

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR  
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL  
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES  
SECCIÓN DE PSICOLOGÍA**



**INFORME FINAL DEL CURSO DE ESPECIALIZACIÓN:  
EN EVALUACIÓN PSICOLÓGICA**

**TÍTULO:**

**ESCALA DE ANSIEDAD EN MUJERES POR SOBRECARGA ACADÉMICA**

**PARA OPTAR AL GRADO ACADÉMICO DE:**

**LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**PRESENTADO POR:**

**FÁTIMA GUADALUPE CASTRO VENTURA N° CARNÉ CV17016**

**IVANIA JASMIN SORTO AVILES N° CARNÉ SA18034**

**DOCENTE ASESOR:**

**LIC. LUIS ROBERTO GRANADOS GÓMEZ**

**OCTUBRE DE 2023**

**SAN MIGUEL, EL SALVADOR, CENTROAMÉRICA**

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR**

**AUTORIDADES**



MSC. ROGER ARMANDO ARIAS ALVARADO

**RECTOR**

PHD. RAÚL ERNESTO AZCÚNAGA LÓPEZ

**VICERRECTOR ACADÉMICO**

ING. JUAN ROSA QUINTANILLA

**VICERRECTOR ADMINISTRATIVO**

ING. FRANCISCO ANTONIO ALARCÓN SANDOVAL

**SECRETARIO GENERAL**

LIC. LUIS ANTONIO MEJÍA LIPE

**DEFENSOR DE LOS DERECHOS UNIVERSITARIOS**

LIC. RAFAEL HUMBERTO PEÑA MARÍN

**FISCAL GENERAL**

**FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL**  
**AUTORIDADES**



MTRO. CRISTÓBAL HERNÁN RÍOS BENÍTEZ

**DECANO**

PHD. OSCAR VILLALOBOS

**VICEDECANO**

MTRO. ISRAEL LÓPEZ MIRANDA

**SECRETARIO**

MSC. JORGE PASTOR FUENTES CABRERA

**DIRECTOR GENERAL DE PROCESOS DE GRADO**

MSC. ELADIO FABIÁN MELGAR BENÍTEZ

**JEFE DE DEPARTAMENTO**

PHD. RENÉ CAMPOS QUINTANILLA

**COORDINADOR GENERAL DE PROCESOS DE GRADO**

## Índice

Autoridades .....	ii
Resumen.....	vi
Abstract .....	vii
Desarrollo.....	8
Portada del Manual .....	9
1. Ficha Técnica.....	10
2. Descripción.....	11
3. Justificación.....	15
4. Objetivos.....	17
4.1. Objetivo General .....	17
4.2. Objetivos Específicos.....	17
5. Normas de la Escala .....	18
5.1. Normas de Aplicación.....	18
5.2. Normas de Calificación.....	18
5.3. Normas de Interpretación.....	19
6. Datos Estadísticos.....	21
6.1. Resultados Según Edad .....	21
6.2. Resultados Según Niveles de Ansiedad .....	22
6.3. Análisis General .....	24

7. Bibliografía.....	26
8. Instrumento.....	27
9. Anexos.....	29

## Resumen

En el presente se realizó un instrumento de evaluación psicológica cuyo propósito es evaluar la ansiedad en mujeres por sobrecarga académica, fue aplicado a 25 estudiantes de diferente nivel académico a partir de 18 años de edad. Se utilizó el instrumento nombrado Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica, compuesto por 21 ítems que aprecia los aspectos cognitivo, fisiológico y conductual, permitiendo obtener el nivel de ansiedad presente en la persona. Los datos obtenidos en su aplicación reflejan que en las estudiantes el nivel de ansiedad más presente es leve y en segundo lugar ansiedad moderada, siendo estos los niveles que se encontraron con más presencia, así mismo, el nivel de ansiedad ausente y grave fueron los menos presentes. Por tanto, se analiza que cumple con el objetivo de evaluar ansiedad por sobrecarga académica en sus diferentes dimensiones de la ansiedad y así mismo, proporciona un nivel de esta.

*Palabras clave:* Ansiedad, nivel, sobrecarga académica, mujeres, estudiantes

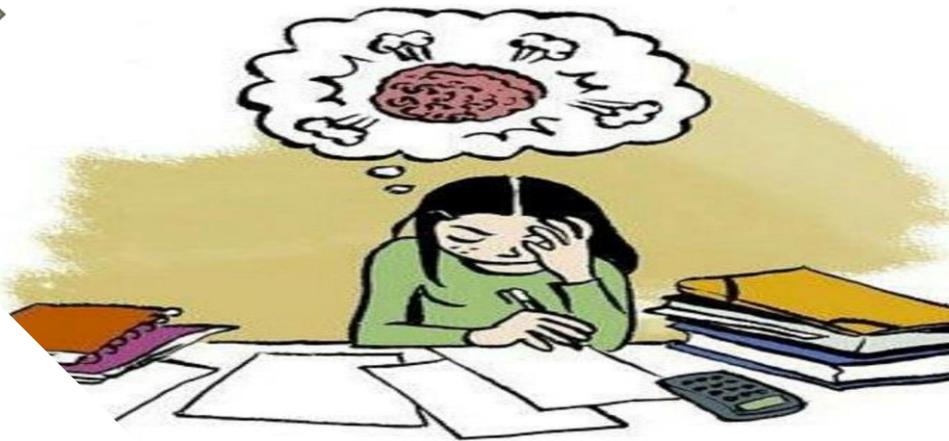
## **Abstract**

In the present, a psychological evaluation instrument was carried out whose purpose is to evaluate anxiety in women due to academic overload, it was applied to 25 students of different academic levels from 18 years of age. The instrument called Anxiety Scale in Women due to Academic Overload was used, composed of 21 items that appreciates the cognitive, physiological and behavioral aspects, allowing to obtain the level of anxiety present in the person. The data obtained in its application reflect that in the students the level of anxiety more present is mild and secondly moderate anxiety, these being the levels that were found with more presence, likewise, the level of absent and severe anxiety were the least present. Therefore, it is analyzed that it meets the objective of evaluating anxiety due to academic overload in its different dimensions of anxiety and likewise, provides a level of this.

*Keywords:* Anxiety, level, academic overload, women, students

# Desarrollo

# ESCALA DE ANSIEDAD EN MUJERES POR SOBRECARGA ACADÉMICA



# MANUAL

- IVANIA JASMIN SORTO AVILES
- FÁTIMA GUADALUPE CASTRO VENTURA



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR  
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL  
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES  
SECCIÓN DE PSICOLOGÍA

## 1. Ficha Técnica

**Nombre:** Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica

**Autores:** Fátima Guadalupe Castro Ventura e Ivania Jasmin Sorto Aviles

**Año:** 2023

**Objetivo:** Evaluar el nivel de ansiedad en mujeres a causa de la sobrecarga académica.

**Que evalúa:** evalúa la ansiedad, sus respuestas en lo cognitivo, fisiológico y conductual en las situaciones académicas que desencadenan ansiedad en el individuo.

**Tipo de instrumento:** escala

**Área de aplicación:** Psicología clínica y escolar

**Administración:** individual y colectiva.

**Material:** se incluye hoja de ítems y respuestas, hoja de calificación e interpretación y hoja de resultados.

**Tiempo de aplicación:** 15 minutos.

**Aplicación:** jóvenes y adultos mujeres de 18 años a más.

**Formato de los ítems:** se presentan diversas situaciones a las cuales se pueden responder con 4 opciones de respuesta que son nunca, a veces, muchas veces y siempre.

**Número de ítems:** 21

## 2. Descripción

El instrumento lleva por nombre Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica, este tiene el objetivo de evaluar el nivel de ansiedad en mujeres a causa de la sobrecarga académica. Fue creado en el año 2023 por las autoras Fátima Guadalupe Castro Ventura e Ivania Jasmin Sorto Aviles, en el curso de Pre-especialización en evaluación psicológica en la Universidad de El Salvador.

Este instrumento evalúa ansiedad que según el CIE-10 se caracteriza por la presencia de un estado de ansiedad constante que no se limita a un solo contexto, sino que se da en varias áreas de funcionamiento de la persona, acompañado por una dificultad muy grande en evitar la preocupación. Se relaciona con estados de tensión constantes y crónicos.

La ansiedad es una de las sensaciones más frecuentes del ser humano, siendo esta una sensación complicada y displacentera que se manifiesta mediante una tensión emocional. Según la American Psychological Association (APA) define la ansiedad como una reacción humana normal ante situaciones estresantes.

El instrumento consta de 21 ítems, cada uno de estos evalúa los diferentes síntomas de ansiedad en la persona, dichos ítems están basados en el enfoque cognitivo conductual de la ansiedad, esta teoría menciona que es un modelo que estudia cómo lo que se observa o experimenta genera pensamientos e ideas que resultan en respuestas positivas o negativas a las situaciones. Es decir, se observa, se procesa la información, se aprende y se ejecuta lo asimilado.

De este modo, el comportamiento quedaría determinado por el intercambio entre sus peculiaridades individuales del individuo y las restricciones situacionales que se evidencia. En este modelo cuando la persona presenta síntomas de ansiedad, se genera un proceso de intervención,

en el que participa lo cognitivo y conductual, las variables cognitivas se encargan de los (pensamientos, creencias, ideas.) y las variables situacionales de los (estímulos discriminativos que activan la aparición de dicha conducta).

Los 21 ítems que componen el instrumento evalúan los síntomas en lo cognitivo, conductual y fisiológico por lo que también se basa en la teoría del triple sistema de respuesta. Es una teoría tridimensional elaborada por Lang que evalúa la respuesta cognitiva, fisiológica y conductual de la ansiedad. Esta teoría fue extendiendo la idea de que para aproximarse a algún problema, en especial los trastornos de ansiedad, se deben evaluar tanto los aspectos internos, como el pensamiento de la persona, además de lo que su organismo refleja tanto fisiológica como comportamental, siendo esta la idea fundamental del triple sistema de respuesta.

Los tres sistemas de respuesta pueden describirse de la siguiente manera:

- Respuesta cognitiva: conjunto de pensamientos y sentimientos que aparecen en la mente del individuo en presencia del estímulo que le provoca ansiedad. Por la parte de sentimientos se habla de miedo, preocupación o temor. En cuanto a la parte de los pensamientos, por mencionar algunos, tendencia a exagerar la magnitud de la amenaza percibida, la persona imagina los peores escenarios posibles, y el hecho de anticipar que algo catastrófico va a suceder.
- Respuesta motora o conductual: hace referencia a los movimientos o acciones que realiza la persona cuando siente ansiedad. Este tipo de respuesta se divide en dos tipos: respuestas directas y respuestas indirectas. Las respuestas motoras directas son temblores o tartamudeo entre otras, y las respuestas indirectas son las conductas de escape o de evitación las cuales tienen cierto control voluntario aunque no absoluto.

- Respuestas fisiológicas: Las respuestas fisiológicas son aquellas que se dan a nivel orgánico ante un estímulo que causa ansiedad, como puede ser aumento en la actividad cardiovascular, tensión muscular, sudoración, sequedad bucal, interrupción de la digestión entre otras.

La ansiedad en este instrumento es medida por cuatro niveles los cuales son los siguientes:

- Ansiedad ausente: no hay presencia de ansiedad en la persona.
- Ansiedad leve: existe una cierta incomodidad y la persona se encuentra en situación de alerta. Las situaciones que pueden desencadenar una ansiedad leve son los exámenes, exposiciones, la entrega de un trabajo o la espera de un resultado.
- Ansiedad moderada: la persona tiene síntomas más persistentes, se produce sensaciones inquietantes, habitualmente se presenta con sentimientos de nerviosismo o agitación, ser incapaz de relajarse y preocuparse en exceso.
- Ansiedad grave: este nivel de ansiedad es extremadamente debilitante ya que afecta en gran medida la vida cotidiana de la persona, con preocupaciones todo el tiempo. Los síntomas de ansiedad grave son frecuentes y persistentes.

Por otra parte el instrumento evalúa la ansiedad por sobrecarga académica por lo que está relacionada dicha ansiedad en el ámbito escolar, la ansiedad en lo escolar o académico es uno de los síntomas más comunes de la tensión emocional, es una importante pero desatendida área de investigación. Cada vez más estudiantes de diferentes niveles académicos presentan problemas emocionales como la ansiedad.

La sobrecarga académica puede resultar una importante fuente de ansiedad ya que en esta se presentan diferentes situaciones que los estudiantes experimentan como lo es el hecho de tener

muchas actividades académicas como los exámenes, exposiciones, entrega de trabajos, entre otras actividades que generan ansiedad significativa, afectando su día a día y en el desempeño de dichas actividades.

Altos niveles de ansiedad disminuye la eficiencia en el aprendizaje, ya que disminuyen la atención, la concentración y la retención, con el consecuente deterioro en el rendimiento académico.

El instrumento de evaluación psicológica es una escala que mide el nivel de ansiedad en mujeres por sobrecarga académica, dirigida específicamente al sexo femenino a partir de 18 años de edad, ya que como bien indica el Manual de Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5). Las mujeres tienen el doble de probabilidades que los varones de experimentar ansiedad o un trastorno de ansiedad.

Su aplicación tiene lugar en el ámbito clínico y escolar, siendo de aplicación individual y colectiva teniendo un tiempo estimado de aplicación de 15 minutos. Este cuenta con un formato de respuesta tipo Likert (nunca, a veces, muchas veces y siempre). La persona responde basándose en los últimos 30 días ya que se evalúa la vigencia de ansiedad en la persona.

### 3. Justificación

La ansiedad es un tema de gran importancia en la psicología ya que es frecuente su manifestación en el ser humano, siendo ésta una emoción complicada y displacentera que se manifiesta mediante una tensión emocional acompañada de síntomas a nivel físico, conductual y emocional, afectando así a la persona en su vida cotidiana, trabajo o estudio.

El propósito de la presente es crear un instrumento de evaluación psicológica que permita evaluar la ansiedad por sobrecarga académica específicamente en las mujeres, ya que como indica la teoría, esta se manifiesta más comúnmente en dicho sexo, así mismo, la observación que como estudiantes hemos hecho a lo largo de los años nos ha permitido identificar las manifestaciones de ansiedad debido a la sobrecarga académica que muchas veces se presenta en estas. Es así, que dicho instrumento se realiza con el fin de evaluar aquellos síntomas de ansiedad que están presentes en las mujeres estudiantes, y que son manifestados en diferentes situaciones en lo académico. Permitiendo también conocer en qué nivel afecta la ansiedad a la persona debido a la sobrecarga académica a la que se puede estar enfrentando y por tanto obtener un diagnóstico del nivel.

La ansiedad presente en el ámbito educativo en relación a las estudiantes mujeres es muy común y frecuente debido a las constantes evaluaciones que como requisito para la obtención de resultados académicos se realiza, ya sean estos exámenes, entrega de tareas, exposiciones o el hecho de la espera de resultados. Con la creación de la Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica se pretende contribuir a la psicología con una herramienta de evaluación de la ansiedad específicamente en mujeres estudiantes, lo que permite una herramienta específica para dicha población, así mismo, este instrumento tendrá especial aporte ya que está adaptado al

lenguaje y cultura de la población salvadoreña en la redacción de los ítems. Es así que dicho instrumento aportara una nueva herramienta de evaluación psicológica apropiada para la aplicación en la población salvadoreña con dichas características y condición.

Para que el instrumento Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica tenga confiabilidad y sea válida su aplicación, este lleva un proceso de validación teórico, de constructo, de criterio, de población, de experto y validación de docente, además de la validación estadística. Esto permitirá la validez de dicho instrumento y que pueda ser aplicado con seguridad evaluando la ansiedad en mujeres por sobrecarga académica.

## **4. Objetivos**

### **4.1. Objetivo General**

- Desarrollar un manual que contenga los aspectos básicos y esenciales para comprender la Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica.

### **4.2. Objetivos Específicos**

- Interpretar los niveles de ansiedad en mujeres por sobrecarga académica.
- Evaluar los síntomas de la ansiedad en mujeres por sobrecarga académica.

## **5. Normas de la Escala**

### **5.1. Normas de Aplicación**

Para la aplicación de la escala de ansiedad en mujeres por sobrecarga académica, la persona necesita disponer de un lápiz o lapicero y se le debe de proporcionar a la persona la hoja del instrumento que contiene las 21 situaciones que exploran la ansiedad por sobrecarga académica, así mismo, contiene las 4 opciones de respuesta que la persona puede marcar según se identifique.

Una vez la persona dispone del material necesario es conveniente que antes de que comience la aplicación, el evaluador debe de leer a la persona las indicaciones escritas en la hoja del instrumento y cerciorarse que haya comprendido la actividad a realizar y evitar confusiones.

Una vez la persona ha comprendido las indicaciones se le pide que puede empezar a contestar el instrumento.

### **5.2. Normas de Calificación**

Una vez la persona ha respondido la escala se procede a calificar las opciones de respuestas elegidas. De acuerdo con las cuatro opciones de respuesta se le asigna a cada una la siguiente puntuación:

- Nunca 0
- A veces 1
- Muchas Veces 2
- Siempre 3

Este procedimiento el evaluador lo realiza en la hoja de calificación en la que se le presenta el listado de número de ítems correspondientes.

Una vez asignada la puntuación en la hoja de calificación de acuerdo con la opción de respuesta elegida por la persona se procede a obtener la puntuación total, sumando las puntuaciones obtenidas en cada una de las columnas.

### 5.3. Normas de Interpretación

La obtención de la puntuación en la Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica es de 0 a 63 puntos y se divide en el siguiente rango:

<b>Puntaje</b>	<b>Nivel</b>
0 - 15	Ansiedad Ausente
16- 31	Ansiedad leve
32- 47	Ansiedad moderada
48- 63	Ansiedad grave

**Ansiedad Ausente:** la persona en ocasiones se puede encontrar con más nervios de lo habitual, pero la preocupación desaparece momentáneamente, quiere decir que la respuesta ante situaciones ansiosas es adecuada y dentro de lo esperable, ya que tiene esta emoción bajo control. Esto significa que no hay presencia de ansiedad.

**Ansiedad Leve:** cuando se presenta la ansiedad en este nivel, existe una cierta incomodidad y la persona se encuentra en situación de alerta. Las situaciones que pueden desencadenar una ansiedad leve son los exámenes, exposiciones, la entrega de un trabajo o la espera de un resultado. En este punto los sentidos y percepción, están alerta llegando a manifestar síntomas de ansiedad como nerviosismo, aumento del ritmo cardiaco, sudoración, y estas reacciones hacen que sea más fácil estar concentrado, solucionar problemas y estar a salvo, entre otros sucesos.

**Ansiedad Moderada:** en este nivel de ansiedad la persona tiene síntomas más frecuentes o persistentes que una persona con ansiedad leve, se produce sensaciones inquietantes,

habitualmente se presenta con sentimientos de nerviosismo o agitación, ser incapaz de relajarse y preocuparse en exceso. Puede incluir también mareos, sudoración y sofocos, náuseas, mal humor y dolores musculares. Cuando una persona presenta ansiedad moderada, puede perder la percepción general de las cosas y además empieza a centrarse más en los detalles.

Ansiedad grave: este nivel de ansiedad es extremadamente debilitante ya que afecta en gran medida la vida cotidiana de la persona, con preocupaciones todo el tiempo. Los síntomas de ansiedad grave son frecuentes y persistentes. Pueden incluir un aumento de la frecuencia cardíaca, sentimientos de pánico, un comportamiento nervioso e ira. Los síntomas de ansiedad severa pueden hacer que la persona afectada no pueda trabajar o realizar sus actividades cotidianas, trabajo o estudios. A veces, las personas con ansiedad grave recurren a comer en exceso o poco como medio para hacer frente a sus síntomas.

## 6. Datos Estadísticos

Resultados en la Aplicación de la Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica.

### 6.1. Resultados Según Edad

**Tabla 1. Edades**

*Edades de las personas en la aplicación de la Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica.*

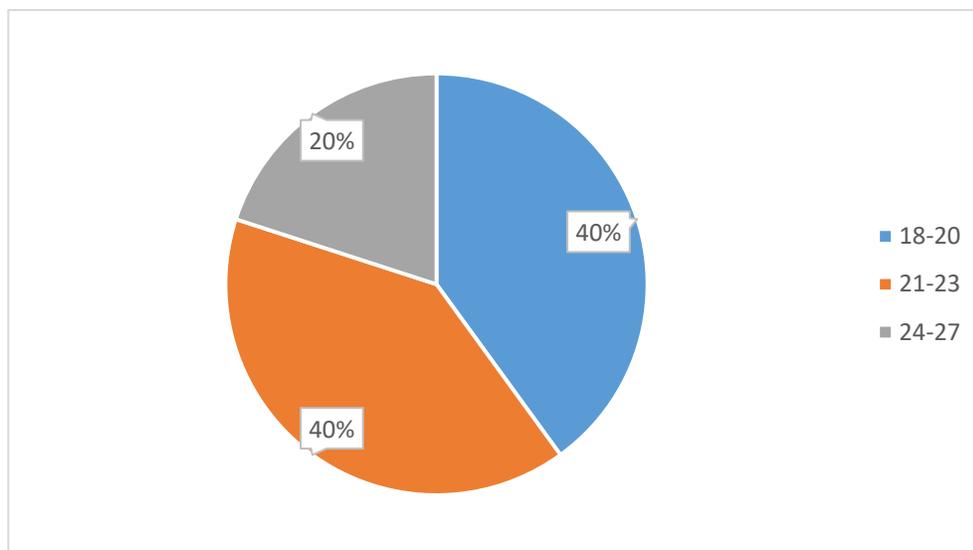
Edades	Frecuencia	%
18 a 20 años	10	40%
21 a 23 años	10	40%
24 a 27 años	5	20%
Total	25	100%

**Fuente:** aplicación del instrumento “Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica”

**Descripción:** la tabla 1 refleja que las edades de 18 a 20 años es una frecuencia de 10 personas en el mismo rango de edad, con un porcentaje del 40%. De igual forma en las edades de 21 a 23 años es una frecuencia de 10 personas, con un porcentaje de 40%, mientras tanto en las edades de 24 a 27 años la frecuencia es de 5 personas en el mismo rango de edad, siendo un 20% de la población evaluada. Dando así un total de 25 personas evaluadas.

### Gráfica 1. Edades

*Resultados según edad en la aplicación de la Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica.*



**Fuente:** Tabla 1: Edades de las personas en la aplicación de la Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica.

**Análisis:** en la gráfica 1 se muestra el porcentaje de las edades de las 25 mujeres estudiantes evaluadas mediante la “Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica”, en donde el resultado mayor es el 40% corresponde a las edades de entre los 18 a 20 años de edad, así mismo el otro 40% corresponde a las edades de 21 a 23 años de edad, y el menor resultado es del 20% correspondiente de las edades de 24 a 27 años. Que se observaron en las usuarias que contestaron el instrumento.

## 6.2. Resultados Según Niveles de Ansiedad

### Tabla 2. Niveles

*Afectación según niveles de ansiedad en la aplicación del instrumento “Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica”.*

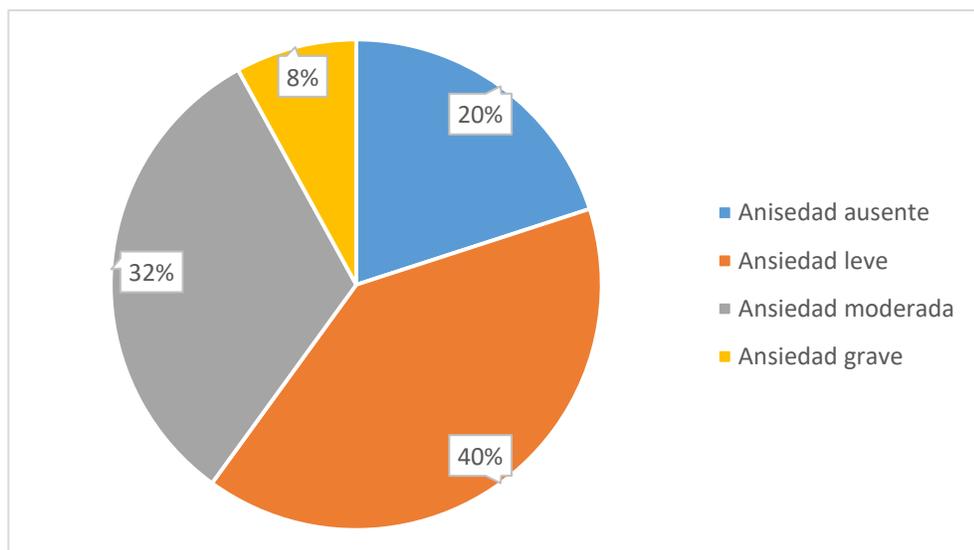
Nivel de ansiedad	Frecuencia	%
Ansiedad ausente	5	20%
Ansiedad leve	10	40%
Ansiedad moderada	8	32%
Ansiedad grave	2	8%
Total	25	100%

**Fuente:** aplicación del instrumento “Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica”

**Descripción:** la tabla 2 refleja que el 40% de las personas evaluadas presentan un nivel de ansiedad leve y el 32% nivel de ansiedad moderada, así mismo, el 20% de las personas presentan ansiedad ausente y un 8% ansiedad grave.

### Gráfico 2. Niveles

*Resultados según nivel de ansiedad en la aplicación del instrumento “Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica”.*



**Fuente:** Tabla 2 afectación según niveles de ansiedad en la aplicación del instrumento “Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica”.

**Análisis:** Según datos reflejados en la gráfica obtenidos a través de la aplicación del instrumento “Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica” a una población de 25 mujeres estudiantes, los resultados indicaron que el 40% de las personas presentan ansiedad leve, lo que significa que estas personas se encuentran en situación de alerta ya sea ocasionada por exámenes, exposiciones, entrega de trabajos o espera de resultados. Así mismo, el 32% de las personas presentan ansiedad moderada, siendo este nivel el segundo con mayor porcentaje; en este se presentan síntomas de ansiedad más frecuentes, como el nerviosismo, agitación y preocupación, afectando a las personas. Por otra parte, el 20% de las personas presentan un nivel de ansiedad ausente, lo que significa que no hay presencia de síntomas de ansiedad y dado caso son síntomas de ansiedad que se presentan momentáneamente y desaparecen tras la situación que género ansiedad no afectando a la persona. Por último, el 8% que corresponde al nivel de ansiedad grave, es el nivel que con menor porcentaje que estuvo presente en las personas evaluadas, en este nivel de ansiedad la persona experimenta síntomas frecuentes y persistentes afectando en su vida cotidiana y el estudio.

### **6.3. Análisis General**

Como se puede observar en los resultados presentados, son 4 los niveles de ansiedad evaluados en el instrumento “Escala de Ansiedad en Mujeres por Sobrecarga Académica”, niveles evaluados a partir de 21 diferentes ítems que exploran la ansiedad por sobrecarga académica en dicha escala, la cual fue aplicada a 25 estudiantes mujeres. A partir de este proceso se dio paso a la obtención de los resultados.

La aplicación del instrumento permitió observar el comportamiento de las personas frente a este, el cual no tuvo ningún inconveniente a la hora de su aplicación, las personas comprendieron

las indicaciones y al momento de dar lectura y respuesta a los ítems no presentaron dudas o inconvenientes. El lenguaje se adapta a la población que está destinado el instrumento, permitiendo que la persona se identifique y comprenda el contenido de cada ítem.

El contenido, es decir, cada uno de los ítems que evalúan los diferentes síntomas en lo cognitivo, conductual y fisiológico de la ansiedad cumple con el objetivo de evaluar ansiedad, observándose así que el instrumento evalúa lo que dice que evalúa, así mismo el instrumento mide lo que dice que mide, es decir el nivel de ansiedad, como lo es la ansiedad ausente, leve, moderada y grave. De modo que, en los resultados obtenidos en la aplicación del instrumento se obtuvo que el 40% presenta ansiedad leve siendo el porcentaje más alto, seguido del 32% con ansiedad moderada, 20% ansiedad ausente y 8% ansiedad grave en la población evaluada.

El instrumento también evalúa la ansiedad en las edades a partir de los 18 años, como bien es la edad a la que va destinado, viéndose reflejado en los resultados que el 40% corresponde a las edades de 18 a 20 años de las personas que fueron evaluadas, de 21 a 23 años el 40%, de 24 a 27 años el 20% de la población evaluada de 25 estudiantes mujeres.

## 7. Bibliografía

APA. (2017). *Más allá de la preocupación*. American Psychological Association.

<https://www.apa.org/topics/anxiety/preocupacion#:~:text=La%20ansiedad%20es%20una%20reacci%C3%B3n,con%20el%20paso%20del%20tiempo.>

Neuraxpharm. (s.f.). *Ansiedad - Neuraxpharm España*. Neuraxpharm España.

<https://www.neuraxpharm.com/es/enfermedades/ansiedad>

Barrera, N., & Reyes. (2020). *Revisión literaria del trastorno de ansiedad un abordaje desde los enfoques de la psicología* [Revisión documentaria derivado del diplomado- Habilidades para la intervención clínica]. Universidad Cooperativa de Colombia.

<https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/f58e9221-bfcb-46fc-9415-64790e525a1a/content>

Jadue, J. G. (2001). ALGUNOS EFECTOS DE LA ANSIEDAD EN EL RENDIMIENTO ESCOLAR. *Estudios pedagógicos*, 27, 111-118. <https://doi.org/10.4067/s0718-07052001000100008>

Montagud, N. (Diciembre 22, 2020). *Modelo del triple sistema de respuesta: qué es, partes y características*. Psicología y Mente. <https://psicologiaymente.com/clinica/triple-sistema-respuesta>

Navarra.es. (s.f.). *Tipos Trastornos ansiedad - Navarra.es*. Navarra.es.

[https://www.navarra.es/home\\_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad/Introduccion/Tipos+trastornos+ansiedad/](https://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad/Introduccion/Tipos+trastornos+ansiedad/)

## 8. Instrumento

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR  
 FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL  
 DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES  
 SECCIÓN DE PSICOLOGÍA




---

**ESCALA DE ANSIEDAD EN MUJERES POR SOBRECARGA ACADÉMICA**
**Datos:**

Nombre: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Estado civil: \_\_\_\_\_ Escolaridad: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

**Objetivo:** Evaluar el nivel de ansiedad en mujeres a causa de la sobrecarga académica.

**Indicaciones:** lea con atención y de respuesta a las siguientes situaciones que se le presentan sobre la carga académica, de acuerdo a su sentir en los últimos 30 días. Se le presentan cuatro opciones de respuesta, las cuales son: Nunca, A veces, Muchas Veces y Siempre. Marque con una X la respuesta que mejor la identifique.

	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
1. En los días que tengo muchas tareas, me siento muy ansiosa.				
2. Se me dificulta mantener la concentración en clase en temporada de muchas tareas.				
3. Tener muchos trabajos académicos me provoca tensión muscular.				
4. Se me dificulta pensar con claridad a la hora de realizar mis tareas académicas.				
5. Tener muchos trabajos académicos me provoca dolor de cabeza.				
6. Estoy en constante movimiento como caminar, mover las piernas cuando estoy sentada o golpeteo de dedos, cuando tengo que presentar un trabajo, exposición o examen.				
7. Me siento nerviosa cuando no logro comprender las clases.				
8. Siento que no tengo una buena productividad en el estudio como quisiera.				

9. Sudor más de lo normal cuando estoy en un examen o exposición.				
10. Constantemente estoy pensando que todo me saldrá mal.				
11. Tengo dificultades para respirar u opresión en el pecho cuando estoy bajo mucha presión.				
12. Experimento dolor estomacal, en momentos de mucho trabajo académico				
13. Siento miedo de no lograr cumplir con el tiempo establecido para entregar mis trabajos.				
14. Experimento cambios alimenticios como comer en exceso o falta de apetito.				
15. Se me dificulta tomar decisiones para priorizar las tareas en los días que tengo mucho trabajo académico.				
16. Me muerdo las uñas cuando tengo muchas actividades durante la semana en la universidad.				
17. Evado las actividades académicas cuando me siento ansioso.				
18. Me siento irritable.				
19. Experimento aumento de la frecuencia cardiaca cuando estoy bajo presión.				
20. Experimento deseos de llorar cuando me siento preocupada por las tareas.				
21. Se me dificulta conciliar el sueño por pensar constantemente en los exámenes, exposiciones, trabajos, etc.				

## 9. Anexos

### Anexo 1: Hoja de Calificación e Interpretación

#### HOJA DE CALIFICACIÓN E INTERPRETACIÓN

#### ESCALA DE ANSIEDAD EN MUJERES POR SOBRECARGA ACADÉMICA

Nombre: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_

Estado civil: \_\_\_\_\_ Escolaridad: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

ÍTEMS	Nunca	A Veces	Muchas Veces	Siempre
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
<b>Sumatoria</b>	=	=	=	=

<b>TOTAL GENERAL</b>	=
<b>NIVEL DE ANSIEDAD</b>	

**Anexo 2: Hoja de Resultados****HOJA DE RESULTADOS****ESCALA DE ANSIEDAD EN MUJERES POR SOBRECARGA ACADÉMICA**

Nombre: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_

Estado civil: \_\_\_\_\_ Escolaridad: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

<b>TOTAL GENERAL</b>	=
<b>NIVEL DE ANSIEDAD</b>	

**INTERPRETACIÓN:**