

DOI: <https://doi.org/10.20453/renh.v17i.2024.5692>

Explorando la ansiedad académica en estudiantes de una preparatoria en Montemorelos, Nuevo León

Exploring academic anxiety in high school students in Montemorelos, Nuevo León

Explorando a ansiedade acadêmica em estudantes de uma escola secundária em Montemorelos, Nuevo León

Danitza Raquel Casildo Bedón¹ , Milka Mariely Maldonado Duarte¹ ,
Ana Ruth Damián Alvarado¹ 

RESUMEN

Objetivo: Determinar el nivel de ansiedad en estudiantes de una preparatoria en Montemorelos, México. **Materiales y métodos:** El estudio adoptó un diseño cuantitativo no experimental y descriptivo, con corte transversal. La muestra incluyó a 44 estudiantes de una preparatoria en Montemorelos, Nuevo León, durante el ciclo escolar 2023, mediante muestra censal. Para medir la ansiedad, se utilizó el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE). Para el análisis de los datos se realizaron pruebas exploratorias y de asociación mediante el chi cuadrado en el *software* estadístico JASP. **Resultados** El estudio muestra que el 65,9 % de los participantes presenta niveles altos de ansiedad rasgo, indicando prevalencia significativa de esta condición. Además, el 43,2 % muestra altos niveles de ansiedad estado. Esto sugiere que muchos participantes experimentan ansiedad de manera habitual y transitoria. **Conclusiones:** Más de la mitad de los participantes presentaron niveles altos de ansiedad rasgo, lo que indica que la mayoría tiende a reaccionar de forma ansiosa de manera habitual, independientemente de las circunstancias. Cerca de la mitad de los participantes presentó niveles altos de ansiedad estado, lo que indica que una proporción considerable experimenta ansiedad de manera transitoria o emocional.

Palabras clave: ansiedad; estudiantes; síntomas afectivos.

ABSTRACT

Objective: To determine the level of anxiety in high school students in Montemorelos, Mexico. **Materials and methods:** The study adopted a non-experimental, descriptive, cross-sectional, and quantitative design. The sample included 44 students from a high school in Montemorelos, Nuevo Leon, during

Recibido: 26-07-2024
Aceptado: 24-10-2024
En línea: 17-12-2024

Correspondencia:
Danitza Raquel Casildo Bedón
Contacto: danitza@um.edu.mx



Artículo de acceso abierto,
distribuido bajo los términos de
la Licencia Creative Commons
Atribución 4.0 Internacional.

© Las autoras
© Revista Enfermería Herediana

¹ Universidad de Montemorelos. Nuevo León, México.

the 2023 school year, by means of a census sample. The State-Trait Anxiety Inventory (STAI) was used to measure anxiety. For data analysis, exploratory and association tests were performed using the chi-square test in the JASP statistical software.

Results: The study shows that 65.9% of participants exhibit high levels of anxiety as a trait, indicating a significant prevalence of this condition. In addition, 43.2% show high levels of anxiety as a state. This suggests that many participants experience anxiety both habitually and transiently. **Conclusions:** More than half of the participants showed high levels of anxiety as a trait, indicating that the majority tend to react anxiously in a habitual manner, regardless of the circumstances. Nearly half of the participants showed high levels of anxiety as a state, indicating that a considerable proportion experience anxiety in a transient or emotional way.

Keywords: anxiety; students; affective symptoms.

RESUMO

Objetivo: Determinar o nível de ansiedade em estudantes de uma escola secundária em Montemorelos, México. **Materiais e métodos:** O estudo adotou um desenho quantitativo não experimental e descritivo, com corte transversal. A amostra incluiu 44 estudantes de uma escola secundária em Montemorelos, Nuevo León, durante o ciclo escolar de 2023, por meio de amostra censitária. Para medir a ansiedade, foi utilizado o Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDARE). Para análise dos dados, foram realizadas provas exploratórias e de associação por meio do qui-quadrado no software estatístico JASP. **Resultados:** O estudo mostra que 65,9% dos participantes apresentam níveis altos de ansiedade como traço, indicando uma prevalência significativa dessa condição. Além disso, 43,2% mostram altos níveis de ansiedade como estado. Isso sugere que muitos participantes experimentam ansiedade de maneira habitual e transitória. **Conclusões:** Mais da metade dos participantes apresentou níveis altos de ansiedade como traço, indicando que a maioria tende a reagir de forma ansiosa habitualmente, independentemente das circunstâncias. Quase metade dos participantes apresentou níveis altos de ansiedade como estado, indicando que uma proporção considerável experimenta ansiedade de maneira transitória ou emocional.

Palavras-chave: ansiedade; estudantes; sintomas afetivos.

INTRODUCCIÓN

La adolescencia es un período crucial en el desarrollo de los jóvenes, caracterizada por cambios biológicos, físicos, psicológicos y sociales. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), durante esta etapa es común que surjan trastornos emocionales; un porcentaje significativo de adolescentes experimenta trastornos de ansiedad y depresión, lo que puede afectar su rendimiento académico y bienestar general (1-3).

La ansiedad es una respuesta emocional compleja que se activa ante procesos de evaluación y reevaluación cognitiva; permite al sujeto relevar y analizar información importante sobre la situación, los recursos y el resultado esperado para actuar estratégicamente en consecuencia; su función es adaptativa, lo que permite prepararse eficazmente para lidiar con situaciones que, de manera anticipada, son catalogadas como aversivas (4).

Además, se ha observado que los trastornos mentales en la adolescencia representan una preocupación a nivel mundial, siendo la depresión y la ansiedad dos de las principales causas de discapacidad entre los jóvenes (5, 6).

En el ámbito educativo, además de las preocupaciones académicas que pueden generar ansiedad, las diferencias de género también pueden influir en los niveles de ansiedad que se experimentan (7).

Por otro lado, la influencia del entorno social y familiar en la salud mental de los adolescentes es evidente. La Dirección de Salud Mental del Ministerio de Salud del Perú ha destacado la prevalencia de síntomas, como dificultades para conciliar el sueño, problemas con la alimentación y pensamientos suicidas entre los jóvenes (2, 8). Estos hallazgos son consistentes con evaluaciones realizadas en el Eje Juvenil de la Iglesia Nueva Jerusalén, del mismo país, donde se observó que un considerable número de adolescentes experimenta niveles elevados de ansiedad moderada o grave (2).

La OMS (9) considera que la ansiedad puede manifestarse con preocupaciones excesivas o ataques de pánico; según sus estimaciones, el 3,6 % de los adolescentes de 10 a 14 años y el 4,6 % de los de 15 a 19 años sufren de algún trastorno de ansiedad.

El Ministerio de Salud Pública de Ecuador reporta que el 19,4 % de la población presenta síntomas dominantes de ansiedad, con niveles severos. En 2017, el 5,6 % de la población padecía de ansiedad, pero en 2020 la cifra aumentó en un 16,0 %, afectando más a mujeres que a hombres; este incremento se debe a situaciones de salud derivadas de la emergencia sanitaria, el confinamiento y los cambios en la vida cotidiana (10). Otra evidencia se muestra en un estudio peruano que concluyó que

el nivel de ansiedad de los estudiantes se encontraba mayormente en un rango leve a moderado (11).

Los adolescentes con trastornos de ansiedad, trastornos del control de impulsos y trastornos conductuales tienen un mayor riesgo de desarrollar síntomas somáticos, como el dolor crónico; de estos, el 10,8% tiene tres veces más probabilidades de desarrollar comorbilidades psiquiátricas, especialmente los que tienen ansiedad o depresión, en comparación con adolescentes sanos (3).

Para entender más al detalle la ansiedad, se disgrega en los conceptos de ansiedad rasgo y ansiedad estado. La ansiedad rasgo refleja la conducta que se manifiesta como respuesta a una situación amenazante, en la cual la persona reacciona de forma impulsiva, alterada o ansiosa; esta manera de responder tiende a mantenerse con el tiempo, alertando a la persona para que desarrolle defensas psicológicas y pueda enfrentarse a situaciones de peligro. Por otro lado, la ansiedad estado es una situación transitoria o estado emocional experimentado en situaciones inesperadas o sorpresivas; y genera sentimientos de nerviosismo, preocupación, miedo o temor, percibidos de manera consciente. La intensidad y la duración de estos estados de ansiedad varían según la persona y su estado biopsicosocial, también conocido como la tensión que sufre durante este proceso (12).

Según la OMS, nos encontramos en la era de la ansiedad, donde la salud mental de la población juvenil se ha visto afectada por la pandemia y otros factores sociales, donde uno de cada siete adolescentes de 10 a 19 años sufre de trastornos mentales (13).

En la población estudiada se identificaron posibles síntomas de ansiedad entre los estudiantes. Esto se debe a que se encuentran en una etapa de la vida marcada por numerosos cambios, tanto físicos como psicológicos. Además, algunos jóvenes que asisten a esta institución residen en un internado, lejos de sus familiares, lo que les genera sentimientos de soledad y preocupación. Estos sentimientos se manifestaban a través de síntomas como inquietud, temblor en las manos y dificultad para mantener la concentración.

Por otro lado, también se observó ansiedad en los estudiantes que viven con sus familias, vinculada a la etapa de vida que atraviesan, caracterizada por presiones académicas y sociales. Esta situación parece agravar su nerviosismo, creando un ambiente generalizado de tensión y estrés entre los jóvenes. Frente a estas evidencias, el objetivo de este estudio

fue determinar el nivel de ansiedad en estudiantes de una preparatoria en Montemorelos, México.

MATERIALES Y MÉTODOS

La presente investigación fue cuantitativa no experimental, de alcance descriptivo, con corte transversal; y, en términos cronológicos, fue prospectiva (14). La población de estudio estuvo compuesta por estudiantes de una preparatoria en Montemorelos, Nuevo León, México, durante el ciclo escolar 2023. Se seleccionaron 44 adolescentes que, aunque procedían de diversas regiones de la República Mexicana, compartían un entorno educativo y social similar. Esta homogeneidad en el contexto permite minimizar el margen de error y el sesgo en los resultados, ya que los adolescentes están inmersos en las mismas características y presiones propias de su entorno escolar.

La muestra censal facilitó la obtención de datos relevantes dentro de un grupo específico. Se incluyó a todos los estudiantes que asistieron puntualmente a sus clases y aceptaron participar en la investigación.

La recolección de datos se llevó a cabo en dos momentos: el 31 de octubre y el 2 de noviembre de 2023, siguiendo un proceso cuidadosamente planificado. En un inicio, se solicitó y obtuvo el permiso de la directora de la preparatoria mediante una carta formal. Posteriormente, se pidió la autorización de los padres a través del consentimiento informado, y los menores de edad firmaron su asentimiento. Esta metodología garantizó un enfoque uniforme y coherente en la recolección de datos, fundamental para la validez del estudio.

Para medir la variable de estudio, se utilizó el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) de Spielberger, Gorsuch y Lushene, instrumento dividido en dos escalas diseñadas para evaluar la ansiedad desde dos perspectivas distintas: la ansiedad como rasgo y la ansiedad como estado. Cada escala consta de 20 ítems que se responden en una escala tipo Likert, cuyos valores van del 1 al 4, correspondientes a «en absoluto», «un poco», «bastante» y «mucho», respectivamente. La validez del constructo se evaluó mediante el juicio de expertos. La confiabilidad de la escala de ansiedad estado tuvo un alfa de Cronbach de ,867; mientras que la escala de ansiedad rasgo, un valor de ,889 (15).

Tabla 1. Niveles de ansiedad rasgo por sexo.

Nivel de ansiedad rasgo	Femenino		Masculino		Total	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Alto	24	85,7	5	31,3	29	65,9
Medio	3	10,7	8	50,0	11	25,0
Bajo	1	3,6	3	18,7	4	9,1
Total	28	100,0	16	100,0	44	100,0

Tabla 2. Niveles de ansiedad estado por sexo.

Nivel de ansiedad estado	Femenino		Masculino		Total	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Alto	16	57,1	3	18,7	19	43,2
Medio	10	35,8	7	43,8	17	38,6
Bajo	2	7,1	6	37,5	8	18,2
Total	28	100,0	16	100,0	44	100,0

Tabla 3. Niveles de ansiedad rasgo por edades.

Nivel de ansiedad rasgo	14-15 años		16 años o más		Total	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Alto	15	60,0	14	73,7	29	65,9
Medio	9	36,0	2	10,5	11	25,0
Bajo	1	4,0	3	15,8	4	9,1
Total	25	100,0	19	100,0	44	100,0

Tabla 4. Niveles de ansiedad estado por edades.

Nivel de ansiedad estado	14-15 años		16 años o más		Total	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Alto	12	48,0	7	36,8	19	43,2
Medio	10	40,0	7	36,8	17	38,6
Bajo	3	12,0	5	26,4	8	18,2
Total	25	100,0	19	100,0	44	100,0

Para la calificación, se sumaron los puntajes obtenidos en cada escala, proporcionando un rango de 20 a 80 puntos, tanto para la ansiedad rasgo como para la ansiedad estado. Posteriormente, se aplicó una fórmula para determinar el nivel de ansiedad. Los resultados se clasificaron en diferentes niveles para cada una de las escalas, siendo la clasificación, según el puntaje, la misma en ambos casos: alto (≥ 45 puntos), medio (30-44 puntos) y bajo (≤ 30 puntos) (16).

RESULTADOS

En el estudio participaron 44 estudiantes de preparatoria con edades comprendidas entre 15 y 21 años, con un promedio de 15,7 años. Del total de participantes, 64,0 % ($n = 28$) fueron mujeres; y 36,0 % ($n = 16$), hombres. En cuanto a la nacionalidad, 89,0 % ($n = 39$) eran mexicanos; y 11,0 % ($n = 5$), extranjeros. El 84,0 % ($n = 37$) vivía fuera del campus, mientras que el 16,0 % ($n = 7$) residía en los dormitorios del campus, lo que indica que la mayoría de los participantes convivía con algún familiar o conocido, mientras que una minoría de ellos residía lejos de su familia. Además, el 91,0 % ($n = 40$) trabajaba, ya sea en el campus o de forma externa.

En relación con la ansiedad rasgo, se encontró que el 65,9 % de los participantes presentó niveles altos de ansiedad y el 25,0 % muestra niveles medios. En la tabla 1, se puede observar que la mayoría de las mujeres que participaron en el estudio presentan niveles altos de ansiedad rasgo (85,7 %), mientras que la mitad de los hombres muestra niveles medios (50,0 %). De forma general, se puede apreciar que las mujeres presentan niveles más altos de ansiedad rasgo en comparación con los hombres.

Respecto a la ansiedad estado, se encontró que el 43,2% de los participantes presenta niveles altos y el 38,6 % tiene niveles medios. En la tabla 2, se puede observar que la mayoría de las mujeres (57,1 %) presentan niveles altos de ansiedad estado, mientras que la mayoría de los hombres presenta niveles medios (43,8%). Las mujeres presentan niveles de ansiedad estado más altos que los hombres.

La tabla 3 evidencia que el nivel de ansiedad rasgo es predominantemente alto en cada grupo de edad. En el grupo de 14 a 15 años, 60,0 % presentan niveles altos; mientras que en el grupo de 16 años o más, este porcentaje aumenta a 73,7 %. El nivel medio de ansiedad es menos frecuente, registrándose 36,0 % en el grupo de 14 a 15 años y solo 10,5 % en el grupo de 16 años o más. Por otro lado, la ansiedad baja se observa

con mayor frecuencia en el grupo de 16 años o más (15,8 %).

La tabla 4 muestra que el nivel de ansiedad estado es predominantemente alto en el grupo de 14 a 15 años (48,0 %). En el grupo de 16 años o más, los niveles de ansiedad alto y medio se distribuyen equitativamente, alcanzando 36,8 % cada uno. Asimismo, en el grupo de 14 a 15 años, el nivel medio de ansiedad es cercano al alto, representando un 40,0 %. En cuanto al nivel bajo de ansiedad estado, este es más frecuente en el grupo de 16 años o más (26,4 %).

DISCUSIÓN

El objetivo de esta investigación fue determinar el nivel de ansiedad en los estudiantes de una preparatoria en Morelos, Nuevo León, México. Los resultados muestran que más de la mitad de los estudiantes evaluados presentan niveles altos de ansiedad rasgo y cerca de la mitad presentan nivel alto de ansiedad estado. Esto es coherente con diversas investigaciones a nivel mundial que indican que la ansiedad es un problema psicológico con amplia prevalencia, especialmente en infantes y adolescentes (2, 16).

La adolescencia es un período crítico en el cual emerge la mayoría de los trastornos de salud mental, debido a la vulnerabilidad emocional de los adolescentes, lo que puede resultar en ansiedad o depresión (9).

La presente investigación sugiere diferencias entre ansiedad estado y ansiedad rasgo. La mayoría de las mujeres experimentan un nivel alto de ansiedad rasgo, mientras que la ansiedad estado es más frecuente en los niveles medio y bajo en ellas. Respecto a los hombres, tienden a presentar niveles de ansiedad rasgo y ansiedad estado más equilibrados, con una mayor prevalencia de niveles medios y bajos en comparación con las mujeres.

Estos resultados son consistentes con otros estudios que también observan mayores niveles de ansiedad en mujeres. Por ejemplo, un estudio sobre la regulación emocional en adolescentes institucionalizados de la Ciudad de México encontró que las mujeres presentan mayores niveles de ansiedad en comparación con los varones (17). Un estudio con adolescentes peruanos mostró que el 51,5 % presenta niveles altos de ansiedad estado; y el 58,6 %, niveles medios de ansiedad rasgo (18); de forma similar, otro estudio encontró niveles medios de ansiedad estado (44,81 %) y de ansiedad rasgo (42,92 %) en adolescentes (19).

Asimismo, el estudio de Álvarez-Pérez (20) en estudiantes de un colegio de Colombia identificó

niveles de ansiedad altos en la dimensión psicológica (33,0 %) y en la dimensión somática (21,0 %), concluyendo que el nivel predominante de la ansiedad es alto. Otro estudio con adolescentes de Ecuador reportó síntomas elevados de trastorno depresivo, donde un porcentaje significativo (44,0 %) muestra un nivel de ansiedad moderada (21).

La ansiedad, como emoción, se muestra en la experiencia subjetiva, la activación psicofisiológica y en la conducta. Aunque es una respuesta adaptativa, su manifestación en momentos inapropiados o con una intensidad excesiva puede ser disruptiva, afectando los procesos cognitivos, interfiriendo con la adaptación al ambiente y perjudicando el rendimiento académico (22).

No obstante, Jarrin (23) menciona que la ansiedad es una parte natural de la vida de las personas y tiene como función anticipar respuestas ante posibles peligros reales o imaginarios. Existe un estado de ansiedad adaptativo y natural, así como un rasgo de ansiedad patológico y desadaptativo que puede causar dificultades en la vida diaria e interferir con la productividad.

Al evaluar los resultados de ansiedad según grupo etario, se encontró que la ansiedad rasgo alta se evidencia mayormente en aquellos que tienen 16 años o más, mientras que, de manera general, la ansiedad rasgo es mayor en los adolescentes de 14 a 15 años. Al mismo tiempo, en el grupo de 16 años o más existen mayores porcentajes de niveles bajos de ansiedad rasgo y ansiedad estado que en los de 14 a 15 años.

Un estudio con adolescentes de España demostró que la ansiedad cognitiva, psicológica y conductual fue menor en los adolescentes de tempranas edades (promedio = 557), a diferencia de los adolescentes tardíos (promedio = 618) (24).

Otro estudio con niños y adolescentes de Estados Unidos mostró que, a mayor edad, los jóvenes tenían mayor probabilidad de ser afectados por ansiedad o depresión, considerando que la gran mayoría tenía antecedentes de haber sufrido anteriormente estos trastornos (25).

El análisis de la ansiedad por edad es un aspecto importante, especialmente al momento de diagnosticarla y tratarla. En el diagnóstico, por ejemplo, el peso e inclusión de la entrevista a los padres y docentes varía de acuerdo a la edad del adolescente, lo mismo que en el seguimiento y el abordaje, los cuales se deben adecuar según las características y necesidades del adolescente (26).

Los hallazgos de este estudio sugieren la necesidad de intervenciones prioritarias para reducir la ansiedad en las mujeres (2) y en los adolescentes en general, independientemente de su edad, pero además llaman a reflexionar sobre la importancia del apoyo familiar en los adolescentes. Al respecto, Morales-Rodríguez y Bedolla-Maldonado (4) destacaron que la adolescencia es un período crítico donde surgen muchos trastornos mentales debido a la fragilidad emocional de los jóvenes, lo que puede desencadenar en ansiedad o depresión. Ellos demostraron una relación inversa entre la implicación paterna y los niveles de ansiedad y depresión, destacando que la implicación expresiva del padre tenía un impacto significativo en la salud mental de los adolescentes. Se evidenció que el involucramiento afectivo del padre puede actuar como un factor protector contra la depresión y la ansiedad en los adolescentes, contribuyendo al desarrollo de conductas saludables y estrategias de afrontamiento efectivas.

En general, los resultados obtenidos subrayan la necesidad de implementar estrategias de intervención y apoyo para abordar esta predisposición a largo plazo, con el objetivo de mejorar el bienestar emocional y reducir el impacto negativo de la ansiedad en la vida cotidiana de los individuos afectados. Es esencial fomentar la promoción de la salud mediante programas que impulsen a la comunidad educativa a adoptar estilos de vida saludables, tanto físicos como emocionales.

Respecto a las limitaciones del estudio, conseguir permisos de los padres para trabajar con menores de 18 años fue un desafío, ya que algunos no dieron su consentimiento. Asimismo, la muestra del estudio generó imposibilidad de continuar con un análisis estadístico que evalúe la significancia de las diferencias analizadas. Se sugiere que en futuros estudios se consideren muestras de mayor tamaño.

CONCLUSIONES

El estudio revela que más de la mitad de los participantes presenta niveles altos de ansiedad rasgo, lo que indica una prevalencia importante de esta condición en la población estudiada. Esto sugiere que la mayoría tiende a reaccionar de forma ansiosa habitualmente, independientemente de las circunstancias. Por otro lado, cerca de la mitad de los participantes presenta niveles altos de ansiedad estado, lo que indica que una proporción considerable experimenta ansiedad de manera transitoria o emocional.

También es relevante señalar que las mujeres son el grupo que presenta niveles más altos de ansiedad en

términos de rasgo y estado. Este fenómeno podría estar relacionado con diversas circunstancias, incluyendo un posible sesgo, dado que la mayoría de los participantes eran mujeres.

Se recomienda a la institución educativa desarrollar programas preventivos dirigidos a los docentes, basados en los resultados del estudio, para que adquieran conocimientos sobre la temática y brinden mejor apoyo a sus estudiantes. Además, se sugiere implementar espacios de apoyo emocional donde estudiantes y docentes puedan expresar sus sentimientos con personas de confianza. Estos espacios deben incluir evaluaciones rápidas para identificar niveles de ansiedad y permitir una intervención más detallada por parte de profesionales de la psicología.

Para futuros investigadores, se recomienda incorporar nuevas variables relacionadas con la ansiedad en adolescentes, con el fin de generar nuevas áreas de investigación y profundizar en el tema. Asimismo, se sugiere realizar estudios más detallados sobre los factores que contribuyen a la ansiedad en adolescentes para mejorar la comprensión y el manejo de esta problemática.

Conflicto de intereses: Las autoras declaran no tener conflicto de intereses.

Financiamiento: Autofinanciado.

Aprobación de ética: Protocolo de estudio aprobado por el Comité de Ética en Investigación de la Universidad de Morelia, con documento de Referencia 2020-053, de agosto de 2023.

Contribución de autoría:

DRCB: conceptualización, análisis formal, investigación, metodología, visualización, redacción del borrador original, redacción (revisión y edición).

MMMD: curación de datos, investigación, metodología.

ARDA: investigación, redacción del borrador original.

REFERENCIAS

- Paulus FW, Ohmann S, Möhler E, Plener P, Popow C. Emotional dysregulation in children and adolescents with psychiatric disorders. A narrative review. *Front Psychiatry* [Internet]. 2021; 12: 628252. Disponible en: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.628252>
- Rodríguez VS, Pérez PC. Niveles de ansiedad social en adolescentes de una institución educativa de Tembladera en Perú. *TZHOECOEN* [Internet]. 2020; 12(1): 19-25. Disponible en: <https://doi.org/10.26495/tzh.v12i1.1242>
- Herskovic V, Matamala M. Somatización, ansiedad y depresión en niños y adolescentes. *Rev Med Clin Condes* [Internet]. 2020; 31(2): 183-187. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.rmcl.2020.01.006>
- Morales-Rodríguez M, Bedolla-Maldonado LC. Depresión y ansiedad en adolescentes: el papel de la implicación paterna. *Rev Electrón Cuerpos Acad Grupos Investig* [Internet]. 2022; 9(17). Disponible en: <https://www.cagi.org.mx/index.php/CAGI/article/view/251>
- Cofré A, Gallardo G, Maripillan L, Sepúlveda L, Parra M. Depresión, ansiedad y estado nutricional en adolescentes de la ciudad de Temuco. *REMA Rev Electr Metodol Aplic* [Internet]. 2022; 24(1): 13-25. Disponible en: <https://doi.org/10.17811/rem.24.1.2022.13-25>
- Wu Y, Fenfen E, Wang Y, Xu M, Liu S, Zhou L, et al. Efficacy of internet-based cognitive-behavioral therapy for depression in adolescents: a systematic review and meta-analysis. *Internet Interv* [Internet]. 2023; 34: 100673. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.invent.2023.100673>
- Arias A, Tena A, Fernández de Juan T, Mancillas C. Regulación emocional en adolescentes institucionalizados de la Ciudad de México: un estudio piloto. *Rev Psicoterap* [Internet]. 2021; 32(120): 15-36. Disponible en: <https://doi.org/10.33898/rdp.v32i120.480>
- Colán EB, Damaso JL. Ansiedad y agresividad en adolescentes de dos instituciones educativas privadas, Lima Metropolitana, 2020 [tesis de licenciatura en Internet]. Lima: Universidad César Vallejo; 2020. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/56843>
- Organización Mundial de la Salud. La salud mental de los adolescentes [Internet]. OMS; 2024, 10 de octubre. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Ministerio de Salud Pública (EC). Modelo de Atención de Salud Mental, en el marco del Modelo de Atención Integral de Salud (MAIS) – con enfoque Familiar, Comunitario e Intercultural [Internet]. MEDBOX; 2021. Disponible en: <https://medbox.org/document/modelo-de-atencion-de-salud-mental-en-el-marco-del-modelo-de-atencion-integral-de-salud-mais-con-enfoque-familiar-comunitario-e-intercultural>

11. Campos MM, Romero FA. Nivel de ansiedad en estudiantes de Medicina de una universidad lambayecana, 2020 [tesis de licenciatura en Internet]. Pimentel: Universidad Señor de Sipán; 2022. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12802/9608>
12. Hinostroza PA, Lima D. Relación entre funcionalidad familiar y ansiedad estado-rasgo en adolescentes. Chakiñan [Internet]. 2023; (20): 112-124. Disponible en: <https://doi.org/10.37135/chk.002.20.06>
13. Ruiz KG. Ansiedad y desesperanza en adolescentes que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario San Cosme de La Victoria [trabajo académico para especialista en Internet]. Lima: Universidad Norbert Wiener; 2023. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13053/8592>
14. Hernández-Sampieri R, Mendoza CP. Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Ciudad de México: McGraw-Hill Interamericana; 2018. Disponible en: <https://doi.org/10.22201/fesc.20072236e.2019.10.18.6>
15. Anicama J, Pizarro RD, Pineda CE, Vallenás FA, Aguirre MT, Villanueva LF, et al. Evidencias psicométricas del inventario ansiedad estado-rasgo: IDARE en universitarios de Lima en tiempos de COVID-19. *Psychologia* [Internet]. 2021; 15(2): 49-62. Disponible en: <https://revistas.usb.edu.co/index.php/Psychologia/article/view/5911>
16. González M, Martín M, Grau J, Lorenzo A. Extractos del capítulo: Instrumentos de evaluación psicológica para el estudio de la ansiedad y la depresión. En: *Instrumentos de Evaluación Psicológica*. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2007. pp. 165-214.
17. Cuenca NE, Robladillo LM, Meneses ME, Suyo-Vega JA. Salud mental en adolescentes universitarios latinoamericanos: revisión sistemática. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica* [Internet]. 2020; 39(6): 689-695. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/559/55965387003/html/>
18. Valdez A, Becerra-Ureta NM, Melgarejo-Solano BG, Huaranca-Mallqui JC. Nivel de ansiedad en adolescentes de una institución preuniversitaria de Lima Norte. *Health Care Glob Health* [Internet]. 2019; 3(1): 12-16. Disponible en: <https://revista.uch.edu.pe/index.php/hgh/article/view/31>
19. García-Rodríguez D, García-Rodríguez C. Funcionamiento familiar y ansiedad estado-rasgo en adolescentes. *JNPH* [Internet]. 2021; 1(1): 19-26. Disponible en: <https://doi.org/10.46363/jnph.v1i1.3>
20. Álvarez-Pérez DA. Regulación emocional y cyberbullying en estudiantes de décimo y undécimo de un colegio de Cúcuta [trabajo de grado en Internet]. Santander: Universidad de Santander; 2023. Disponible en: <https://repositorio.udes.edu.co/handle/001/10100>
21. Catagua-Meza GD, Escobar Delgado GR. Ansiedad en adolescentes durante el confinamiento (Covid 19) del barrio Santa Clara - cantón Manta - 2020. *Polo del Conocimiento* [Internet]. 2021; 6(3): 2094-2110. Disponible en: <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/2494>
22. Del Valle M, Betegón E, Irurtia MJ. Efecto del uso de estrategias cognitivas de regulación emocional sobre la ansiedad en adolescentes españoles. *Suma Psicol* [Internet]. 2018; 25(2): 153-161. Disponible en: <https://doi.org/10.14349/sumapsi.2018.v25.n2.7>
23. Jarrín CS. Ansiedad y rendimiento académico en adolescentes [proyecto de investigación de licenciatura en Internet]. Ambato: Pontificia Universidad Católica del Ecuador; 2023. Disponible en: <https://repositorio.puce.edu.ec/handle/123456789/7292>
24. Torrano R, Ortigosa JM, Riquelme A, Méndez FJ, López-Pina JA. Test anxiety in adolescent students: different responses according to the components of anxiety as a function of sociodemographic and academic variables. *Front Psychol* [Internet]. 2020; 11: 612270. Disponible en: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.612270>
25. Figas K, Giannouchos TV, Crouch E. Child and adolescent anxiety and depression prior to and during the COVID-19 pandemic in the United States. *Child Psychiatry Hum Dev* [Internet]. 2023. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s10578-023-01536-7>
26. Creswell C, Nauta MH, Hudson JL, March S, Reardon T, Arendt K, et al. Research review: recommendations for reporting on treatment trials for child and adolescent anxiety disorders – an international consensus statement. *J Child Psychol Psychiatry* [Internet]. 2021; 62(3): 255-269. Disponible en: <https://doi.org/10.1111/jcpp.13283>