



Universidad
Señor de Sipán

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

**Ansiedad en estudiantes de una academia
militar en Lima 2024**

**PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE
BACHILLER EN PSICOLOGÍA**

Autora:

Ramos Lopez Mayella Milagros

<https://orcid.org/0000-0002-7006-5753>

Línea de Investigación:

**Desarrollo humano, comunicación y ciencias jurídicas para
enfrentar los desafíos globales**

Sub línea de Investigación:

Bienestar y Desarrollo de Habilidades para la vida

Pimentel – Perú

2024

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Quien suscribe la **DECLARACIÓN JURADA**, soy **egresada** del Programa de Estudios de la Universidad Señor de Sipán S.A.C, declaro bajo juramento que soy autora del trabajo titulado.

Ansiedad en estudiantes de una academia militar en Lima 2024

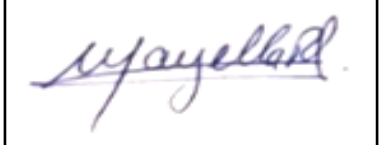
El texto de mi trabajo de investigación responde y respeta lo indicado en el Código de Ética del Comité Institucional de Ética para la Investigación de la Universidad Señor de Sipán (CIEI USS) conforme a los principios y lineamientos detallados en dicho documento, en relación a las citas y referencias bibliográficas, respetando al derecho de propiedad intelectual, por lo cual informo que la investigación cumple con ser inédito, original y autentico.

En virtud de lo antes mencionado, firma:

RAMOS LOPEZ MAYELLA MILAGROS

DNI: 70032012

Firma



Pimentel, 18 de Julio del 2024.

NOMBRE DEL TRABAJO

Ramos_ Lopez_Mayella_BACHILLER.doc

x

RECuento DE PALABRAS

5017 Words

RECuento DE CARACTERES

28425 Characters

RECuento DE PÁGINAS

20 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

131.2KB

FECHA DE ENTREGA

Oct 7, 2024 7:23 PM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Oct 7, 2024 7:24 PM GMT-5

● **11% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 9% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 7% Base de datos de trabajos entregados
- 2% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 8 palabras)
- Material citado

Dedicatoria:

A Dios, por regalarme el más grande don que es la vida y por su amor puro y sincero que me ayuda a enrumbar mis pasos hacia un desarrollo pleno.

A mi madre, hermano, tutores y guías de mi vida, quien, con su esfuerzo constante y su abnegada labor, en mi formación espiritual y profesional, con su amor invaluable proyectaron mi camino, incentivándome a ser mejor cada día.

Agradecimiento:

A Dios quien me ha guiado y me ha dado la fortaleza para seguir adelante.

A mi familia por su comprensión y estímulo constante, además de su apoyo incondicional a lo largo de mis estudios.

A todas las personas que de una y otra forma me apoyaron en la realización de mi trabajo.

Mayella Milagros Ramos Lopez

Índice de contenidos

Índice de contenidos.....	6
Índice de tablas.....	7
Índice de figuras	7
Resumen	8
Abstract	9
I. INTRODUCCIÓN	10
1.1. Realidad problemática	10
1.2. Justificación	12
1.3. Trabajos previos	14
1.4. Teorías relacionadas al tema.....	16
1.5. Problema de Investigación	18
1.6. Objetivo General.....	18
1.7. Objetivos específicos	18
II. MATERIAL Y MÉTODO	19
2.1. Diseño de Investigación	19
2.2. Variables, Operacionalización	20
2.3. Población de Estudio, Muestra, Muestreo y Criterios de Selección.....	21
2.4. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos, Validez y Confiabilidad...	21
2.5. Procedimiento de Análisis de Datos	21
2.6. Criterios Éticos	22
III. RESULTADOS	22
IV. DISCUSION.....	26
V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	29

5.1. Conclusiones	29
5.2. Recomendaciones	30
VI. REFERENCIAS	31
Anexos	34

Índice de tablas

Tabla 1	Operacionalización de variables.....	20
Tabla 2	Distribución General de Niveles de Ansiedad en estudiantes de una academia militar en Lima 2024.....	22
Tabla 3	Distribución de Niveles de Ansiedad por Sexo en estudiantes de una academia militar en Lima 2024.....	23
Tabla 4	Distribución de Niveles de Ansiedad por Edad en estudiantes de una academia militar en Lima 2024.....	24

Índice de figuras

Figura 1	Distribución General de Niveles de Ansiedad en estudiantes de una academia militar en Lima 2024.....	23
Figura 2	Distribución de Niveles de Ansiedad por Sexo en estudiantes de una academia militar en Lima 2024.....	24
Figura 3	Distribución de Niveles de Ansiedad por Edad en estudiantes de una academia militar en Lima 2024.....	25

Resumen

La ansiedad es un fenómeno psicológico ampliamente estudiado a nivel mundial, con implicaciones profundas en la salud mental y el bienestar general de las personas. En contextos educativos y formativos, como las academias militares, la incidencia de la ansiedad puede ser particularmente alta debido a la combinación de exigencias académicas, físicas y emocionales. Como objetivo general es determinar los niveles de ansiedad en estudiantes de una academia militar en Lima, 2024. El análisis de los niveles de ansiedad en estudiantes de una academia militar en Lima en 2024 reveló que la mayoría de los estudiantes presentan ansiedad leve (72.22%), seguida de ansiedad moderada (25.40%) y un pequeño porcentaje con ansiedad grave (2.38%). Los niveles de ansiedad leve son predominantes en ambos sexos, con un 67.69% de las mujeres y un 77.05% de los hombres en esta categoría. Sin embargo, las mujeres presentan un porcentaje ligeramente mayor de ansiedad moderada (30.77%) en comparación con los hombres (19.67%).

Palabras claves: ansiedad, estudiantes, academia militar

Abstract

Anxiety is a psychological phenomenon widely studied worldwide, with profound implications for people's mental health and general well-being. In educational and training contexts, such as military academies, the incidence of anxiety can be particularly high due to the combination of academic, physical and emotional demands. The general objective is to determine the anxiety levels in students of a military academy in Lima, 2024. The analysis of the anxiety levels in students of a military academy in Lima in 2024 revealed that the majority of students present mild anxiety (72.22%), followed by moderate anxiety (25.40%) and a small percentage with severe anxiety (2.38%). Mild anxiety levels are predominant in both sexes, with 67.69% of women and 77.05% of men in this category. However, women have a slightly higher percentage of moderate anxiety (30.77%) compared to men (19.67%).

Keywords: anxiety, students, military academy

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

La ansiedad es un fenómeno psicológico ampliamente estudiado a nivel mundial, con implicaciones profundas en la integridad mental y el buen estado general de los seres humanos. En contextos educativos y formativos, como las academias militares, la incidencia de la ansiedad puede ser particularmente alta debido a la combinación de exigencias académicas, físicas y emocionales. Esta investigación explorará la ansiedad en estudiantes de una academia militar en Lima, examinando desde la realidad internacional hasta su impacto en el contexto peruano.

A nivel internacional, los estudios sobre la ansiedad en estudiantes de academias militares han mostrado que estos ambientes altamente estructurados y disciplinados pueden aumentar significativamente los niveles de estrés y ansiedad. En un estudio realizado en la Academia Militar de los Estados Unidos en West Point, se encontró que el 42% de los cadetes experimentaban niveles clínicamente significativos de ansiedad (Yin et al., 2020). Investigaciones en Europa también han identificado factores como la presión académica, las rigurosas demandas físicas y la estricta disciplina militar como contribuyentes clave a la ansiedad (ZAMBRANO & ARDILA, 2015)

El impacto de la ansiedad en los estudiantes de academias militares es multifacético. En primer lugar, la presión para cumplir con estándares académicos y físicos elevados puede generar un estado constante de tensión y preocupación. Los estudiantes deben equilibrar sus estudios con entrenamientos físicos intensivos, lo que a menudo resulta en una carga excesiva que puede desencadenar síntomas de ansiedad. Además, la naturaleza competitiva de estos entornos puede exacerbar la sensación de insuficiencia y el miedo al fracaso, alimentando aún más la ansiedad. Según un informe del Journal of Military Medicine, el 35% de los estudiantes en

academias militares reportan síntomas de ansiedad relacionados con la presión académica y el entrenamiento físico (Londoño et al., 2022)

En el contexto de América Latina, las academias militares también enfrentan desafíos únicos que pueden incrementar los niveles de ansiedad entre sus estudiantes. Factores socioculturales y económicos, como la inestabilidad política y las limitaciones de recursos, pueden añadir una capa adicional de estrés. En países como México y Colombia, los estudiantes de academias militares no solo enfrentan las demandas internas de la institución, sino también las realidades externas de violencia y conflicto, lo que agrava sus niveles de ansiedad (Martínez González & Martínez García, 2018)

En Perú, la situación es igualmente preocupante. Las academias militares en Lima no están exentas de las presiones y desafíos que caracterizan a estas instituciones en otros lugares del mundo. La capital peruana, siendo un centro urbano con una alta densidad poblacional y problemas socioeconómicos, añade complejidad al entorno de los estudiantes militares. La combinación de entrenamiento riguroso, presión académica y las realidades sociales de Lima puede contribuir significativamente a la ansiedad en estos estudiantes. Un estudio realizado en la Escuela Militar de Lima reveló que el 48% de los cadetes sufría de ansiedad moderada a severa (Godoy, 2019)

Un estudio reciente sobre la salud mental de estudiantes en una academia militar en Lima reveló que una proporción considerable de los cadetes experimenta altos niveles de ansiedad. Las entrevistas con los estudiantes indicaron que la principal fuente de estrés proviene de las exigencias académicas y físicas, así como de la estricta disciplina impuesta por la institución. Además, muchos estudiantes mencionaron que la falta de apoyo emocional y la lejanía de sus familias agravaban sus sentimientos de ansiedad y soledad. Según datos recopilados, el 52% de los cadetes expresaron que la separación

de sus familias contribuía significativamente a su ansiedad (Fernández & Sánchez, 2019).

Para abordar este problema, es fundamental que las academias militares en Perú implementen programas de apoyo psicológico y emocional para sus estudiantes. La creación de espacios seguros donde los cadetes puedan expresar sus preocupaciones y recibir orientación profesional puede marcar una diferencia significativa. Además, es importante fomentar un ambiente que no solo valore la productividad estudiantil y física, sino también el buen estado mental y afectivo de los estudiantes. Un informe de una universidad de Lima recomienda la implementación de programas de manejo del estrés y talleres de salud mental para cadetes (Ruvalcaba Pedroza et al., 2021).

La ansiedad en estudiantes de academias militares es un problema complejo y multifacético que requiere una atención cuidadosa tanto a nivel internacional como nacional. En Lima, las academias militares deben remarcar la relevancia del bienestar psicológico de sus estudiantes y tomar medidas proactivas para mitigar los factores que contribuyen a la ansiedad. Al hacerlo, no solo mejorarán el bienestar de los cadetes, sino que también fortalecerán el rendimiento y la cohesión dentro de estas instituciones.

1.2. Justificación

La ansiedad se asume como una reacción instintiva frente a contextos percibidos como amenazantes o estresantes, y su estudio se fundamenta en diversas teorías psicológicas y psiquiátricas. Desde la perspectiva del modelo biopsicosocial, la ansiedad en estudiantes de academias militares puede explicarse por la dinámica sinérgica entre agentes biológicos, psicológicos y sociales. Factores biológicos incluyen predisposiciones genéticas y neuroquímicas; factores psicológicos comprenden las percepciones y pensamientos de los estudiantes sobre sus capacidades y demandas; y

factores sociales abarcan las expectativas institucionales y el entorno socioeconómico. Además, teorías del estrés y afrontamiento como las propuestas por Lazarus y Folkman (1984), subrayan la importancia de cómo los individuos perciben y manejan situaciones estresantes, lo cual es crucial en el contexto militar donde la presión y la disciplina son constantes.

Para abordar la ansiedad en estudiantes de academias militares en Lima, se adoptará un enfoque metodológico mixto que combine métodos cuantitativos y cualitativos. La investigación cuantitativa permitirá medir la prevalencia y los niveles de ansiedad a través de encuestas estandarizadas como el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI). Este enfoque proporcionará datos estadísticos que reflejen la magnitud del problema y permitan comparaciones con estudios internacionales y nacionales. Por otro lado, la investigación cualitativa incluirá entrevistas en profundidad y grupos focales con los cadetes, permitiendo explorar sus experiencias personales y las percepciones sobre los factores que contribuyen a su ansiedad. Este enfoque permitirá una comprensión más rica y detallada del fenómeno, revelando aspectos que los métodos cuantitativos podrían pasar por alto.

La implementación de programas y estrategias para abordar la ansiedad en academias militares en Lima tiene implicaciones prácticas significativas. En primer lugar, la creación de programas de apoyo psicológico dentro de las academias proporcionará a los cadetes recursos para manejar el estrés y la ansiedad, mejorando así su bienestar emocional. Estos programas podrían incluir sesiones de terapia cognitivo-conductual (TCC), talleres de manejo del estrés y asesoramiento individual. En segundo lugar, el fomento de un ambiente que valore la salud mental y no solo el rendimiento académico y físico puede contribuir a una cultura institucional más equilibrada. La promoción de actividades recreativas y de relajación, junto con la reducción de la presión académica mediante la flexibilización de los horarios y cargas de trabajo, puede aliviar los niveles de

ansiedad. Finalmente, la formación de los instructores y personal de apoyo en temas de salud mental les permitirá identificar signos de ansiedad en los cadetes y proporcionar el apoyo necesario de manera oportuna y efectiva.

1.3. Trabajos previos

Cortéz; K. & Eugenio; L. (2022) llevó a cabo un estudio sobre el comportamiento obsesivo compulsivo y la ansiedad en la salud mental de los militares. La meta central consistió en estimar el vínculo entre estos dos factores en el personal militar. El procedimiento elegido fue de paradigma cuantitativo y profundidad correlacional, no experimental y de obtención transeccional, aplicada a una población de 152 militares, seleccionados por muestreo de bola de nieve por conveniencia. De estos, el 70% estaban en servicio activo y el 30% en servicio pasivo. Se emplearon el Inventario de Obsesiones y Compulsiones Revisado (OCI-R) y la escala de ansiedad de Hamilton para la recolección de datos. Como resultado se descubrió una vinculación notable ($Rho=0.721$, $p<0.001$) del comportamiento obsesivo compulsivo con la ansiedad, identificando niveles altos y promedios de ambos factores tanto en el personal en servicio activo como en pasivo.

Pacori Paricahua (2020) investigó el grado de inquietud frente a la percepción de peligro de infección de COVID-19 en atendidos del Hospital Militar de Arequipa. La pesquisa, de paradigma cuantitativo, alcance descriptivo, incluyó una muestra de 144 pacientes seleccionados mediante muestreo por conveniencia, ceñidos a filtros de exclusión e inclusión. Los datos revelaron que el 52.8% de los pacientes eran adultos entre 30 y 59 años, el 27.1% eran individuos de 60 años o más, y el 20.1% eran jóvenes entre 18 y 29 años. En términos de género, el 54.9% eran hombres y el 45.1% mujeres. El 48.6% de los pacientes tenía un nivel de ansiedad bajo, el 43.8% un nivel medio y el 7.6% un nivel alto. Además, el 67.4% provenía de familias militares y el 32.3% eran

particulares. Se concluyó gran parte de los voluntarios masculinos presentaban niveles de inquietud baja, mientras que las pacientes femeninas mostraban niveles de ansiedad media.

Morilla Espinoza & García Romero (2023) se centró en cuantificar la vinculación de los perfiles de personalidad y la manifestación de signos de inquietud en educandos del servicio militar en Chorrillos y Rímac, Lima. La pesquisa fue de profundidad correlacional y de recolección transeccional, con un conjunto muestral de 109 participantes con edad promedio de 21 años, designados de forma no probabilística. Se recurrió al Inventario de Estilos de Personalidad de Millon (MIPS) y el Inventario de Ansiedad Rasgo/Estado (IDARE). El análisis estadístico, realizado con Stata 15, incluyó pruebas de Chi-Cuadrado, Kruskal Wallis, ANOVA y Shapiro Wilk. Los resultados mostraron una correspondencia notable del conformismo con la inquietud como estado ($p=0.03$), y entre las proyecciones acerca del servicio militar y subescalas de los perfiles de personalidad, como sensación ($p=0.00$) y sistematización ($p=0.04$). Se concluyó que el conformismo se relaciona con la ansiedad estado debido a la necesidad de disciplina y respeto a la autoridad en la vida castrense. Las características de sensación y sistematización también se asociaron, indicando un alto grado de compromiso y adaptabilidad en el servicio militar.

Gómez (2020) exploró las alteraciones emocionales, perfiles sociodemográficos y grados de inquietud y depresión en oficiales de milicia de primera línea durante la expansión del COVID-19. El procedimiento de estudio fue de paradigma cuantitativo y de profundidad descriptiva, valiéndose de una recolección transeccional. El conjunto muestral consistió en 50 hombres entre 23 y 48 años, consultados a través de los inventarios de Ansiedad de Hamilton y Depresión de Beck (BDI-II). En cuanto a lo que resultó, se identificaron niveles bajos de inquietud como de depresión, con mayores manifestaciones mentales que fisiológicas, y una dimensión cognitivo-afectiva

ligeramente elevada en la depresión. Se concluyó que, aunque las alteraciones emocionales eran bajas, es crucial proporcionar sostenimiento mental para proteger del desgaste corporal y psíquico, asegurando de ese modo el buen estado de los oficiales de milicia.

1.4. Teorías relacionadas al tema

La ansiedad se interpreta preliminarmente como una reacción instintiva compleja que involucra sensaciones estresantes, alarmantes y alteraciones fisiológicas, como aumento del ritmo cardíaco y sudoración. De acuerdo a la American Psychological Association (APA), la ansiedad se hace presente en alteraciones de los sistemas del cuerpo como la elevación del nivel arterial (Ballesteros Alcalde et al., 2009). Es una reacción normal ante situaciones de estrés, pero cuando se vuelve excesiva e irracional, puede interferir significativamente en la cotidianidad de todo individuo.

Una de las proposiciones teóricas más relevantes para comprender la ansiedad es la Teoría del Estrés y Afrontamiento de Lazarus y Folkman quienes postulan al estrés como producto de la exposición de un sujeto a su ambiente, y que la ansiedad surge al percibir el sujeto que ese ambiente exige destrezas, conocimientos y facultades de un nivel del que carece. Según esta teoría, el proceso de afrontamiento se clasifica en dos alternativas: abocado al problema, donde el individuo intenta cambiar el factor detonante, y abocado a la emoción, donde se intenta conducir las emociones provocadas por la situación (Berra Ruiz et al., 2014).

La Teoría de la Activación de Hans Selye también es fundamental para entender la ansiedad (Tan & Yip, 2018). Selye introdujo el concepto de síndrome general de adaptación (SGA), que describe cómo el cuerpo responde al estrés en tres etapas: alarma, resistencia y agotamiento (Paul J. Rosch, M.D., 2015). La ansiedad se relaciona con la fase de alarma, donde el cuerpo se prepara para enfrentar una amenaza percibida, lo que conduce a una serie de respuestas fisiológicas. Si la amenaza persiste, el cuerpo

entra en una fase de resistencia y eventualmente de agotamiento, lo que puede llevar a problemas de salud crónicos (Rosch, 1999)

La Teoría Cognitivo-Conductual de Aaron Beck sostiene que la ansiedad se origina en patrones de pensamiento disfuncionales (Wills, 2021). Beck argumenta que las personas con ansiedad tienden a interpretar las situaciones de manera más amenazante de lo que realmente son, lo que genera respuestas de ansiedad desproporcionadas. Esta teoría orbita alrededor de la necesidad de detectar y encausar estos patrones de pensamiento negativos para reducir la ansiedad (Markowitz, 2022).

La ansiedad puede ser analizada en varias dimensiones. Primero, la dimensión fisiológica incluye los síntomas físicos de la ansiedad, como la taquicardia, sudoración, y temblores. Segundo, la dimensión cognitiva se refiere a los pensamientos y creencias que acompañan a la ansiedad, como la preocupación excesiva y la percepción de amenazas. Tercero, la dimensión conductual abarca las acciones que resultan de la ansiedad, como la evitación de situaciones temidas y el comportamiento inquieto (WEINRACH, 1988).

Para medir la ansiedad, se utilizan varios indicadores. En la dimensión fisiológica, los indicadores incluyen la velocidad de los latidos y la fuerza sanguínea en las arterias. En la dimensión cognitiva, los indicadores son las puntuaciones en escalas de auto-reporte como el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) y el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI). En la dimensión conductual, se observan comportamientos de evitación y otros signos externos de nerviosismo, como movimientos repetitivos (Diaz Kuaik & De la Iglesia, 2019).

En el contexto de las academias militares, la ansiedad puede ser exacerbada por factores específicos del entorno. Los estudiantes están sujetos a un régimen disciplinario estricto, altas demandas físicas y académicas, y la presión constante para cumplir con los estándares institucionales. Estudios han mostrado que los cadetes de academias

militares experimentan niveles de ansiedad significativamente más altos que sus pares en instituciones educativas civiles (Godoy, 2019)

Para abordar la ansiedad en academias militares, se han propuesto diversas intervenciones. Programas de terapia cognitivo-conductual (TCC) han demostrado ser efectivos para reducir la ansiedad al ayudar a los individuos a identificar y modificar sus patrones de pensamiento negativos (WEINRACH, 1988). Además, el despliegue de intervenciones de sostén afectivo y asesoramiento dentro de las academias puede proporcionar a los cadetes recursos y tácticas para restringir el estrés y la preocupación, mejorando su bienestar general (Neponuceno et al., 2019).

1.5. Problema de Investigación

- ¿Cuáles son los factores que contribuyen a la ansiedad en estudiantes de una academia militar en Lima; 2024?

1.6. Objetivo General

- Determinar los niveles de ansiedad en estudiantes de una academia militar en Lima, 2024.

1.7. Objetivos específicos

- Identificar los niveles de ansiedad por sexo que contribuyen a la ansiedad en estudiantes de una academia militar en Lima.
- Identificar los niveles de ansiedad por edades que contribuyen a la ansiedad en estudiantes de una academia militar en Lima.

II. MATERIAL Y MÉTODO

2.1. Diseño de Investigación

Se empleó un diseño de investigación cuantitativa, básica y descriptiva simple. El enfoque cuantitativo permite la recopilación de datos numéricos que se pueden analizar estadísticamente para identificar patrones y relaciones entre las variables. El carácter básico del estudio implica que se centra en la generación de conocimientos y comprensión fundamental de los fenómenos investigados, sin buscar necesariamente una aplicación inmediata. La naturaleza descriptiva simple del diseño tiene como objetivo describir con precisión las características de un fenómeno específico, en este caso, la ansiedad en estudiantes de una academia militar en Lima, sin manipular variables ni establecer relaciones causales (Bernal, 2016).

2.2. Variables, Operacionalización

Variable: Ansiedad

Tabla 1 Operacionalización de variables

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítem	Instrumento	Valores Finales	Tipo de Variables	Escala de Medición
Ansiedad	Estado emocional caracterizado por sentimientos de tensión, preocupación y cambios físicos	Nivel de ansiedad medido por el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) (Gómez et al. 2023)	Fisiológica, Cognitiva, Conductual	Frecuencia cardíaca, presión arterial, puntuación en BAI, conductas de evitación	11	Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) Adaptación a jóvenes peruanos	Puntuación total en BAI (0-63)	Dependiente	Intervalo

2.3. Población de Estudio, Muestra, Muestreo y Criterios de Selección

La población de estudio estuvo compuesta por estudiantes matriculados en una academia militar en Lima. Se calcula que la población total es de aproximadamente 500 cadetes. La muestra se seleccionó mediante un muestreo aleatorio simple para garantizar que cada miembro de la población tenga una probabilidad igual de ser incluido. Se calculará un tamaño de muestra adecuado utilizando fórmulas estándar de muestreo para obtener un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%. Los criterios de selección incluirán ser estudiante activo de la academia, estar en buen estado de salud física y mental según los registros médicos de la institución, y aceptar participar voluntariamente en el estudio.

2.4. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos, Validez y

Confiabilidad

La recolección de datos se realizó utilizando encuestas estandarizadas. El Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) se utilizará para medir los niveles de ansiedad, mientras que un cuestionario adicional diseñado específicamente para este estudio evaluará los factores académicos, físicos y emocionales. Para asegurar la validez del contenido, los cuestionarios serán revisados por un panel de expertos en psicología y educación militar. La confiabilidad de los instrumentos se evaluó mediante un estudio piloto con un grupo pequeño de cadetes, calculando el coeficiente alfa de Cronbach para garantizar la consistencia interna de las escalas utilizadas (Gomez et al., 2023).

2.5. Procedimiento de Análisis de Datos

El análisis de datos se llevó a cabo utilizando el software estadístico SPSS. Primero, se realizarán análisis descriptivos para resumir las características demográficas de la muestra y los niveles de ansiedad reportados. Los resultados se presentarán en tablas y gráficos para facilitar la interpretación.

2.6. Criterios Éticos

Este estudio cumplió con los principios éticos establecidos para la investigación con seres humanos. Se obtendrá la aprobación del comité de ética de la academia militar y se garantizará que todos los participantes proporcionen su consentimiento informado por escrito. Los datos recogidos se mantendrán confidenciales y se utilizarán únicamente para los fines de esta investigación. Los participantes tendrán el derecho de retirarse del estudio en cualquier momento sin ninguna repercusión negativa. Además, se tomarán medidas para minimizar cualquier posible daño psicológico al proporcionar apoyo y recursos a los estudiantes que muestren niveles altos de ansiedad durante el estudio (Espinoza-Freire, 2022).

III. RESULTADOS

Tabla 2

Distribución General de Niveles de Ansiedad en estudiantes de una academia militar en Lima 2024

Nivel de Ansiedad	Frecuencia	Porcentaje
Mínima	0	0.0%
Leve	91	72.22%
Moderada	32	25.40%
Grave	3	2.38%

En la tabla 02; se muestra que no se registraron casos de ansiedad mínima, representando el 0.0% del total. La mayoría de los estudiantes, un 72.22% (91 individuos), fueron clasificados con ansiedad leve, siendo este el nivel predominante. Un 25.40% (32 estudiantes) mostraron niveles moderados de ansiedad, indicando una presencia significativa que podría requerir atención adicional. Solo un 2.38% (3

estudiantes) presentó niveles graves de ansiedad, sugiriendo la necesidad de intervenciones específicas para estos individuos.



Distribución General de Niveles de Ansiedad en estudiantes de una academia militar en Lima 2024

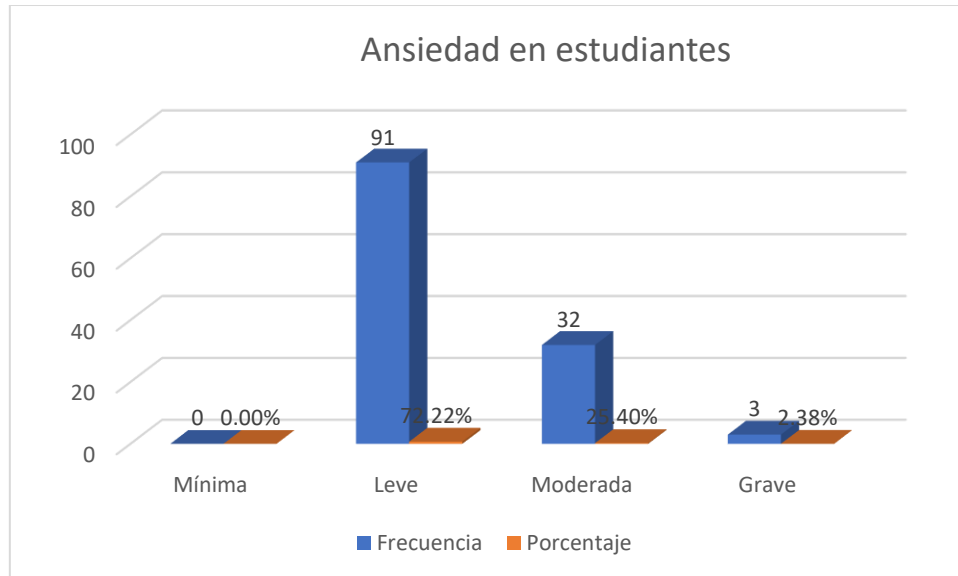


Tabla 3

Distribución de Niveles de Ansiedad por Sexo en estudiantes de una academia militar en Lima 2024

Nivel de Ansiedad	Femenino	% Femenino	Masculino	% Masculino
Mínima	0	0.0%	0	0.0%
Leve	44	67.69%	47	77.05%
Moderada	20	30.77%	12	19.67%
Grave	1	1.54%	2	3.28%
Total	65	100%	61	100%

En la tabla 03; revela que no se registraron casos de ansiedad mínima en ninguno de los sexos, representando el 0.0% tanto para mujeres como para hombres. En cuanto

a la ansiedad leve, el 67.69% de las estudiantes femeninas (44 individuos) y el 77.05% de los estudiantes masculinos (47 individuos) se ubicaron en esta categoría, siendo el nivel de ansiedad más predominante en ambos sexos. La ansiedad moderada afectó al 30.77% de las mujeres (20 individuos) y al 19.67% de los hombres (12 individuos). Finalmente, la ansiedad grave se observó en el 1.54% de las mujeres (1 individuo) y en el 3.28% de los hombres (2 individuos).



Distribución de Niveles de Ansiedad por Sexo en estudiantes de una academia militar en Lima 2024

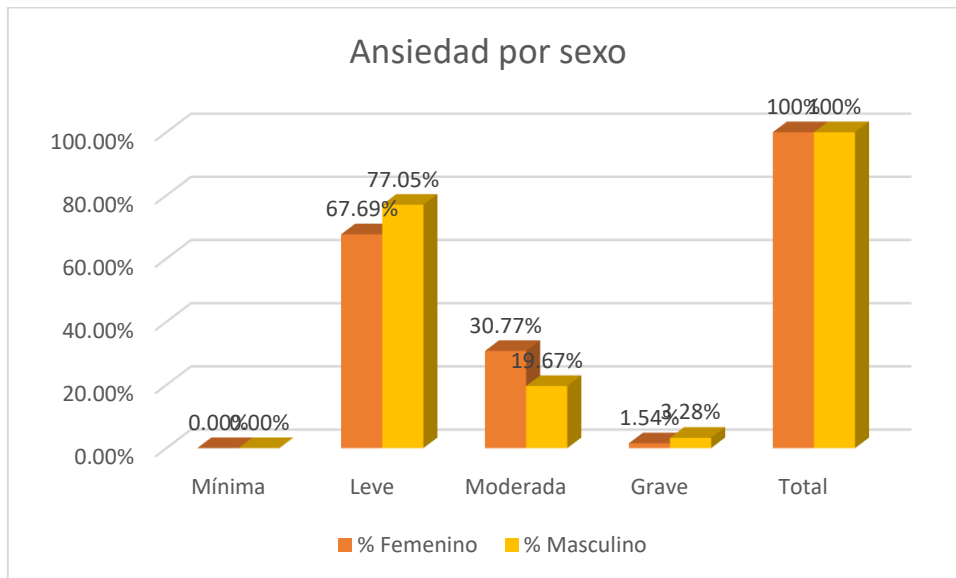


Tabla 4

Distribución de Niveles de Ansiedad por Edad en estudiantes de una academia militar en Lima 2024

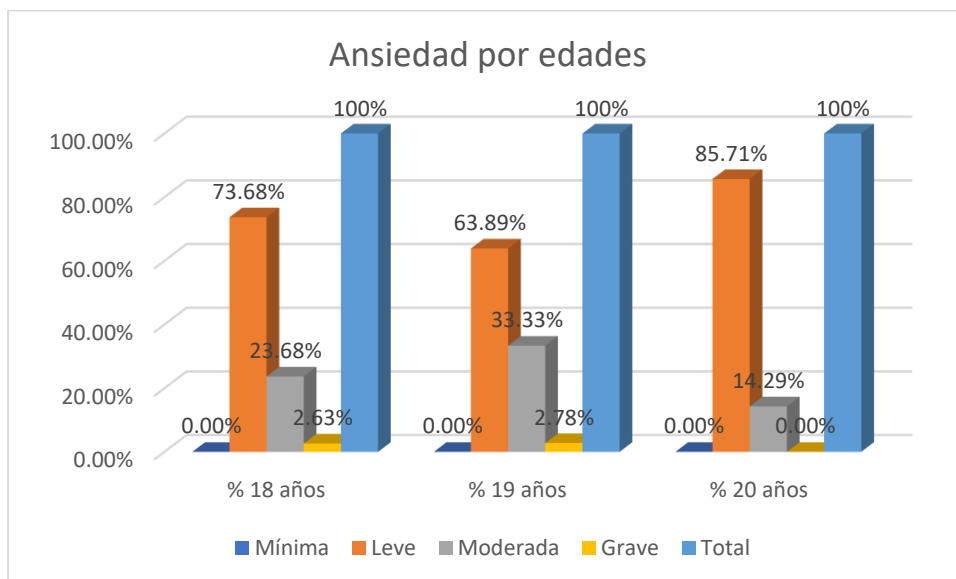
Nivel de Ansiedad	Mínima	Leve	Moderada	Grave	Total
18 años	0	56	18	2	76
% 18 años	0.00%	73.68%	23.68%	2.63%	100%
19 años	0	23	12	1	36
% 19 años	0.00%	63.89%	33.33%	2.78%	100%

20 años	0	12	2	0	14
% 20 años	0.00%	85.71%	14.29%	0.00%	100%

En la table 04; se muestra que no se registraron casos de ansiedad mínima en ningún grupo de edad, representando el 0.0% para los estudiantes de 18, 19 y 20 años. La ansiedad leve fue la más común entre los estudiantes de todas las edades: el 73.68% de los estudiantes de 18 años (56 individuos), el 63.89% de los estudiantes de 19 años (23 individuos), y el 85.71% de los estudiantes de 20 años (12 individuos) se encontraron en esta categoría. La ansiedad moderada afectó al 23.68% de los estudiantes de 18 años (18 individuos), al 33.33% de los estudiantes de 19 años (12 individuos), y al 14.29% de los estudiantes de 20 años (2 individuos). La ansiedad grave se observó en el 2.63% de los estudiantes de 18 años (2 individuos) y en el 2.78% de los estudiantes de 19 años (1 individuo), sin ningún caso en los estudiantes de 20 años



Distribución de Niveles de Ansiedad por Edad en estudiantes de una academia militar en Lima 2024



IV. DISCUSIÓN

El análisis de los niveles de ansiedad en estudiantes de una academia militar en Lima en 2024 reveló que la mayoría de los estudiantes presentan ansiedad leve (72.22%), seguida de ansiedad moderada (25.40%) y un pequeño porcentaje con ansiedad grave (2.38%). No se registraron casos de ansiedad mínima. Estos resultados indican una alta prevalencia de ansiedad, con la mayoría de los estudiantes experimentando al menos un grado leve de ansiedad.

Contrastando estos resultados con el estudio de Cortez (2022), quien encontró una correlación significativa entre comportamientos obsesivo-compulsivos y niveles de ansiedad en personal militar, se observa una similitud en la prevalencia de ansiedad moderada y grave. Cortez halló que los militares presentaban niveles altos de ansiedad correlacionados con comportamientos obsesivo-compulsivos, lo que coincide con los hallazgos de ansiedad moderada y grave en los estudiantes de la academia militar. Asimismo, el estudio de Gomez (2022) mostró que el personal militar de primera línea durante la pandemia de COVID-19 presentaba niveles bajos de ansiedad, pero una mayor incidencia de ansiedad psíquica comparada con la somática, lo cual también resuena con los niveles moderados y graves encontrados en los estudiantes.

Teóricamente, los resultados pueden ser interpretados a través del Modelo de Estrés y Afrontamiento de Lazarus y Folkman, que sugiere que la percepción del estrés y la respuesta a este son mediadas por la evaluación cognitiva y las estrategias de afrontamiento. En un ambiente militar, la constante presión y las exigencias físicas y mentales pueden llevar a una evaluación cognitiva que percibe el entorno como amenazante, contribuyendo así a niveles elevados de ansiedad. Además, la teoría del Estrés Crónico de Selye apoya estos resultados, indicando que la exposición prolongada a factores estresantes puede resultar en respuestas de ansiedad elevada.

De estas inferencias se deduce que es crucial implementar programas de manejo del estrés y la ansiedad en entornos militares, enfocándose en estrategias de afrontamiento efectivas y apoyo psicológico constante. La identificación temprana de niveles elevados de ansiedad puede prevenir el desarrollo de condiciones más graves y mejorar el bienestar general de los estudiantes.

El análisis por sexo reveló que tanto los estudiantes masculinos como femeninos presentan niveles de ansiedad leve como predominantes, con el 67.69% de las mujeres y el 77.05% de los hombres ubicándose en esta categoría. Sin embargo, se observó que las mujeres tienen un porcentaje ligeramente mayor de ansiedad moderada (30.77%) en comparación con los hombres (19.67%). Los casos de ansiedad grave fueron bajos en ambos sexos, con 1.54% en mujeres y 3.28% en hombres.

Contrastando estos hallazgos con el estudio de Pacori (2022), quien encontró que la mayoría de los pacientes del Hospital Militar de Arequipa presentaban niveles bajos de ansiedad, se nota una diferencia significativa en la distribución de ansiedad leve y moderada en los estudiantes. Pacori reportó una mayor incidencia de ansiedad baja en pacientes masculinos, lo cual difiere del predominio de ansiedad leve y moderada en el contexto estudiado. Morilla (2022) también reportó niveles de ansiedad en jóvenes militares, encontrando una relación significativa entre estilos de personalidad y ansiedad estado, con diferencias en la ansiedad percibida según el sexo, apoyando así los hallazgos de variabilidad en los niveles de ansiedad entre hombres y mujeres.

Desde una perspectiva teórica, la teoría de Género y Ansiedad sugiere que las diferencias en los niveles de ansiedad pueden estar influenciadas por factores socioculturales y biológicos. Las mujeres tienden a reportar niveles más altos de ansiedad debido a la mayor expectativa social de expresar emociones y buscar apoyo

emocional, mientras que los hombres pueden internalizar su ansiedad, resultando en menores reportes de ansiedad moderada pero mayor prevalencia de ansiedad grave cuando esta es expresada.

Las inferencias de estos resultados sugieren la necesidad de desarrollar intervenciones de manejo de la ansiedad que sean sensibles al género, reconociendo las diferencias en cómo se experimenta y expresa la ansiedad entre hombres y mujeres. Programas de apoyo emocional y estrategias de afrontamiento adaptadas podrían mejorar significativamente el bienestar de ambos grupos en entornos militares.

El análisis por edades indicó que los estudiantes de 18 años presentan el mayor porcentaje de ansiedad leve (73.68%), seguido por ansiedad moderada (23.68%) y un pequeño porcentaje de ansiedad grave (2.63%). Los estudiantes de 19 años mostraron una distribución similar con 63.89% de ansiedad leve, 33.33% de ansiedad moderada y 2.78% de ansiedad grave. Los estudiantes de 20 años presentaron el más alto porcentaje de ansiedad leve (85.71%) y un menor porcentaje de ansiedad moderada (14.29%), sin casos de ansiedad grave.

Contrastando estos resultados con el estudio de Cortez (2022), se observa que los niveles de ansiedad en el personal militar varían según la edad, con los más jóvenes reportando mayores niveles de ansiedad leve y moderada, similar a lo encontrado en los estudiantes de la academia militar. Gomez (2022) también encontró variabilidad en los niveles de ansiedad en militares en primera línea, destacando la necesidad de un apoyo continuo para manejar la ansiedad, especialmente en grupos de edad más jóvenes que podrían estar más afectados por las exigencias del entorno militar.

Teóricamente, la teoría del Desarrollo Psicosocial de Erikson puede proporcionar una explicación para estos resultados. Los jóvenes adultos (18-20 años) se encuentran en la etapa de "Intimidad vs. Aislamiento", donde las relaciones sociales y la búsqueda

de identidad juegan un papel crucial. En un entorno militar, estas preocupaciones pueden exacerbarse, contribuyendo a niveles elevados de ansiedad. Además, la teoría del Desarrollo Cognitivo de Piaget sugiere que los individuos en esta etapa están en el proceso de consolidar el pensamiento abstracto y las habilidades de afrontamiento, lo que puede influir en cómo manejan el estrés y la ansiedad.

Las inferencias derivadas de estos resultados subrayan la importancia de proporcionar recursos y apoyo específicos para los estudiantes más jóvenes en entornos militares. Programas de orientación y desarrollo personal, así como entrenamiento en habilidades de afrontamiento, pueden ser particularmente beneficiosos para este grupo de edad, ayudando a reducir la ansiedad y mejorar su capacidad de adaptación a las demandas del entorno militar.

V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- La mayoría de los estudiantes de la academia militar en Lima presentan niveles de ansiedad leve (72.22%), seguidos por niveles de ansiedad moderada (25.40%) y un pequeño porcentaje con ansiedad grave (2.38%). No se registraron casos de ansiedad mínima. Esto indica una alta prevalencia de ansiedad en este entorno.
- Los niveles de ansiedad leve son predominantes en ambos sexos, con un 67.69% de las mujeres y un 77.05% de los hombres en esta categoría. Sin embargo, las mujeres presentan un porcentaje ligeramente mayor de ansiedad moderada (30.77%) en comparación con los hombres (19.67%). Los casos de ansiedad grave son bajos en ambos sexos, pero más prevalentes en hombres (3.28%) que en mujeres (1.54%).
- Los estudiantes de 18 años presentan el mayor porcentaje de ansiedad leve (73.68%), seguidos por ansiedad moderada (23.68%) y un pequeño porcentaje de ansiedad grave (2.63%). Los estudiantes de 19 años muestran una distribución similar con 63.89% de ansiedad leve, 33.33% de ansiedad moderada y 2.78% de ansiedad grave.

Los estudiantes de 20 años presentan el más alto porcentaje de ansiedad leve (85.71%) y un menor porcentaje de ansiedad moderada (14.29%), sin casos de ansiedad grave.

5.2. Recomendaciones

- Se recomienda implementar programas de manejo del estrés y la ansiedad, incluyendo talleres sobre técnicas de relajación, mindfulness y estrategias de afrontamiento. Además, se debería proporcionar acceso a servicios de apoyo psicológico para ayudar a los estudiantes a gestionar sus niveles de ansiedad y prevenir el desarrollo de condiciones más graves.
- Se recomienda desarrollar intervenciones de manejo de la ansiedad que sean sensibles al género, reconociendo las diferencias en cómo se experimenta y expresa la ansiedad entre hombres y mujeres. Programas específicos de apoyo emocional y estrategias de afrontamiento adaptadas podrían mejorar significativamente el bienestar de ambos grupos en entornos militares.
- Se recomienda proporcionar recursos y apoyo específicos para los estudiantes más jóvenes en entornos militares. Programas de orientación y desarrollo personal, así como entrenamiento en habilidades de afrontamiento, pueden ser particularmente beneficiosos para este grupo de edad, ayudando a reducir la ansiedad y mejorar su capacidad de adaptación a las demandas del entorno militar. Además, se deberían organizar actividades recreativas y deportivas que permitan a los estudiantes liberar el estrés y mejorar su bienestar general.

VI. Referencias

- Ballesteros Alcalde, M. C., Mañas, J. A. A., & Puente, C. P. (2009). Trastornos de ansiedad en la infancia y adolescencia. *Tratado de Psiquiatría*.
- Bernal, C. (2016). Metodología de la investigación. In *Pearson* (Vol. 4).
- Berra Ruiz, E., Muñoz Maldonado, S. I., Vega Valero, C. Z., Silva Rodríguez, A., & Gómez Escobar, G. (2014). Emociones, estrés y afrontamiento desde el modelo de Lazarus y Folkman. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16(01877690).
- Cortéz, K., & Eugenio, L. (2022). Comportamiento obsesivo compulsivo y su relación con la ansiedad en el personal militar. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(3). Recuperado de: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i3.2330
- Diaz Kuaik, I., & De la Iglesia, G. (2019). Ansiedad: conceptualizaciones actuales. *Summa Psicológica*, 16(1). Recuperado de: <https://doi.org/10.18774/0719-448x.2019.16.1.393>
- Espinoza-Freire, E. E. (2022). Ética en la investigación científica. *Revista Mexicana de Investigación e Intervención Educativa*, 1(2). Recuperado de: <https://doi.org/10.62697/rmiie.v1i2.13>
- Godoy, E. (2019). Niveles de ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de una academia premilitar de Lima Metropolitana. *Repositorio Institucional de La URP*.
- Gomez, J. L., Acevedo Flores, K., Cano Tapia, K., De la Cruz, F. I., Castillo Blanco, R., & Mosquera Torres, D. (2023). Adaptación y validación del Inventario de ansiedad de Beck en jóvenes peruanos. *Liberabit. Revista Peruana de Psicología*, 29(2), e715. Recuperado de: <https://doi.org/10.24265/liberabit.2023.v29n2.715>
- Gómez, Y. (2020). Alteraciones emocionales del personal militar de primera línea en labores humanitarias por la pandemia COVID 19: una aproximación cuantitativa. *Universidad Tecnológica Indoamérica*.
- Londoño, N. H., Restrepo, L. C. C., & Rojas, Z. B. (2022). Depresión y ansiedad en estudiantes que ingresan a la universidad y factores de estrés asociados. *Revista Psicología e Saúde*. Recuperado de: <https://doi.org/10.20435/pssa.v13i4.1371>

- Markowitz, J. C. (2022). Aaron Beck. In *American Journal of Psychotherapy* (Vol. 75, Issue 1). Recuperado de: <https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.22075001>
- Martínez González, J. V., & Martínez García, V. A. (2018). ESTUDIO COMPARATIVO MÉXICO - COLOMBIA PARA CONOCER LOS PRINCIPALES FACTORES DE ESTRÉS LABORAL. *Hitos de Ciencias Económico Administrativas*, 24(70). Recuperado de: <https://doi.org/10.19136/hitos.a24n70.2947>
- Morilla Espinoza, L. Y., & García Romero, M. J. (2023). Estilos de personalidad y sintomatología ansiosa en jóvenes que realizan el servicio militar en Chorrillos y Rímac. *CASUS. Revista de Investigación y Casos En Salud*, 7(1). Recuperado de: <https://doi.org/10.35626/casus.1.2023.464>
- Neponuceno, H. de J., Souza, B. D. M., & Neves, N. M. B. C. (2019). Trastornos mentales comunes en estudiantes de medicina. *Revista Bioética*, 27(3).
- Pacori Paricahua, J. Y. (2020). Nivel de ansiedad por riesgo de contagio de COVID-19 En pacientes que acuden al Hospital Militar de Arequipa – 2020. *Repositorio Institucional - UCV*, 15.
- Paul J. Rosch, M.D., F. A. C. P. (2015). Hans Selye: Birth of Stress. *The American Institute of Stress*.
- Rosch, P. J. (1999). Reminiscences of Hans Selye, and the birth of “stress”. *International Journal of Emergency Mental Health*, 1(1). Recuperado de: [https://doi.org/10.1002/\(sici\)1099-1700\(199801\)14:1<1::aid-smi777>3.3.co;2-n](https://doi.org/10.1002/(sici)1099-1700(199801)14:1<1::aid-smi777>3.3.co;2-n)
- Ruvalcaba Pedroza, K. A., González Ramírez, L. P., & Jiménez Ávila, J. M. (2021). Depresión y ansiedad en estudiantes de Medicina durante el confinamiento por la pandemia de COVID-19. *Investigación En Educación Médica*, 10(39). Recuperado de: <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2021.39.21342>
- Tan, S. Y., & Yip, A. (2018). Hans Selye (1907-1982): Founder of the stress theory. In *Singapore Medical Journal* (Vol. 59, Issue 4). <https://doi.org/10.11622/smedj.2018043>

- WEINRACH, S. G. (1988). Cognitive Therapist: A Dialogue with Aaron Beck. *Journal of Counseling & Development*, 67(3). Recuperado de: <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1988.tb02082.x>
- Wills, F. (2021). Aaron. T. Beck. In *Beck's Cognitive Therapy*. Recuperado de: <https://doi.org/10.4324/9781003055792-3>
- Yin, Q. L., Zhang, X. M., Chen, A. Bin, Song, X. R., & Deng, G. H. (2020). Influence of navy soldiers' social anxiety on interpersonal information processing in military life. *Academic Journal of Second Military Medical University*, 41(4). Recuperado de: <https://doi.org/10.16781/j.0258-879x.2020.04.0449>
- ZAMBRANO, C. M. C., & ARDILA, M. J. C. (2015). Ejército, Feminidades y Géneros Performativos: Las experiencias de ser mujer y militar en la Escuela General de Cadetes "General José María Córdova." *Escuela Superior de Guerra*.

Anexo 01:

INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK

(Adaptación a jóvenes peruanos)

Nombre: _____ Fecha: _____

A continuación, llegarás a ver una lista con síntomas comunes de la ansiedad. Para ello, se le recomienda leer atentamente cada ítem del siguiente cuestionario que considere que te ha afectado en estos últimos días, semanas o hoy mismo.

Marque con una **(X)** en el espacio que usted cree que corresponda.

(0)	(1)	(2)	(3)
En absoluto	Levemente	Moderadamente	Severamente

		0	1	2	3
1	Sensación de calor intenso				
2	Con miedo o aterrorizado/a				
3	Inquieto/a, tembloroso/a				
4	Dificultad para respirar				
5	Indigestión o malestar estomacal				
6	Debilidad en las piernas				
7	Incapacidad para relajarse				
8	Mareos o vértigos				
9	Sensación de inestabilidad				
10	Miedo a perder el control				
11	Sensación de desvanecimiento o desmayos				

Anexo 03:

