelissa.castaneda@ustabuca.edu.co

Rosa Valentina Daza Arenas estudiante de odontología, Universidad Santo Tomás, Bucaramanga, 3115040187, correo electrónico: rosavalentina.daza@ustabuca.edu.co

Nesly Andrea Cachimuel Arias estudiante de odontología, Universidad Santo Tomás, Bucaramanga, 3212477390, correo electrónico: neslyandrea.cachimuel@ustabuca.edu.co

María Alejandra Trujillo Pelayo estudiante de odontología, Universidad Santo Tomás, Bucaramanga, 3023810154, correo electrónico: maria.trujillo01@ustabuca.edu.co

Juan Sebastián Pinto Bernal estudiante de odontología, Universidad Santo Tomás, Bucaramanga, 3155821908, correo electrónico: Juansebastian.bernal@ustabuca.edu.co