



LA ANSIEDAD Y SU RELACIÓN EN EL PROCESO DE REALIZACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN, EN LOS EGRESADOS DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANÍSTICAS Y SOCIALES DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MANABÍ

Hamilton Benigno Cedeño Vinces,

Universidad Técnica de Manabí¹

hbcedeno@utm.edu.ec

Junior Patricio Ponce Vélez,

Universidad Técnica de Manabí²

Para citar este artículo puede utilizar el siguiente formato:

Hamilton Benigno Cedeño Vinces y Junior Patricio Ponce Vélez (2018): "La ansiedad y su relación en el proceso de realización del trabajo de titulación, en los egresados de la facultad de ciencias humanísticas y sociales de la Universidad Técnica de Manabí.", Revista Caribeña de Ciencias Sociales (agosto 2018). En línea:

[//www.eumed.net/rev/caribe/2018/08/ansiedad-trabajo-titulacion.html](http://www.eumed.net/rev/caribe/2018/08/ansiedad-trabajo-titulacion.html)

RESUMEN

Este estudio, es un aporte a la ciencia y al conocimiento, para toda la comunidad universitaria (profesores-alumnos), con la finalidad de dar a conocer en qué medidas está relacionada la ansiedad, con el proceso de investigación previo a la titulación, que llevan a cabo los egresados del primer periodo de 2018, de la Facultad Ciencias Humanísticas y Sociales de la Universidad Técnica de Manabí, en que niveles se manifiestan, cuáles son los principales síntomas y cuál es su prevalencia.

Para el siguiente estudio se ha elegido el tipo de investigación tipo descriptiva, porque buscan especificar las propiedades importantes del fenómeno. Transversal, porque permitirá estimar la magnitud y distribución del suceso en un momento exacto, y correlacional, porque que ésta permitirá evaluar las variables de las muestras seleccionadas y determinar en qué medida están relacionadas.

De acuerdo al estudio realizado se puede concluir que los egresados del primer periodo de 2018, de la Facultad Ciencias Humanísticas y Sociales, de la UTM, manejan una ansiedad que se mantiene por encima de la media, es decir un 86% de los analizados, presentan ansiedad leve. Y el 0% tiene ansiedad severa.

Esta investigación, es que los egresados de la FCHS, tienen en su mayoría ansiedad de tipo psíquica, con porcentaje que se reflejan en un 75%, y un 25% presenta ansiedad somática. Todos estos resultados, fueron proporcionados gracias a la aplicación del test de Hamilton, en su escala para la ansiedad y la entrevista clínica.

¹ Docente – Facultad de Ciencias Humanísticas y Sociales, Escuela de Psicología, Universidad Técnica de Manabí
Médico cirujano – Universidad Técnica de Manabí

Especialista de primer grado en psiquiatría – Universidad de Ciencias Médicas de la Habana

² Egresado – Facultad de Ciencias Humanísticas y Sociales, Escuela de Psicología, Universidad Técnica de Manabí

Los resultados expuestos en el presente estudio nos permiten entender los factores predictores que puedan incidir en el manejo de la ansiedad y en las estrategias que las personas van a generar en situaciones de riesgo cuando estés ya ejerzan su rol profesional.

PALABRAS CLAVES

Ansiedad – Trabajo de titulación – Tesis – Egresados

ABSTRACT

This study is a contribution to science and knowledge, for the entire university community (teachers-students), in order to make known in what measures anxiety is related, with the demanding research process prior to the degree, carried out by the graduates of the first period of 2018, from the Faculty of Humanities and Social Sciences of the Technical University of Manabí, in which levels are manifested, which are the main symptoms and what their prevalence is.

For the following study the type of descriptive type research has been chosen, because they seek to specify the important properties of the phenomenon. Transversal, because it will allow to estimate the magnitude and distribution of the event in an exact moment, and correlational, because it will allow to evaluate the variables of the selected samples and determine to what extent they are related.

According to the study carried out, I can conclude that the graduates of the first period of 2018, from the Faculty of Humanities and Social Sciences, of the UTM, manage an anxiety that remains above the average, that is 86% of the analyzed, They present mild anxiety. And 0% have severe anxiety.

Another revealing fact of this research is that the graduates of the FCHS, have in their majority anxiety of psychic type, in language of percentage they are reflected in 75%, and 25% present somatic anxiety. All these results were provided thanks to the application of the Hamilton test, in its scale for anxiety.

The results presented in the present study allow us to understand the predictive factors that may affect the management of anxiety and the strategies that people will generate in situations of risk when they are already exercising their professional role.

KEYWORDS

Anxiety - Degree work - Thesis – Graduates

INTRODUCCIÓN

Hoy en día, existe un enorme interés de la comunidad mundial por la salud del ser humano. Partiendo desde allí, se puede decir de forma concreta, que la salud mental de los egresados es de crucial importancia, puesto que ésta, no solo repercutirá en la vida individual, sino que tendrá una incidencia colectiva. (Carranza Álvarez, 2010)

En la actualidad la ansiedad relacionada con los estudios universitarios y, más puntualmente con los egresados que se encuentran en proceso de investigación para la titulación, corresponden a una realidad palpable, convertida muchas veces en problemas para llegar a sus meta, sin embargo todavía existen pocos estudios que se hayan realizado en el ámbito científico, en este contexto. (Person Valiz, 2015)

Los estudiantes universitarios en proceso de investigación para su titulación, serán los profesionales del mañana. Cómo estos resuelvan problemas, manejen la ansiedad, o afronten el estrés, son un factor que interviene en su desempeño futuro; cómo serán en el trabajo que desempeñen, la calidad en que realicen el mismo, y sobre todo el manejo de estrategias que ayuden a afrontar la ansiedad. (García Peña, 2011)

Para (Lewis Matínez, 2013), otro punto importante sobre el análisis de la ansiedad en los estudiantes universitarios que se encuentran en la última etapa de sus estudios, es, determinar las características psicológicas que comparten éste tipo de estudiantes, y los factores

psicosociales que influyen para el desarrollo clínico de la ansiedad. La misma autora menciona que, las estructuras bases de la personalidad determinan en gran medida la presencia de ansiedad o cualquier otro cuadro clínico mental.

En el año 2016, en España, en la universidad de Cádiz, se llevó a cabo una investigación que tuvo como muestra a los estudiantes de periodismo. El objetivo de la investigación, era determinar la incidencia de cuadros de ansiedad que existan en estos estudiantes, frente a su proceso de titulación. La investigación arrojó datos, que revelaron que el 58% de estos alumnos tenían niveles de ansiedad moderada. (Carsón Pavón & Loton Marroquí, 2016)

Otra investigación relevante en el mundo de la ansiedad relacionada con estudiantes universitarios que cursan su última etapa de estudios, es la que se llevó a cabo en la universidad de Hamburgo, Alemania en el año 2015, en donde se descubrió, que las mujeres en etapa de investigación de tesis de grado, desarrollaron más ansiedad frente a los hombres. Este estudio demostró que tres de cuatro mujeres mostraban cuadros de ansiedad entre leve y moderado. (Morgan Wass & Pends Müller, 2015).

En el contexto latinoamericano, también existen estudios sobre la ansiedad y sus brotes en personas en etapa de tesis de grado, como la que se desarrolló en Cuba en el Hospital Psiquiátrico René Vallejo, de Camagüey, en conjunto con la Universidad de la Habana, en el 2010, en donde el objetivo de la investigación era conocer los factores psicosociales que influye para la aparición de ansiedad en cierto grupo de personas, ante determinada actividad. La investigación tuvo como muestra a 500 personas, las cuales eran estudiantes en etapa de grado, de las distintas carreras de la Universidad de la Habana, concluyendo que los principales factores que influyen en las personas, para desarrollar ansiedad son: El estrés, situación económica, anticipación al futuro de forma perjudicial, hábitos negativos de la salud, pensamientos negativos, y una base de la personalidad relacionada con la depresión en todos los casos. (Nuñez Garbanza, Pérez Coot, & Scot Pernas, 2010).

En el año 2016, la Universidad de El Salvador, en cooperación con él (Instituto de Investigación, Intervención y Consultoría del Desarrollo Psicosocial, 2016), realizaron un estudio para determinar la relación que existe de la ansiedad y los procesos de estudios, especialmente es estudiantes universitarios. La investigación determinó que, la ansiedad está ligada a estructuras de personalidad que predisponen al individuo a ser sujeto de este cuadro clínico, y por consiguiente, los eventos estresantes ayudan a potenciar el desarrollo de la misma, dando lugar a comportamientos poco adaptativos, que dificultan la estabilidad en todas o casi todas las esferas del desarrollo humano.

En Ecuador, se visualizan pocos estudios relacionados al tema, pero destaca uno que fue realizado en 2015, por estudiantes de la carrera de Psicología de la Pontificia Universidad Católica Del Ecuador, demuestró que el nivel de ansiedad presentado por un grupo de estudiantes universitarios de ingeniería, que se encontraba en proceso de titulación, era igual a los niveles que presentaban los pacientes de un hospital psiquiátrico, previamente analizados. Los estudiantes estaban siendo sometidos a procesos de investigación muy exigentes, lo cual provocó que los niveles de ansiedad se fueran elevando con el tiempo (Pico Plaza, Del Pozo, Guevara, & Cardozo Muguerza, 2015).

Previo al presente estudio, se realizó un abordaje sobre el desarrollo e investigación de este tema en el Ecuador, y al no encontrar estudios relevantes, nació el interés por desarrollar esta investigación, puesto que los estudiantes universitarios se encuentran muy expuestos a sufrir ansiedad debido a la naturaleza propia del medio académico, al contrastar aquella realidad con la teoría, surgió la hipótesis si existe relación entre ansiedad con el proceso de la realización de trabajo de titulación, en los egresados de la Facultad Ciencias Humanísticas y Sociales de la Universidad Técnica de Manabí.

ANSIEDAD

La ansiedad es uno de los conceptos más estudiados e investigados en el campo de la salud mental (Coox Millan, 2015), sobre el cual algunos autores han destacado su carácter ambiguo. Para lograr comprender de que se trata la ansiedad y a su vez, como puede afectar al individuo, tanto en su desarrollo individual como colectivo; debemos antes comprender los antecedentes históricos que encierran a este término.

Existe una gran confusión con el término ansiedad, pues bajo el mismo se han englobado diversos conceptos en el campo de la Psicología. Los problemas de ambigüedad conceptual y operativa para su abordaje dificultan el desarrollo de definiciones unánimes desde los distintos enfoques, a lo que se suma el problema de las numerosas etiquetas (reacción emocional, respuesta, experiencia interna, rasgo de personalidad, estado, síntoma, etc.) que ha recibido. (Moos, 2015)

Según la (Real Academia de la Lengua Española, 2017), la ansiedad proviene del latín 'anxietas', que significa 'angustia, aflicción', en el mismo diccionario, pero en un concepto más actual y concreto, la ansiedad vendría a significar; estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo, que suele acompañar a muchas enfermedades, en particular a ciertas neurosis, y que no permite sosiego a los enfermos.

Por otro lado, la (Organización Mundial de la Salud, 2017), define a la ansiedad como “problemas habituales de salud mental que afectan a la capacidad de trabajo y la productividad”. Por otro lado investigadores como (Ochoa, 2014), define la Ansiedad como “la sensación más frecuente experimentada por el ser humano, siendo una emoción compleja, difusa y desagradable, que se expresa por un sentimiento de temor y de tensión emocional acompañada de sintomatología”.

La ansiedad se trata de una señal de alerta que advierte sobre un peligro inminente y permite a la persona que adopte las medidas necesarias para enfrentarse a una amenaza. Para (Fernandez, 2013), es:

Una respuesta de anticipación involuntaria del organismo frente a estímulos que pueden ser externos o internos, tales como pensamientos, ideas, imágenes, etc., que son percibidos por el individuo como amenazantes y/o peligrosos, y se acompaña de un sentimiento desagradable o de síntomas somáticos de tensión.

Por otro lado la (Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés - SEAS, 2013), refiere que “la ansiedad es adaptativa y que necesariamente no tiene que ser patológica, es una sensación o un estado emocional normal ante determinadas situaciones y constituye una respuesta habitual a diferentes situaciones cotidianas estresantes”. Por lo tanto, según los autores, cierto grado de ansiedad es incluso deseable para el manejo normal de las exigencias o demandas del medio ambiente. Sin embargo añade:

La ansiedad únicamente se convierte en patológica cuando, sobrepasa cierta intensidad desequilibrio de los sistemas de respuesta normal de ansiedad o se supera la capacidad adaptativa entre el individuo y el medio ambiente, provocando un malestar significativo, con síntomas físicos, psicológicos y conductuales, la mayoría de las veces muy inespecíficos. (Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés - SEAS, 2013)

Frecuentemente, el término ansiedad alude a la combinación de distintas manifestaciones físicas y mentales, que no son atribuibles a peligros reales, sino que se manifiestan, ya sea en forma de crisis, o bien como un estado persistente y difuso, pudiendo llegar al pánico; no obstante, pueden estar presentes otras características neuróticas tales como síntomas obsesivos o histéricos que no dominan el cuadro clínico (Ayuso F. , 2008)

La ansiedad es el imaginario de lo que no ha ocurrido, de lo incierto o de la presencia virtual del futuro (Marcks, 2013) menciona:

“Si bien la ansiedad se destaca por su cercanía al miedo, se diferencia de éste en que, mientras el miedo es una perturbación cuya presencia se manifiesta ante estímulos presentes, la ansiedad se relaciona con la anticipación de peligros futuros, indefinibles e imprevisibles”

Clasificaciones de la ansiedad

Para (Peterson , 2010), “la ansiedad no es algo rígido, se da en muchos matices y existen diferentes niveles de la misma, dependiendo de cómo reaccionemos a las diferentes presiones de la vida”. Es decir, dentro de cada uno de estos niveles se pueden reconocer diferentes síntomas. La ansiedad altera en una manera global, por lo cual podemos presentar sensaciones físicas, alteraciones en nuestra capacidad de pensamiento, así como comportamiento y emociones.

La ansiedad al igual que la mayoría de las complicaciones del estado de ánimo, se clasifica por niveles de impacto en el individuo. Cada nivel de ansiedad va a afectar de manera diferente y esto, evidentemente, varía de persona a persona, sin embargo, sí está comprobado que algunas sensaciones van surgiendo conforme acumulamos ansiedad. (Peterson , 2010), en su manual sobre ansiedad, la clasifica en tres grandes grupos: Ansiedad leve, Ansiedad moderada y Ansiedad severa, las cuales las veremos a continuación.

Ansiedad leve; cuando existe ansiedad en este nivel, sentimos una cierta incomodidad y es normal tener una sensación constante de que algo no encaja. No se debe olvidar que la ansiedad es una respuesta natural del organismo, no es una enfermedad, el ser humano está diseñado para tolerar una cierta cantidad de la misma sin que esto sea algo negativo. En este punto los sentidos y percepción están alerta y estas reacciones hacen que sea más fácil la concentración, aprender, resolver problemas y buscar resguardo, entre otras cosas.

En este nivel de ansiedad físicamente se tiene, dificultad para respirar (ocasionalmente), palpitaciones o aumento de la presión arterial, ligeras molestias estomacales, tensión muscular. En lo que corresponde a pensamiento, mayor concentración, se resuelven los problemas de manera eficaz y existe una mayor facilidad para aprender. Y en el comportamiento y emociones, el individuo no puede quedarse quieto con mucha impaciencia. También necesidad de estar en soledad o aislarse.

Ansiedad moderada; Ansiedad moderada produce sensaciones inquietantes, normalmente hace sentir nerviosos o agitación. Cuando alguien presenta ansiedad moderada, pierde la percepción general de las cosas y comienza a centrarse mucho más en los detalles.

En este tipo de ansiedad, se pueden observar manifestaciones físicas como: Tensión muscular, vista nublada, por la dilatación de las pupilas, sudoración, necesidad frecuente de orinar, dolores de cabeza, dificultad para dormir, insomnio. En las capacidades del pensamiento, hay problemas para, concentrarse, de atención, y para resolver problemas. En el comportamiento y las emociones, existe, Incomodidad, pérdida de confianza, agitación e impaciencia, temor o preocupación constantes.

Ansiedad severa; se experimenta cuando no se logra dejar la preocupación y constantemente el individuo siente que hay algo que puede salir mal. En este punto se agudiza el temor. Cuando se alcanza niveles tan fuertes de ansiedad, se puede experimentar lo que se conoce como "ataque de pánico" que es, a grandes rasgos la respuesta completa de lucha o huida, en la cual el cuerpo dispara las reacciones necesarias para ponerse a salvo.

Aquí se pueden observar manifestaciones físicas como: Tensión muscular severa, Hiperventilación, La transpiración aumenta, Tensión en la mandíbula, rechinar los dientes, Temblores, Palpitaciones aceleradas y fuertes, Molestias, estomacales. En la Capacidad de pensamiento, ya se notan problemas mayores en la percepción, dificultad para pensar claramente y concentrarse, preocupación sin una razón justificable, pensamientos de centrados en el temor o la posibilidad de volverte loco/a o de estar gravemente enfermo/a. en el comportamiento y emociones, se nota, agitación, miedo, confusión, negación, frustración, necesidad de moverse y buscar una salida.

A hora bien, después de conocer la clasificación (Peterson), veremos cómo otros autores conceptualizan la ansiedad. (Rojas , 2013), por su lado menciona que, en los distintos tipos de ansiedad existen diferencias notables, por lo cual describió la clasificación de la siguiente manera:

Ansiedad generalizada; las personas que sufren de ansiedad generalizada, sin embargo, sienten ansiedad y preocupación la mayoría del tiempo, no solo en situaciones potencialmente estresantes. Estas preocupaciones son intensas, irracionales, persistentes (al menos la mitad de los días durante al menos 6 meses) e interfieren con el funcionamiento normal en su vida diaria (actividades tales como el trabajo, la escuela, los amigos y la familia), pues son difíciles de controlar.

Pánico; se conoce como ansiedad estado, pues su sintomatología es aguda. Las personas con pánico experimentan sensaciones de muerte o la posibilidad de quedarse sin aire, que puede causar tanto problemas psicológicos como físicos. De hecho, la sensación puede ser tan intensa que requiera hospitalización.

Fobia social; se caracteriza por el miedo a las multitudes, cualquier tipo de situación social genera vergüenza y un gran bloqueo. En casos extremos, los pacientes pueden tener problemas con algo tan normal como comer en público, interactuar con la gente que no conocen, con las figuras de autoridad, con ir a fiestas o al esperar en una fila.

Fobias específicas; Este tipo de ansiedad puede caracterizarse por: sentimientos de terror al enfrentarse al objeto de su fobia, incapacidad absoluta para manejar su temor, a pesar de saber que es irracional, realizar grandes esfuerzos por evitar el objeto o situación que te asusta y la vida cotidiana se ve directamente afectada por el miedo.

Estrés postraumático; este tipo de ansiedad puede afectar a las personas de manera crónica a menos que se gestione adecuadamente. Si usted ha experimentado personalmente o ha sido testigo de un acontecimiento que directamente amenazada su vida o la vida de otra persona, usted podría desarrollar un trastorno por estrés postraumático.

LA ANSIEDAD Y SUS INVESTIGACIONES EN EL CONTEXTO INTERNACIONAL

La (Organización Mundial de la Salud, 2017), menciona que, *“264 millones de personas en el planeta, sufre ansiedad patológica, problema mental que afecta principalmente a los estadounidenses y mexicanos”*. Aunque, en realidad en los Estados Unidos de Norte América, las personas que reflejan ansiedad, son en su gran mayoría de procedencia latina. La misma OMS menciona que los latinos presentan un cuadro en donde el *“13% se queja de dolores de cabeza, un 17% dolores musculares, 30 % dolor de espalda, 20 fatiga y 28%, componentes de ansiedad”*.

Un estudio realizado por (Comisión Europea para la Salud Mental, 2016), determino que, en la Unión Europea, al menos sesenta millones de personas sufren de ansiedad anualmente, sesenta España y Alemania, los dos países con más prevalencia. Mientras la (Organización Mundial de la Salud, 2017), afirmó que en Estados Unidos, es el país con el nivel más elevado, ocho de cada cien norteamericanos padece este trastorno. Por otro lado, un informe emitido y publicado por la revista científica (Asia América Latina, 2016), detalló que, en el continente asiático, la proporción de personas que sufren ansiedad es tres de cada cien habitantes. En este mismo estudio, los científicos concluyeron, además, que las mujeres, los hombres de menos de 35 años y las personas con problemas de salud crónicos son los más afectados.

Un estudio realizado por (El Instituto de Evaluación para Sistemas de Salud Mental (IESM-OMS), 2017), revelo datos impactes sobre la ansiedad y la depresión en países de américa latina, en donde México está en la cúspide, de entre los países de la región con más incidencias de Ansiedad, *“5,8% de prevalencia; seguido de Venezuela (5,5 %); Cuba (5,2 %); Brasil (5 %); Perú (4,8 %); Argentina, Colombia, (4,7 %). Les siguen Ecuador (4,6 %); Bolivia, Panamá (4,4 %); Honduras (4 %) y Guatemala (3,7 %)”*.

La misma (IESM, 2017), menciona que esta patología se da más en las mujeres (4,6 %) que en los hombres (2,6 %). Concretamente, en la región de las Américas se estima que el 7,7 % de las mujeres padece ansiedad, mientras que en el caso de los hombres es un 3,6 %, así mismo dice que, otra de las consecuencias de las enfermedades mentales en general son las pérdidas económicas que suponen, estimadas en un billón de dólares al año.

En Colombia (Gómez , 2017), médico psiquiatra que 2015 estuvo al frente de la Encuesta Nacional de Salud Mental, mencionó que, *“en Colombia la ansiedad afecta a entre el 1 y el 1,5 por ciento de la población, eso es, entre 450.000 y 675.000 individuos”*. El especialista también dio detalles de la encuesta nacional, acatando que, *“muchas personas se preocupan constantemente por problemas inexistentes, tienen pensamientos obsesivos y diálogos internos agresivos consigo mismos, creen que su muerte es inminente o exageran al extremo asuntos cotidianos”*. Además, desarrollan algunas fobias, como a los espacios cerrados o abiertos, o a viajar en avión.

ESTUDIOS SOBRE LA ANSIEDAD ES ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS EN PROCESOS DE TESIS DE GRADO

Una investigación que pretendía investigar los niveles de ansiedad en estudiantes en proceso de grado, en la Universidad de Madrid, a estudiantes en de ingeniería hidráulica, determino que

aquellos estudiantes, a mitad del proceso del proyecto que debían ejecutar para su incorporación, 14 de los 20, padecían niveles de ansiedad y estrés muy elevados, debido a las exigencias del trabajo. En la investigación, se dio a conocer que los motivos llevaron a estos estudiantes a caer en ansiedad, eran factores, *“como el miedo, la zozobra de hacer las cosas mal, y la constante presión a la cual estaban sometidos”*. (Barcia Par, 2012).

En la Universidad de Durango México, en 2010, se dio a conocer detalles de un estudio que deseaba revelar los niveles de ansiedad que tenían los estudiantes de medicina de esa misma universidad que se encontraban haciendo su investigación previa a su titulación. La investigación concluyó que:

“Los estudiantes que se encuentran en proceso de titulación, tienden a sentir mucha más ansiedad que los estudiantes que no lo estn. Una de las razones es la unión de la idea que es el último trabajo que van a realizar en sus vida universitaria, por lo cual crean en sus mentes muchas expectativas. También la tensión de anticiparse al futuro del día de su sustentación, el tribunal, su potencial calificación, entre otras muchas razones que hacen que la ansiedad suba más de lo normal en esta etapa”. (Francisco, 2012)

En la universidad de La Rioja, España. Se estudi la prevalencia de la ansiedad entre hombres y que se encontraban en proceso de titulación. Este estudio que tuvo como muestra a 354 personas, dio a conocer que entre hombres y mujeres, existía una imparcialidad en los marcadores de ansiedad, es decir que no hubo diferencia entre ellos y ellas. Pese a que las estadísticas mundiales muestran a las mujeres como predominantes en el tema de la ansiedad. (Cerdeña & Cordova , 2015) Mencionaron lo siguiente:

Quizás el tema de observar una igualdad en la prevalencia se deba a que los sujetos analizados, se encuentran sujetos al mismo estimulo estresante, los cuales tienen un objetivo en común, lo que ocasiona que sientan casi las mismas sensaciones y respondan a ellas en la misma sintonía.

Ya en nuestra región, se pueden observar investigaciones como las realizadas por (Gómez & Canseco , 2011), que hablan sobre los principales síntomas que manifiestan los estudiantes, frente a eventos que les generan ansiedad. (Gómez & Canseco), mencionan: *“Los síntomas frecuentes, en estudiantes que se encuentran sujetos a presión académica de carácter investigativo suelen ser, nerviosismo, temblor en el cuerpo, sudor, falta de sueño, sudoración, y en casos muy extremos terror e invalidez de alguna parte del cuerpo”*.

En el contexto nacional se pudo encontrar una sola investigación relacionada al tema, que fue realizada por estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Central del Ecuador, en el año 2012. El objetivo fundamental de aquel estudio, fue determinar respuestas a la ansiedad y las estrategias de afrontamiento, utilizadas por los tesisistas de la misma universidad. La investigación contó con una muestra de ciento cincuenta y cinco estudiantes. Los resultados evidenciaron altos niveles de ansiedad causados por dos factores: *“Búsqueda del tema a tratar y recopilación y orden de de información”*. La estrategia de afrontamiento más usada ante las diferentes manifestaciones de la ansiedad es la solución de problemas. (García Palma & Zambrano Medranda , 2012)

METODOLOGÍA

Tipo de estudio

Para el siguiente estudio se ha elegido el siguiente tipo de investigación:

Descriptiva, ya que estos buscan especificar las propiedades importantes de cualquier fenómeno que sea sometido a análisis.

Transversal, porque mide la prevalencia de la exposición y del efecto en una muestra poblacional en un solo momento temporal; es decir, permite estimar la magnitud y distribución de una evento en un momento dado.

Correlacional, puesto que esta permite evaluar las variables de las muestras seleccionadas y determinar en qué medida están relacionadas dichas variables. Los estudios correlacionales

miden dos o más variables en los mismos sujetos, a las cuales se les pretende buscar una relación para luego analizar la correlación entre ambos. El esquema sería el siguiente:

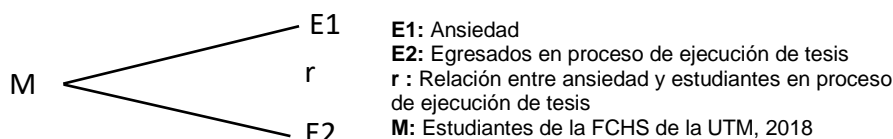


Figura N° 1: Categorización de las variables
Fuente: Los autores

Participantes

Los participantes de este estudio estuvo conformada por 112 personas, que corresponden a los egresados del primer período del año 2018 de las cuatro escuelas que conforman la Facultad de Ciencias Humanísticas y Sociales de la Universidad Técnica de Manabí, seleccionados de manera no intencionada.

El universo estuvo conformado por 112 alumnos. Se trabajó con todo el universo, por lo tanto la muestra queda igual que el universo, es decir 112, de los cuales 68 fueron del sexo femenino (60.71%) y 44 del masculino (39.29%), entre edades que oscilaban de 18 a 30 años. Se cumplió con los siguientes criterios de inclusión:

- Disposición de cooperar con la investigación.
- Estudiantes de todas las carreras de la Facultad de Ciencias Humanísticas y Sociales de la Universidad Técnica de Manabí, por ser estos los que se enfrentan a un nivel de instrucción con exigencias superiores.

Instrumentos

Se utilizaron, dos instrumentos de recolección de datos. La encuesta y el test de Hamilton, en su escala de ansiedad.

Para evaluar la ansiedad, descrita por (Lobo, Chamorro, 2001), como “*un mecanismo automático, y a la vez, un mecanismo de defensivo que se activa ante eventos que la mente reconoce como amenazantes, por medio de emociones que surgen cuando una persona se siente en peligro, sea real o imaginaria*”, se utilizó la Escala De Ansiedad De Hamilton

La Escala De Ansiedad De Hamilton, es una escala de uso clínico calificada, que está destinada a proveer un análisis de la severidad de la ansiedad en adultos, jóvenes, y niños. Está compuesta de catorce criterios (ítems). Fue desarrollado por Max Hamilton. En 1960 y validado al español en 1986 por (Ramos Brieba, 1986). Luego Regner (2008), utilizando una muestra de población argentina; Ugarriza Chávez y Pajares del Águila (2005) lo aplicó a una población de Lima metropolitana, y López Munguía (2008) lo empleó para predecir el rendimiento académico en universitarios de Lima.

La Escala De Ansiedad De Hamilton

Se trata de una escala administrada por un clínico tras una entrevista. El entrevistador puntúa de 0 a 4 puntos cada ítem, valorando tanto la intensidad como la frecuencia del mismo. Se pueden obtener, además, dos puntuaciones que corresponden a *ansiedad psíquica* (ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6 y 14) y a *ansiedad somática* (ítems 7, 8, 9, 10, 11, 12 y 13). Es aconsejable distinguir entre ambos a la hora de valorar los resultados de la misma.

Una mayor puntuación indica una mayor intensidad de la ansiedad. Es sensible a las variaciones a través del tiempo o tras recibir tratamiento

Dentro del cuestionario encontramos preguntas sobre signos y síntomas ansiosos que sirven de ayuda para valorar el estado del paciente. La entrevista debe ser realizada en un máximo de 30 minutos y la última pregunta, referente al comportamiento del paciente en la entrevista, es una de las claves más importantes que definirán el estado de tensión del entrevistado.

La escala de Hamilton sirve a modo de diagnóstico continuado para disminuir de forma clínica el desorden, la neurosis, los problemas somáticos y las sensaciones o dolores musculares generados por la ansiedad.

La puntuación de cero a cuatro, evalúa la intensidad y la frecuencia. La puntuación total se obtiene tras la suma de los resultados de todos los ítems, con un rango de 0 a 54. A continuación veremos un cuadro de la categorización en donde se detallan las escalas para medir la ansiedad.

SÍNTOMAS DE LOS ESTADOS DE ANSIEDAD		Ausente	Leve	Moderado	Grave	Muy grave
<div style="display: flex; flex-direction: column; gap: 5px;"> <div>■ Ansiedad somática</div> <div>■ Ansiedad psíquica</div> </div>						
<div style="display: flex; flex-direction: column; gap: 5px;"> <div style="color: orange;">Estado de ánimo ansioso</div> <div style="color: orange;">Tensión</div> <div style="color: orange;">Temores</div> <div style="color: orange;">Insomnio</div> <div style="color: orange;">Intelectual (cognitivo)</div> <div style="color: orange;">Estado de ánimo deprimido</div> <div style="color: orange;">Comportamiento en la entrevista (general y fisiológico)</div> </div>	<div style="display: flex; flex-direction: column; gap: 5px;"> <div>Síntomas somáticos generales (musculares)</div> <div>Síntomas somáticos generales (sensoriales)</div> <div>Síntomas cardiovasculares</div> <div>Síntomas respiratorios</div> <div>Síntomas gastrointestinales</div> <div>Síntomas genitourinarios</div> <div>Síntomas autónomos</div> </div>	01234	01234	01234	01234	01234

Cuadro N° 1: Categorización de la escala y su puntuación
Fuente: Los autores

La Encuesta

La encuesta descrita como: “Un procedimiento dentro de los diseños de una investigación descriptiva en el que el investigador recopila datos mediante un cuestionario previamente diseñado, sin modificar el entorno ni el fenómeno donde se recoge la información”. (Malaquías Pernas , 2010). Se utilizó la encuesta, como herramienta de recolección de información. La encuesta consto de una sola pregunta. Fue formulada para que sea de tipo abierta, es decir; la persona tuvo la libertad de responder y ubicar la opción que ella o el creyera más conveniente.

RESULTADOS

Resultados del test de Hamilton

De acuerdo a la aplicación del instrumento de medición (Escala de Hamilton), las puntuaciones que corresponden a las dos categorías de *ansiedad* que se miden en el test, las cuales son; *Ansiedad psíquica* y *Ansiedad somática*, se pueden observar en la tabla N° 1:

ESCALA	NÚMERO	PORCENTAJE
ANSIEDAD PSÍQUICA	83	74.10%
ANSIEDAD SOMÁTICA	29	25.9%
TOTAL	112	100%

Tabla N° 1: Categorías que se miden en el test: Ansiedad psíquica y Ansiedad somática, en estudiantes egresados de la Facultad Ciencias Humanísticas y sociales de la Universidad Técnica de Manabí / Primer periodo del 2018
Fuente: Los autores

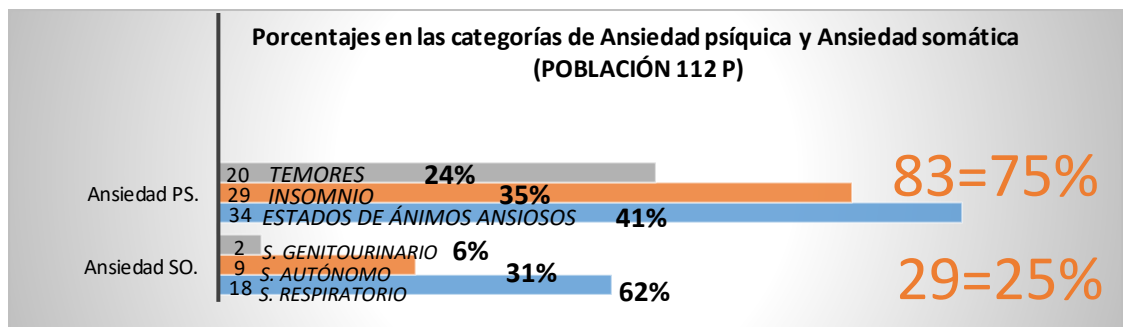


Figura N° 1: Distribución de los tipos de ansiedad y sus principales síntomas, en estudiantes de la Facultad Ciencias Humanísticas y Sociales, de la Universidad Técnica de Manabí / Primer periodo del 2018

Fuente: Los autores.

El test de Hamilton está dividido en síntomas psíquicos y somáticos. En la figura N° 1 se puede evidenciar únicamente los síntomas de los estados de ansiedad que son más frecuentes en los egresados de la FCHS (según el análisis), y los que arrojaron mayor puntuación clínica para determinar presencia de ansiedad.

En la categoría *ansiedad psíquica*, 83 personas de las 112, resultaron con este tipo de ansiedad, que corresponde al 75% del total. Dentro de este grupo, los síntomas de ansiedad con mayores porcentajes fueron; estados de ánimo ansioso, (*Preocupaciones, anticipación de lo peor, aprensión anticipación temerosa, irritabilidad*) respondieron 34 personas que supone un 41%. Tensiones (*imposibilidad de relajarse, reacciones con sobresalto, llanto fácil, temblores, sensación de inquietud*), respondieron 29 personas que son un 35%. E insomnio, (*Dificultad para dormirse, sueño interrumpido, sueño insatisfactorio y cansancio al despertar.*), respondieron 20 personas, dando un porcentaje de un 24%.

En la categoría *ansiedad somática*, 29 personas de las 112, resultaron con este tipo de ansiedad, que corresponde al 25% del total. Dentro de este grupo, los síntomas de ansiedad con mayores porcentajes fueron; Síntomas respiratorios (*Opresión o constricción en el pecho, sensación de ahogo, suspiros, disnea*), aquí respondieron 18 personas dando un estimado del 62%. Síntomas autónomos (Boca seca, rubor, palidez, tendencia a sudar, vértigos, cefaleas de tensión, pilo-erección), respondieron 9 personas, que da un porcentaje del 31%, y síntomas genitourinarios (mal de orina, diarrea...), respondieron 2 personas lo que supone un 6%.

ESCALA	PERSONAS	PORCENTAJE
LEVE	64	57.14%
MODERADA	48	42.86%
SEVERA	0	0%
TOTAL:	112	100%

Tabla N° 2: Niveles de ansiedad totales, en egresados de la Facultad Ciencias Humanísticas y Sociales de la Universidad Técnica de Manabí / Primer periodo del 2018

Fuente: Los autores

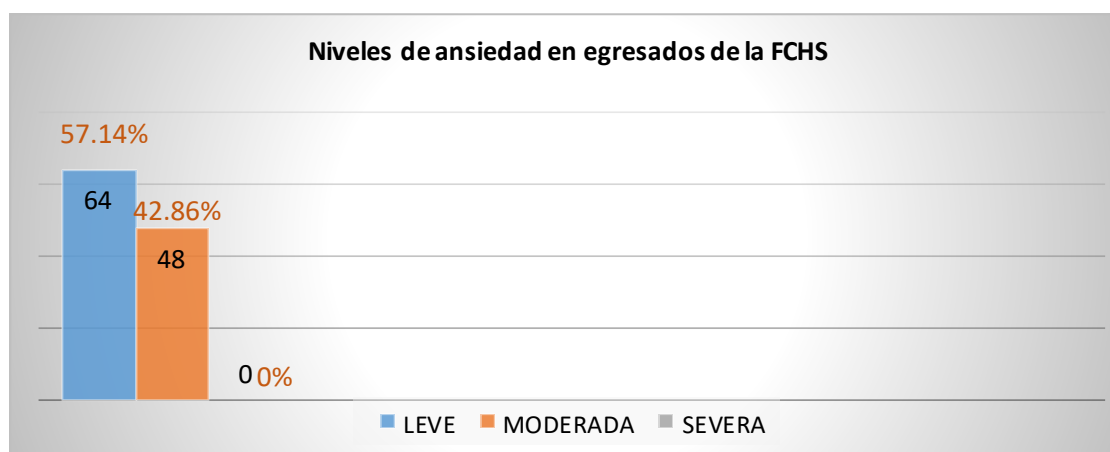


Figura N° 2: Distribución en los niveles de ansiedad totales, en egresados de la Facultad Ciencias Humanísticas y Sociales de la Universidad Técnica de Manabí / Primer periodo del 2018

Fuente: Los autores

Tal como se puede apreciar en la figura N°2, y según el test aplicado a los egresados de la Facultad Ciencias Humanísticas y Sociales de la Universidad Técnica de Manabí, del primer periodo del 2018, los niveles de ansiedad en los estudiantes que se encuentran en proceso de investigación para su titulación, manifiestan de forma general, niveles de ansiedad leve, reflejando así un 57.14%, (64 personas), siendo así el grupo mayoritario. Seguido de un 42.86%, los cuales presentan ansiedad moderada (48 personas), y un 0% respondieron que tienen ansiedad severa. Dando como conclusión final, que los egresados de ésta investigación, poseen ansiedad leve.

SEXO	NÚMERO	PORCENTAJE
HOMBRES	44	39%
MUJERES	68	61%
TOTAL:	112	100%

Tabla N° 3: Prevalencia de la ansiedad por sexo, en egresados de la Facultad Ciencias Humanísticas y Sociales de la Universidad Técnica de Manabí / Primer periodo del 2018

Fuente: Los autores

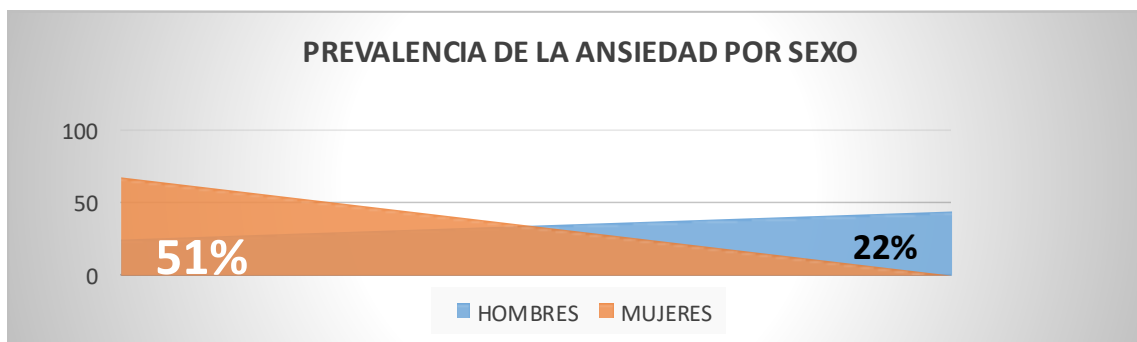


Figura N° 3: Distribución de la ansiedad por sexo, en egresados de la Facultad Ciencias Humanísticas y Sociales de la Universidad Técnica de Manabí / Primer periodo del 2018

Fuente: Los autores

En cuanto a la prevalencia de la ansiedad por sexo, se puede identificar en este estudio, que las mujeres tienen más ansiedad frente a los hombres. Tal como se puede apreciar en la figura N° 3, del total analizado en esta investigación (que fueron 112 personas), el 51% con ansiedad resultaron ser mujeres y el 22% hombres. Esto nos indica que del total de egresados en el primer periodo del año 2018, correspondientes a todas las escuelas de la Facultad ciencias Humanísticas Y Sociales, las mujeres presentaron más ansiedad que los hombres.

Resultados de la encuesta

La encuesta consta con una sola formulación de pregunta. Es de tipo abierta, con la finalidad de analizar, seleccionar y agrupar las diferentes respuestas proporcionadas por los participantes y luego ubicarlas en un rango de porcentaje las que más prevalezcan, y de esta forma alterar lo menos posible el fenómeno estudiado, dejando así que las personas analizadas escriban lo que sienten y disponen. Los resultados se verán a continuación en el siguiente gráfico:

EN CALIDAD DE EGRESADA O EGRESADO.

Describe alguna cosa, persona, evento, actividad, situación, o suceso que le genere malestar, preocupación, ansiedad, o estrés, puede ser pasada, presente o futura, exclusivamente en el marco de todo su proceso de titulación.

Escriba su respuesta: _____

Cuadro N° 2: Pregunta de la encuesta realizada a los estudiantes egresados del primer periodo de 2018, de todas las escuelas de la Facultad Ciencias Humanísticas y Sociales, de la Universidad Técnica de Manabí

Fuente: Los autores

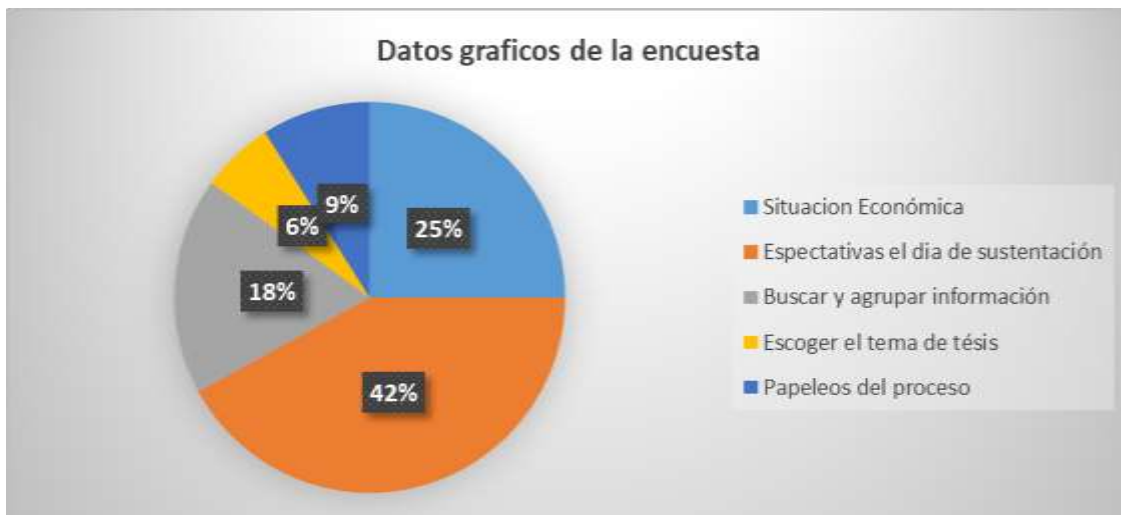


Figura N° 4: Gráfico de la encuesta realizada a los estudiantes egresados del primer periodo de 2018, de todas las escuelas de la Facultad Ciencias Humanísticas y Sociales, de la Universidad Técnica de Manabí.
Fuente: Los autores

Como podemos observar en la figura N° 4, correspondiente a la encuesta, realizada a los egresados. Ellos respondieron abiertamente y coincidieron en su mayoría, 42%, que, el mayor motivo de ansiedad en su proceso de titulación, son las expectativas que tienen el día de su graduación, a ello se refieren, a la calificación que obtendrán, la forma como van a ser vistos en su ponencia, a sus familiares etc. Seguido de eso, mencionaron un 25% que el aspecto económico es otro motivo que les genera ansiedad. Un 18% coincidió con que, buscar la información para su método de modalidad de graduación, condensarla, sintetizarla y agruparla, y formularla, les causa ansiedad y estrés. Un 6% contestó que buscar el tema ideal para su propuesta de titulación les causa ansiedad, y 9% a los papeleos que se realizan pre y post del egreso.

DISCUSIÓN

Dentro de los resultados obtenidos en este estudio se encontró que el 57.14% de la población analizada, presentan niveles de ansiedad leve, otro segmento, presentó ansiedad moderada 42.86%, porcentuando un 0% en ansiedad severa. Estos datos obtenidos, dan luces acerca del manejo de la ansiedad que manejan los egresados del primero periodo del 2018, correspondiente a todas las escuelas de la Facultad Ciencias Humanísticas y Sociales, de la Universidad Técnica de Manabí.

Esta investigación, muestra niveles de coincidencias muy cercanos a estudios realizados en otros países, incluso a estudios realizados en el Ecuador. A lo largo de esta indagación se encontraron datos como por ejemplo: que las mujeres egresadas del primer periodo de 2018, de la Facultad Ciencias Humanísticas y Sociales, de la Universidad Técnica de Manabí tiene mayores niveles de ansiedad, frente a los hombres; ellas con un 22%% y ellos con 51%. Sin lugar a duda la diferencia es notoria. Estos datos demuestran una similitud con los resultados encontrados por la (IESM, 2017), donde se demostró que las mujeres poseen mayores niveles de ansiedad que los hombres.

La ansiedad es sin lugar a dudas, un componente cognitivo que ayuda a anticipar al futuro y las estrategias de afrontamiento del estrés de un individuo. Por lo tanto, los resultados que arrojó esta investigación fueron que, el 75% de los participantes de este estudio, presentan ansiedad de tipo psíquica, es decir, que el malestar que les provoca los generadores ansiosos ambientales, se aloja en la mente, causando estragos que pueden ser perjudiciales y dañinos para la salud, tales como: temores, tensiones, estados de ánimo ansiosos, preocupaciones incesantes, insomnios etc etc. Tal como lo dijo (Fernandez, 2013), *“la ansiedad es un imaginario que se aloja en la mente, de allí no sale. Se queda incluso; hasta causar daño”*. Esto nos indica que la teoría tiene que ver en gran medida con la realidad. Este porcentaje de personas con ansiedad psíquica, que arrojó la presente investigación, podrían ser en algún futuro, profesionales, que como se mencionó al principio de este texto, “*expertos quemados*”, que posiblemente darán un mal servicio en función al rol que cumplan, frente a potenciales exigencias que su labor les depare.

También se debe mencionar el otro grupo de personas analizadas para este estudio, los cuales están dentro de la categoría que tiene ansiedad somática, descrita esta como “*Toda manifestación de malestar reflejada en el soma, por un motivo mental, el cual es generado y reforzado por el ambiente*” (Perdomo , 2014). El 25% de los colaboradores para la realización de éste estudio, dieron como resultado este tipo de síntomas, es decir, fatiga que llega a somatizarse, dolores en alguna parte del cuerpo, mal de orina, diarrea, excitación del sistema autónomo, etc.

Al analizar las variables; ansiedad y egresados en proceso de titulación, se halló una relación muy estrecha entre ambos, es decir, a mayor exigencia académica, mayores son los niveles de ansiedad. “*Sin embargo, esto no es forzosamente una regla inamovible, puesto que dependerá de la estructura base de la personalidad de cada individuo para desarrollar cuadros de ansiedad*” (Lewis Matínez, 2013).

Por último, otro de los puntos importantes de esta investigación, son las fuerzas motoras que provocan la ansiedad, y en esta investigación, se vieron resultados integrantes sobre este aspecto. Un 42% de los encuestados, respondieron que lo que más les preocupa a la hora de comenzar el proceso de titulación es las expectativas que tienen para el día de su sustentación (ansiedad, por anticipación al futuro), un 25% se preocupaba por los aspectos económicos, un 18% por agrupar y buscar información, un 9% por los papeleos, y un 6% por el tema idóneo para su tesis. Estos resultados no están muy distantes de los arrojados en la investigación realizada por (García Palma & Zambrano Medranda , 2012), en donde obtuvo similares resultados, en cuanto a factores que generaban ansiedad en egresados.

BIBLIOGRAFÍA

- Asia América Latina. (2016). *La ansiedad en el mundo oriental* . Word: Revis amsi.
- Ayuso, F. (2008). *La ansiedad en la sociedad actual*. Madrid: Carruzo.
- Ayuso, J. L. (2011). *Trastornos de angustia*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.
- Barcia Pará, A. (2012). Asniedad y estres en alumnos de grado de Ingeniería Hidraulica de la Universidad de Madrid. *Dialnet*, 13.
- Boix, L. (11 de junio de 2016). Ansiedad en el mundo. *El Telégrafo*, págs. 12-11.
- Carranza Álvarez, J. M. (2010). *La triada clinica, del estres, ansiedad*. México: Mar A zul.
- Carsón Pavón, J., & Loton Marroquí, J. (15 de Enero de 2016). *Centro de Salud y Bienestar Español* . Obtenido de CSBE.
- Cerdeña, A., & Cordova , J. (2015). Prealencia de la ansiedad ene estudiantes de titulación . *Dialment*, 6.
- Comisión Europea para la Salud Mental. (2016). *EURO Mentalis sur*. Europa: CESM.
- Coox Millan, P. (2015). La ansiedad, un mal cotidiano. *Mallas*, 5.

- Corbin, J. (21 de Octubre de 2016). *Los 7 tipos de ansiedad*. Obtenido de Psicología y Mente: <https://psicologiaymente.net/clinica/tipos-de-ansiedad>
- El Instituto de Evaluación para Sistemas de Salud Mental (IESM-OMS). (2017). *Salud Mental en Latinoamérica*. Mexico: OMS.
- Fernandez, L. (2013). *Manual de Farmacología Básica y Clínica*. Panamericana. Mexico: Furz. S.A.
- Francisco, J. (2012). Ansiedad en Estudiantes de Medicina previo a su titulación: Universidad de Durango. *Cielo*, 12.
- García Palma , A., & Zambrano Medranda , M. (Marzo de M de 2012). *repositorio UCE*. Obtenido de repositorio : <http://www.ece.edu.ec>
- García Peña, H. (2011). *Tratado de los trastornos de la Ansiedad* . Madrid, España : Esparta.
- Gómez , C., & Canseco , J. (2011). Ansiedad: el mal del medio siglo. *Pernas* , 9.
- Gómez , R. (2017). *Encuesta Nacional de Salud Mental Para Colombia* . Bogotá: GOB.CO.
- Gomez Restrepo , C. (29 de julio de 2017). *Crisis de Ansiedad: pánico*. Obtenido de Semana: <https://www.semana.com/vida-moderna/articulo/crisis-de-ansiedad-panico/534218>
- IESM. (2017). *Salud Menal en America Latina* . Mexico: OMS.
- Instituto de Investigación, Intervención y Consultoría del Desarrollo Psicosocial. (8 de Abril de 2016). *INCODEP - GuiaONGs.org*. Obtenido de INCODEP - GuiaONGs.org: <https://www.guiaongs.org/directorio/ongs/incodep-5-1-3368/>
- Lewis Matínez, A. (2013). La ansiedad en estudiantes universitarios . *Miras del mañana* , 8.
- Lobo, Chamorro, A. (8 de Julio de 2001). *Repositorio de test*. Obtenido de CEOP.
- Marcks, V. (2013). Ansiedad el futuro más cercano. *ELITE*, 5.
- Marks Jauregui, I. (2010). *Tratamiento de neurosis*. Barcelona: Matínez Roca.
- Moos, P. (2015). Manual para conocer a fondo la ansiedad. En P. Moos, *Manual para conocer a fondo la ansiedad* (pág. 54). Guadalajara: AZTECA.
- Morgan Wass, G., & Pends Müller, L. (8 de Diciembre de 2015). *Spezialisiertes Psychiatrisches Gesundheitszentrum in Hamburg*. Obtenido de Spezialisiertes Psychiatrisches Gesundheitszentrum in Hamburg.
- Nuñez Garbanza, J. C., Pérez Coot, M., & Scot Pernas, E. (5 de Mazo de 2010). *Universidad de la Habana Cuba* . Obtenido de Universidad de la Habana Cuba : <http://www.uh.cu/>
- Ochoa, E. (1990). *Psicología médica, Sicopatología y Psiquiatría*. Madrid: Interamericana-McGraw-Hill.
- Organización Europea apra la Salud en el Trabajo. (2013). *Ansiedad: un grave problema*. Barcelona: Panamericana.
- Organización Muldial de la Salud -OMS. (15 de Abril de 2017). *Organización Muldial de la Salud*. Obtenido de <http://www.who.int/es/>

- Organización Mundial de la Salud. (9 de octubre de 2017). *La Ansiedad*. Obtenido de Organización Mundial de la Salud: www.who.int/es
- Perdomo , C. (2014). *La oscuridad del ser*. Cali: junkos.
- Person Valiz, L. (6 de abril de 2015). *Universidad Complutense*. Obtenido de Universidad Complutense: <https://www.ucm.es/>
- Peterson , R. (2010). *Trastorno de ansiedad generalizada* . San Salvador: Xipos.
- Pico Plaza, M., Del Pozo, Guevara, M., & Cardozo Mugerza, A. (12 de Julio de 2015). *Repositorio PUCE*.
- Ramos Briebe. (5 de Marzo de 1986). *Escala de Hamilton web*.
- Real Academia de la Lengua Española. (20 de Julio de 2017). *RAE*. Obtenido de www.rae.es/
- Rojas , E. (2013). *Como superar la Ansiedad*. Mexico: Aarte enter. S.A.
- Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés - SEAS. (31 de Julio de 2013). *Ansiedad normal y ansiedad patológica - ¿Las diferencias individuales en la reacción de ansiedad ante una misma situación indican patología?* Obtenido de <http://www.ansiedadestres.org/las-diferencias-individuales-en-la-reaccion-de-ansiedad-ante-una-misma-situacion-indican-patologia>