

**UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA**

**CARRERA DE ENFERMERÍA**

*Tesis por optar por el grado académico de  
Licenciatura en Enfermería*

**ANSIEDAD EN UNIVERSITARIOS  
DURANTE LA PANDEMIA RELACIONADO  
CON LAS ESTRATEGIAS DE  
AFRONTAMIENTO.  
REVISIÓN SISTEMÁTICA  
MÉXICO-PERÚ  
2020-2022**

**ALEXA EUGENIA  
VENEGAS CARRILLO.**

**2022**

## TABLA DE CONTENIDOS

ÍNDICE DE TABLAS .....	5
ÍNDICE DE FIGURAS .....	6
RESUMEN .....	7
SUMMERY.....	9
CAPÍTULO I.....	11
1.1.    PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....	12
1.1.1.    Antecedentes del problema .....	12
1.1.2.    Delimitación del problema .....	17
1.1.3.    Justificación.....	17
1.2.    REDACCIÓN DEL PROBLEMA CENTRAL: PREGUNTA DE LA INVESTIGACIÓN.....	19
1.3.    OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN .....	19
1.3.1    Objetivo general.....	19
1.3.2    Objetivo específico.....	19
1.4.    ALCANCES Y LIMITACIONES.....	20
1.4.1    Alcances de la investigación .....	20
1.4.2    Limitaciones de la investigación .....	20
CAPÍTULO II.....	21
2.1    CONTEXTO TEÓRICO-CONCEPTUAL .....	22
Salud emocional.....	22
Ansiedad .....	22
Tipos de Ansiedad: .....	23
COVID-19 .....	24
Cuarentena:.....	25
Detonantes: .....	25
Impacto de pandemia en la salud mental:.....	26
Estrategias de afrontamiento:.....	26
Estilos de estrategias de afrontamiento: .....	27
2.1.1    Modelos y teorías.....	28

CAPÍTULO III .....	32
3.1 ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN .....	33
3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN .....	33
3.3 UNIDADES DE ANÁLISIS U OBJETOS DE ESTUDIO .....	33
3.3.1 Área de estudio .....	33
3.3.2 Fuentes de información .....	34
3.3.3 Población .....	34
3.3.4 Muestra.....	34
3.3.5 Criterios de inclusión y exclusión .....	34
3.4 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN.....	35
3.5 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN .....	36
3.6 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES.....	41
3.7 PLAN PILOTO.....	44
3.8 PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	45
3.9 ORGANIZACIÓN DE LOS DATOS.....	46
3.10 ANÁLISIS DE DATOS .....	47
CAPÍTULO IV: .....	48
PRESENTACIÓN DE RESULTADOS.....	48
5.1 DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS .....	58
CAPÍTULO VI.....	66
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	66
6.1 CONCLUSIONES.....	67
6.2 RECOMENDACIONES.....	69
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	71
ANEXOS .....	77
Anexos 1: Herramienta de Google Forms.....	78
Anexos 2: Ficha de Lectura Crítica.....	78
Anexo 3: Plan Piloto .....	79
Anexo 4: Plan Piloto .....	80
Anexo 5: Solicitud cambio de tema.....	81
Anexo 6: Carta del tutor.....	82
Anexo 7: Carta del lector.....	83

Anexo 8: Carta de autorización del autor para la publicación del TFG .....	84
Anexo N°9: Declaración jurada.....	85
Anexo N° 10: Agradecimiento .....	86

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla N° 1.</b> Criterios de inclusión y exclusión para las publicaciones científicas sobre la ansiedad durante la pandemia relacionado con las estrategias de afrontamiento, revisión sistemática en México - Perú, 2020 - 2022. ....	34
<b>Tabla N° 2.</b> Distribución de las participantes según el lugar de residencia.....	50
<b>Tabla N° 3.</b> Distribución de la escolaridad en los participantes universitarios. ....	52
<b>Tabla N° 4.</b> Distribución de los participantes según el grado de ansiedad a consecuencia de la cuarentena. Perú y México 2020 – 2022. ....	53
<b>Tabla N° 5.</b> Distribución del promedio de las emociones experimentadas durante la pandemia en los universitarios según países de procedencia. Perú y México 2020 – 2022. ....	54
<b>Tabla N° 6.</b> Distribución porcentual y de promedio de las estrategias de afrontamiento utilizadas por los universitarios durante la pandemia. Perú y México 2020 – 2022. ....	<b>¡Error!</b>
<b>Marcador no definido.</b>	

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura N° 1.</b> Estilos relacionados a las estrategias de afrontamiento.....	27
<b>Figura N° 2.</b> Acrónimo pico para la pregunta clínica de investigación. ....	37
<b>Figura N° 3.</b> Relación entre los descriptores según los conceptos planteados.....	38
<b>Figura N° 4.</b> Algoritmo de búsqueda.....	38
<b>Figura N° 5.</b> Diagrama de flujo prisma para la revisión sistemática.....	40
<b>Figura N° 6.</b> Distribución de los participantes según país y sexo. Perú y México 2020 – 2022. .....	51

## RESUMEN

**Introducción:** La ansiedad ha aumentado un 25% a nivel mundial de manera drástica a consecuencia de la pandemia por COVID-19, esta investigación se conforma por una población total de 1687 participantes, se logra identificar las estrategias de afrontamiento más utilizadas para disminuir los niveles de ansiedad en la población universitaria, toda esta problemática se relaciona con el papel de enfermería y la teorizante Betty Neuman. **Objetivo general:** Determinar la ansiedad de los universitarios durante la pandemia relacionado con estrategias de afrontamiento. Revisión sistemática México y Perú 2020 - 2022. **Metodología:** Es un estudio cuantitativo, transversal no experimental, se realiza una revisión sistemática que cumple con el método de PRISMA; la recolección de datos se realiza por medio de dos etapas, la primera se conforma por varias preguntas muy específicas incluyendo los criterios de inclusión y exclusión, realizado por medio de la herramienta de Google Forms. Posterior a esto, se utiliza la Ficha de Lectura Crítica (FLC 3.0) con el objetivo de encontrar los estudios adecuados para el desarrollo de la investigación. **Resultados:** La participación de los encuestados predomina el sexo femenino en México, siendo las mujeres el grupo que presenta mayor vulnerabilidad en relación con esta psicopatología, sin embargo, poco más del 50% de la población en general presentan algún tipo de manifestación ansiosa, frustración, inseguridad y aburrimiento, estos son los principales pensamientos negativos que experimentan los sujetos encuestados durante el aislamiento obligatorio por COVID-19. Siendo la reevaluación positiva y solución del problema, las estrategias mayormente empleadas por los universitarios. **Discusión:** Los resultados obtenidos se logran comparar con otras investigaciones que evidencian que sí existe una relación entre la ansiedad y las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes universitarios. La integración de ambas variables demuestra una asociación directa

estadísticamente significativa con las estrategias; reevaluación positiva y solución del problema para la disminución de la ansiedad, mientras que las conductas inadecuadas y la evitación presentan una relación negativa. **Conclusión:** Las estrategias centradas en las emociones y las estrategias centradas al problema son intervenciones que se asocian a tener un mayor bienestar psicológico en la población bajo estudio.

**Palabras claves:** coronavirus, ansiedad, pandemia, estrategias de afrontamiento, COVID-19.

## SUMMERY

**Introduction:** As a result of the COVID-19 pandemic, anxiety levels have increased globally on a 25%. This systematic review is made up of a total population of 1687 participants, it is possible to identify the most used coping strategies to reduce anxiety in university students. This problematic is related to the role of nursing and the theorist Betty Newman. **General Objective:** Determine the amount of anxiety of university students during the COVID-19 pandemic related to coping strategies. Systematic Review Mexico and Peru 2020-2022. **Methodology:** A quantitative cross-sectional, non-experimental study that complies with the PRISMA method. Data collection is carried out through two stages: the first one is comprised of specific questions, including the inclusion-exclusion principle that was completed over the Google Forms tool. After this, the Critical Reading Sheet (FLC 3.0) is used to find the appropriate studies for the development of this research. **Results:** In Mexico, the respondents were predominantly females who present the greatest vulnerability to this psychopathology, however, over 50% of the population presents anxious manifestations such as frustration, insecurity, and boredom, these are the main negative thought that were experienced by the subjects during the isolation due to COVID-19 pandemic, being positive reassessment and problem solving the most common strategies used by university students. **Discussion:** The results can be compared to other investigations that demonstrate the connection that exists between anxiety and coping strategies used by college students. The integration of both variables denotes that there is a positive association with the strategies, positive reappraisal and problem solving to reduce anxiety, while inappropriate behavior and avoidance have negative correlation. **Conclusions:** Emotion-focused and problem-focused strategies are interventions associated with greater psychological well-being results in the studied population.

**Keywords:** coronavirus infection, anxiety, pandemic, coping strategies.

## **CAPÍTULO I**

### **PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

## **1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1.1. Antecedentes del problema**

La ansiedad es uno de los conceptos centrales en el campo de la Salud Mental, ya que se ha convertido en una epidemia silenciosa. Así mismo, es una problemática mayor en la salud pública, por lo que se realiza una revisión sistemática relacionado entre las dos variables del estudio tanto a nivel nacional como internacional.

#### **Antecedentes Internacionales**

La intolerancia propicia pensamientos negativos a las personas, convirtiéndose en un componente desencadenante del trastorno de la ansiedad generalizada, este comprende un 2,9% para América Latina y el Caribe. Partiendo de esto Rodríguez et al. plantean en el 2015 en su investigación que lleva por título “*Adaptación para buenos aires de la escala de intolerancia a la incertidumbre*” el objetivo de demostrar los niveles de tolerancia que tienen los argentinos a la ambigüedad (Rodríguez y Brenlla, 2015).

Este estudio se basa en correlacionar tres diferentes escalas modificadas para Argentina, con una participación voluntaria de 320 personas, la muestra se clasifica en tres grandes grupos: por sexo, edad y nivel educativo. Los resultados obtenidos demuestran que en el grupo uno y dos, no existe diferencias significativas entre los encuestados, pero, en el grupo tres, se concluye que los argentinos con mayor grado de escolaridad son más tolerantes a la incertidumbre en comparación a las personas con estudios inferiores o nulos, convirtiéndose este el grupo más susceptible (Rodríguez y Brenlla, 2015).

Gómez presenta para el 2016 un artículo en Colombia llamado “*Trastorno depresivo y de ansiedad y factores asociados en la población adulta colombiana. Encuesta Nacional de Salud Mental 2015*” describe los principales trastornos mentales que presenta la población colombiana entre las edades de 18 años o más. El estudio toma como muestra a 10870 adultos de distintas regiones, se realiza una encuesta computarizada centrada en los trastornos depresivos y ansiosos más frecuentes (Gómez et al., 2016).

Los resultados arrojan que un 10.1% de la población colombiana sufren al menos uno de estos trastornos en algún momento de la vida, también, muestra que el 7.7% son mayores de 45 años. El estudio señala que el trastorno mental más prevalente es el depresivo y lo acrecienta el riesgo de sufrirlo si se presenta un intento de suicidio previo, divorcio o viudez. Por lo que es posible concluir que los trastornos mentales como la ansiedad y la depresión representan un problema de enfermedad en Colombia (Gómez et al., 2016).

En Cuba se realiza un artículo para el 2016 con el que revelan síntomas relacionados a la depresión y la ansiedad, con el fin de caracterizar estas manifestaciones según las condiciones sociodemográficas, el cual se plantea como objetivo principal, debido a que los usuarios que se atienden en los centros mentales un 20% a 25% son diagnosticados con depresión, dado lo anterior el siguiente aporte es denominado “*Síntomas referidos de depresión y ansiedad en la población de Cuba*” (Miranda et al., 2016).

El estudio de Miranda se realiza con una muestra de 4150 viviendas con un total de 7493 personas de 15 años a más, utilizando el instrumento Euroqol, obteniéndose como resultado que el 19.2% de la población urbana presenta síntomas de depresión y ansiedad en relación con el área rural con un 11.9% y según la escolaridad las personas con ningún estudio presentan un

26.4% de síntomas en comparación con los cubanos preuniversitarios con 11.6%, por lo que se concluye que es primordial identificar las principales causas que la ocasionan (Miranda et al., 2016).

Jauregui establece una herramienta efectiva para la valoración y diferenciación de la capacidad de cada individuo para establecer estrategias que permita el adecuado afrontamiento de la sintomatología. En el año 2016 describe en su artículo denominado “*Estructura factorial del inventario de estrategias de afrontamiento*” y su relación con la regulación emocional, ansiedad y depresión”, la necesidad de un instrumento capaz de medir el nivel de afrontamiento de las personas y su mejoría emocional basada en las acciones realizadas (Jauregui et al., 2016).

La muestra se conforma por 498 participantes universitarios elegidos por diversos medios online y mensajes públicos, donde se realiza un análisis factorial confirmativo, obteniendo como resultado una fuerte relación entre la regulación emocional y el afrontamiento, a pesar de ser aspectos diferentes. Este estudio concluye que para un adecuado abordaje de los síntomas de ansiedad se debe tener en cuenta la disposición que posee el usuario, el nivel de afrontamiento y establecer estrategias basada en la capacidad de cada individuo (Jauregui et al., 2016).

En el año 2020 se realiza un estudio nombrado “*Ansiedad y estrategias de afrontamiento*” en España para determinar si existe una relación entre estas variables; se determina una muestra de 73 participantes clasificados en dos grupos: población clínicamente diagnosticada (n=35) y las personas no diagnosticadas con ansiedad (n=38), ambos grupos se someten a un cuestionario donde se aplica dos instrumentos: la escala de ansiedad y depresión y el inventario de estrategias de afrontamiento (Andreo et al., 2020).

Andreo en su investigación, describe como la ansiedad es uno de los trastornos más frecuentes y obtiene como resultado que los encuestados presentan ansiedad y depresión, con un 6.09% y 3.40% respectivamente en los usuarios clínicamente diagnosticados, no obstante, en el segundo grupo de estudio los participantes presentaron un 3.11% de ansiedad y 1.21% de depresión. Por lo que se concluye que, si existe una relación, conforme la ansiedad es menor, la utilización de las estrategias de afrontamiento adaptativas es mayor (Andreo et al., 2020).

Ozamiz et al. realiza en el 2020, una investigación titulada “*Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el Norte de España*” por medio de un estudio exploratorio-descriptivo de tipo trasversal, con una muestra de 976 personas entre los 18 y 78 años, que tiene como objetivo analizar estas manifestaciones a la llegada del virus, según la edad, cronicidad y confinamiento (Ozamiz et al., 2020).

El estudio anterior demuestra que en general los niveles de los síntomas han sido bajos al inicio de la pandemia, sin embargo, los resultados arrojan que la población joven y las personas con enfermedades crónicas han manifestado mayor inconformidad que el resto de la población, dado lo anterior, se puede concluir que la sintomatología podría aumentar durante la pandemia, por tanto, demuestra que el bienestar mental es clave para sobrellevar esta situación (Ozamiz et al., 2020).

Chávez publican en el 2021 un artículo sobre el “*Impacto psicológico de la pandemia COVID 19 en cinco países de Latinoamérica*” con el objetivo de comparar la afectación del SARS-CoV-2 en la población, como lo es la ansiedad, la depresión y síntomas de estrés producida por el distanciamiento social y la cuarentena. Con un total de 1184 participantes entre 18 años a los 83 años proveniente de Cuba, México, Chile, Guatemala y Colombia, por medio de una encuesta

en línea y se obtuvo como resultado que las personas más jóvenes con factores de riesgo presentan más sintomatología (Chávez et al., 2021).

El artículo de Tausch que lleva como nombre “*Fortalecimiento de las respuestas de salud mental a la COVID-19 en las Américas: un análisis y recomendaciones de políticas de salud*” también tiene como objetivo evidenciar el impacto que la pandemia está generando, entre el año 2020 y el 2021, en su estudio recalca que la salud mental antes de la pandemia era un área poco atendida, con baja accesibilidad y en muchos países con muy bajo presupuesto para la atención de los usuarios, por lo que, en el periodo de pandemia ésta problemática va en aumento (Tausch et al., 2022).

El promedio de los trabajadores de la salud mental es de 10.3 por cada 100 000 habitantes, lo que demuestra una brecha en la atención de los trastornos mentales en la población, por consiguiente, es fundamental conocer estrategias o herramientas con las que las personas puedan tener acceso para mejorar y proteger el bienestar mental con el objetivo de ampliar la atención en esta área de la salud debido a la necesidad que se evidencia (Tausch et al., 2022).

### **Antecedentes Nacionales**

Las investigaciones y artículos nacionales sobre la ansiedad y las estrategias de afrontamiento son escasas, debido que, en Costa Rica es un tema poco indagado dificultando el desarrollo de nuevas investigaciones, a pesar de ser un trastorno que afecta a la población mundial, lo que demuestra la importancia de realizar nuevos estudios científicos en el país.

Orozco realiza una investigación para el 2015 sobre “*Trastornos de ansiedad: revisión dirigida para atención primaria*” enfocado en los profesionales en el área de la salud, con el objetivo de

brindar un adecuado abordaje y una detección oportuna para las personas que lo padecen, con el propósito de ofrecer una atención de calidad en el ámbito de salud mental por medio un tratamiento farmacológico y no farmacológico (Orozco y Baldares, 2012).

Chacón comparte un artículo en el 2021 con la misma temática titulado “Generalidades sobre el trastorno de la ansiedad”. A partir de este estudio, brinda una visión general de esta enfermedad, con el objetivo de facilitar las herramientas adecuadas, para ofrecer un abordaje de manera integral a las personas afectadas, con esto impedir un sobrediagnóstico y sobretratamiento de la enfermedad (Chacón et al., 2021).

El artículo anterior describe los trastornos de la ansiedad como un fenómeno que frecuentemente produce sufrimiento y discapacidad, representa la segunda enfermedad mental más discapacitante en la región de las Américas, Costa Rica muestra una discapacidad por esta afección de un 4,1% (Chacón et al., 2021).

### **1.1.2. Delimitación del problema**

La presente investigación se lleva a cabo por medio de una revisión sistemática, mediante distintos artículos científicos con fuentes de información fidedignas, con respecto a la ansiedad que sufren los universitarios durante la pandemia relacionado con las estrategias de afrontamiento, donde se contemplan estudiantes que estén cursando alguna carrera, durante el periodo 2020 – 2022, México y Perú.

### **1.1.3. Justificación**

El SARS-CoV-2 es una enfermedad que afecta de forma progresiva la salud tanto física como psicológica de las personas, a consecuencia del gran impacto que se ha generado a nivel

mundial, el estilo de vida está cambiado considerablemente debido a las acciones de contención de la pandemia, provocando inestabilidad emocional en los ciudadanos.

La salud mental es esencial en el bienestar de los individuos y durante esta crisis se ha deteriorado, por lo que esta investigación busca evidenciar como la pandemia ha sido un detonador crucial en la ansiedad, además de identificar los síntomas que se presentan para poder establecer una serie de estrategias con el objetivo de brindar un abordaje adecuado de los mismos.

Chacón et al. (2021) refleja el acelerado aumento de los problemas de ansiedad, con un aproximado de un 25% de la población global como resultado del aislamiento social obligatorio, siendo los jóvenes y mujeres los más afectados. También, algunas de las consecuencias que produce la pandemia es la exacerbación de las enfermedades mentales.

El estudio tiene como finalidad brindar un aporte positivo mediante una restauración de la salud mental por medio de una recopilación de las estrategias de afrontamiento utilizadas por los universitarios que sufren ansiedad durante la crisis mundial, por consiguiente, la investigación busca ser una herramienta para aquellos individuos que experimentan síntomas y tengan un recurso para combatir la sintomatología postpandemia.

Los profesionales de Enfermería desempeñan un papel sumamente importante en la atención de los usuarios, por lo que es fundamental el conocimiento adecuado para potenciar la autonomía de la disciplina, el abordaje integral y enfocarlo a la salud mental de los individuos.

La investigación resalta la importancia del abordaje holístico de los usuarios, busca motivar al personal sanitario a detectar de forma temprana los signos y síntomas de ansiedad para brindar

un apoyo en la reconstitución del bienestar mental. También tiene como finalidad apoyar a los estudiantes y a las personas que están en situación de riesgo y deseen ampliar su conocimiento sobre el impacto que ha tenido la pandemia en la salud mental.

La principal motivación de la realización de un tema como este, es que en la actualidad existe una gran demanda de asistencia de personas que experimentan síntomas de ansiedad, por lo que el propósito principal de esta investigación es educar a las personas sobre las técnicas más eficaces para reducir la sintomatología ansiosa, que los estudiantes logren adaptarlas por sí mismos de manera autónoma para reducir el grado de ansiedad y aumentar la calidad de vida durante y postpandemia.

## **1.2. REDACCIÓN DEL PROBLEMA CENTRAL: PREGUNTA DE LA INVESTIGACIÓN**

¿Cuál es el manejo de la ansiedad en los universitarios durante la pandemia relacionado con las estrategias de afrontamiento, revisión sistemática México y Perú 2020 – 2022?

## **1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.3.1 Objetivo general**

Determinar la ansiedad de los universitarios durante la pandemia relacionado con estrategias de afrontamiento. Revisión sistemática México y Perú 2020 - 2022.

### **1.3.2 Objetivo específico**

1. Caracterizar a los universitarios según factores sociodemográficos con ansiedad durante la pandemia.

2. Identificar las emociones y el nivel de ansiedad provocado durante el COVID-19 en los estudiantes universitarios.
3. Identificar las estrategias de afrontamiento utilizadas por los universitarios durante la pandemia.
4. Relacionar la ansiedad en los universitarios durante la pandemia de acuerdo con las diferentes estrategias de afrontamiento según la revisión sistemática en México y Perú 2020 - 2022.

## **1.4. ALCANCES Y LIMITACIONES**

### **1.4.1 Alcances de la investigación**

La presente revisión sistemática no tiene ningún alcance extra al momento de ejecutar la investigación.

### **1.4.2 Limitaciones de la investigación**

El trabajo no tuvo ninguna limitante al momento de realizarla.

**CAPÍTULO II**  
**MARCO TEÓRICO**

## **2.1 CONTEXTO TEÓRICO-CONCEPTUAL**

### **Salud emocional**

La definición de salud es aquel estado donde el organismo logra desarrollarse correctamente en todos los ámbitos (Herrero, 2016), obteniendo así, el concepto de bienestar físico, psicológico, mental y social, logrando que el individuo sienta plenitud y tranquilidad en todo el cuerpo (Urzúa y Urizar, 2012), cuando hay una exposición a factores intrínsecos o extrínsecos se altera el equilibrio y se presenta la enfermedad.

La salud mental describe la persona capaz de afrontar las adversidades de la vida diaria, hace referencia a la consciencia que tiene el ser humano de sus facultades y en la forma en que se desempeña en su entorno para lograr un equilibrio psicoemocional. Cuando se da una pérdida de este bienestar el individuo sufre un proceso de cambio, según el abordaje que realice así es el resultado obtenido (Muñoz et al., 2016).

El aumento de los casos de COVID-19 han provocado un gran desgaste emocional, y a consecuencia de esto, los trastornos de ansiedad están afectando la capacidad de manejar correctamente las emociones en la pandemia, causando inestabilidad, sin embargo, es importante resaltar que la salud no siempre impacta de forma negativa a la persona, en ocasiones es necesario pasar por dichos procesos para que el ser humano se transforme.

### **Ansiedad**

La ansiedad manifiesta una anticipación ante una presunta amenaza generando inquietud, agitación, preocupación o hipervigilancia. Muchos estudios lo definen como un mecanismo de respuesta fisiológica y adaptativa para prevenir un daño, cuando esta conducta surge

recurrentemente puede convertirse en un trastorno mental; el peligro puede ser real o inexistente. Los trastornos de ansiedad son un grupo de afecciones mentales que pueden llegar a ser incapacitantes por lo que se requiere un manejo oportuno (Carballo et al., 2019).

La ansiedad presenta diferentes signos y síntomas según De la Fuente y Heinz (2017) los cuales se describen a continuación:

- Sensación de peligro constante.
- Problemas gastrointestinales.
- Preocupación excesiva.
- Ataques de pánico.
- Dolor precordial.
- Hiperventilación.
- Incertidumbre.
- Palpitaciones.
- Sudoración.
- Parestesias.
- Cansancio.
- Debilidad.
- Insomnio.
- Tensión.

**Tipos de Ansiedad:**

**Trastorno por separación:** es una respuesta emocional de miedo o ansiedad intensa que se debe cuando se separa físicamente a una persona con la que existe un vínculo, esto puede darse ante una situación de hospitalización o muerte (Carballo et al., 2019).

**Fobia específica:** es el miedo excesivo que es desencadenado por objetos o situaciones en concreto, como los son la sangre, animales, lugares cerrados o a las alturas, también a intervenciones médicas o de enfermería (Carballo et al., 2019).

**Trastorno de angustia o pánico:** se define como la aparición de síntomas súbitos como el miedo o malestar intenso, este se manifiesta después de un estado de calma (Carballo et al., 2019).

**Agorafobia:** es un tipo de trastorno que se relaciona al temor o ansiedad a los lugares abiertos o situaciones que presenten aglomeraciones donde el individuo puede sentirse indefenso, atrapado e incluso causarle pánico (Carballo et al., 2019).

**Trastorno de ansiedad generalizada:** es una preocupación y ansiedad extrema sobre situaciones que suelen estar fuera del control del individuo, se preocupan en exceso por la salud, el dinero o la familia, muchos de estos pensamientos producen una pérdida del control que puede resultar incapacitante para la persona (Carballo et al., 2019).

## **COVID-19**

El coronavirus (COVID-19) es una familia de virus comunes, que se caracterizan por sus infecciones respiratorias que pueden ir desde una gripe común, hasta el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV) o el síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV). A finales del 2019 la ciudad de Wuhan China se convierte en el principal país causante del brote, notándose una cantidad de casos inusuales en los hospitales, con síntomas clínicos como la tos seca, disnea y fiebre (Accinelli et al., 2020).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) declara el brote de la (COVID-19) como pandemia, que se cataloga una gran amenaza para la salud pública, debido a que su principal

modo de contagio es entre personas, por el contacto directo, la propagación por gotículas que se liberan cuando se tose, estornuda, respira, canta o inclusive habla, puede ser inhaladas o caer en la nariz, boca u ojos provocando que se disemine con facilidad, por lo que se deben implementar métodos de prevención. (Accinelli et al., 2020).

Accinelli menciona en su artículo las medidas de confinamiento a nivel mundial que implican total restricción a la movilidad física, circulación vehicular, el distanciamiento, frenar todas aquellas actividades económicas y los eventos sociales, específicamente aquellas que requieran de una presencialidad, con el objetivo de evitar que el virus se propague rápidamente y minimizar el contagio desenfrenado (Accinelli et al., 2020).

### **Cuarentena:**

El significado de cuarentena es el aislamiento durante un periodo de tiempo en que las personas están expuesta a una enfermedad altamente infecciosa, con el fin de evitar o reducir el contagio en la población y observar su comportamiento, para conocer los signos y síntomas que el individuo desarrolla en la afección (Ledermann, 2021).

### **Detonantes:**

Un detonante es aquel agente capaz de desencadenar una serie de eventos, en la pandemia por COVID-19 se logra identificar diversos aspectos que producen ansiedad en la población, algunos de estos componentes son los cambios sociales, la estabilidad económica, la pérdida del trabajo, también afecta la variación en los estilos de vida, miedo al contagio o muerte propia o del algún ser amado, información poco fiable, comorbilidades y la incertidumbre; causando un desequilibrio en la salud mental (Méndez et al., 2022).

**Impacto de pandemia en la salud mental:**

La pandemia afecta la estabilidad emocional de las personas, los cambios en el estilo de vida, la cantidad excesiva de información no fiable, presiones económicas y el aislamiento social son algunos de los detonantes que provocan ansiedad, estrés, miedo al contagio o muerte, muchos de estos síntomas pueden empeorar conforme avanza la infección por COVID 19. Además, pueden incentivar el empeoramiento de trastornos mentales previos (Hernández, 2020).

El COVID 19 trae consigo cambios bruscos en las actividades diarias como lo es el distanciamiento de las personas, esto produce consecuencias negativas a nivel psicológico y social. También, la incertidumbre por lo desconocido, el riesgo de contagio, duración de la pandemia y el tratamiento son algunas inquietudes que presenta la población en general que agravan el bienestar mental (Hernández, 2020).

La ansiedad es considerada una reacción normal durante la pandemia, la problemática empieza cuando esta se exagera y el individuo es incapaz de controlarla, provocando una crisis. Las enfermedades mentales existen en todo el mundo, muchas de estas presentan síntomas de menor impacto en la vida cotidiana, otras están tratadas, incluso en ocasiones la persona no sabe que la padece, la pandemia con todos los factores estresantes que aporta convierte el bienestar mental en un aspecto a valorar (Hernández, 2020).

**Estrategias de afrontamiento:**

La propuesta de Lazarus y Folkman plantean la definición de afrontamiento como los “esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes, que se desarrollan para manejar las demandas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (p. 127). Es decir, es un método que la persona utiliza para resolver un

problema personal o interpersonal, que ayuda a enfrentar las situaciones tanto internas como externas que puedan provocar conflicto, de tal manera, el individuo pueda reducir o minimizar los pensamientos negativos (Insaurralde, 2022).

### **Estilos de estrategias de afrontamiento:**

Insaurralde señala en su artículo que existen tres estilos de estrategias de afrontamiento; el dirigido al problema, se centra en que el individuo hace frente a la dificultad y busca mantener un equilibrio en presencia de una situación estresante, por medio de diferentes métodos a fin de resolver el conflicto (Insaurralde, 2022).

Las estrategias centradas a las emociones son cuando la persona tiene reacciones no deseadas o dolorosas y simplemente deja fluir los sentimientos, el propósito es disminuir el malestar emocional presentes en las situaciones estresantes. Por último, el de evitación es cuando la persona decide aplazar la situación problemática, con el fin de que el individuo pueda abordarlo de la mejor manera (Insaurralde, 2022).

A continuación, se detallará los estilos de estrategias con los métodos de adaptación de cada una de ellas:

*Figura N° 1. Estilos relacionados a las estrategias de afrontamiento.*

<b>Estilos de estrategias de afrontamiento</b>	<b>Estrategias de afrontamiento</b>
<b>Orientadas al problema (activo)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Analizar la raíz del problema.</li> <li>· Proyectar una estrategia o plan de acción.</li> <li>· Cumplir con una planificación en específico.</li> <li>· Iniciar con un afrontamiento progresivo.</li> <li>· Figurar como afrontar el problema.</li> <li>· Ejecutar soluciones concretas.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Hablar con las personas implicadas.</li> <li>· No desistir en el proceso.</li> <li>· Reestructurar otros métodos de afrontamiento, con el fin de encontrar solución.</li> </ul>
<b>Orientadas a las emociones (pasivo)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Ver el lado positivo del problema.</li> <li>· Incentivar la automotivación.</li> <li>· Buscar apoyo emocional.</li> <li>· Realizar ejercicios de relajación y meditación.</li> <li>· Practicar las respiraciones guiadas.</li> <li>· Búsqueda de apoyo espiritual.</li> <li>· Aceptar el problema.</li> </ul>
<b>Orientadas a la evitación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Escapar de la situación.</li> <li>· Evitar confrontar los problemas.</li> <li>· Procrastinar.</li> <li>· Distraerse en otras cosas.</li> <li>· Distanciarse.</li> <li>· Bloquear las emociones.</li> </ul>

Fuente elaboración propia a partir de Macías et al. (2013).

### 2.1.1 Modelos y teorías

Betty Neuman nace el 11 de setiembre de 1924 en Ohio de los Estados Unidos, en 1947 Neuman finaliza sus estudios básicos con honores en la escuela de enfermería Peoples Hospital, actualmente General Hospital, en Akron (Ohio). Posteriormente se traslada a California y trabaja en distintos lugares como enfermera hospitalaria, directora en enfermería, profesora en una escuela y como enfermera de empresa en una clínica llamada Medical Center University of Southern California (Zúñiga, 2011).

Ella decide ser licenciada en salud pública, con una especialización en el área de psicología, al finalizar los estudios en 1964 hasta 1966 trabaja como estudiante en un programa de salud mental en UCLA, para el año 1985 saca un doctorado en psicología en la Pacific Western University, con el único objetivo de llevar la enfermería al campo de la salud mental donde

desarrolla el modelo de sistemas que se basa en la relación de un individuo con el estrés, la respuesta y los factores que intervienen en el entorno del ser humano (Zúñiga, 2011) .

Betty Neuman propone en su teoría general de sistemas que el ser humano debe ser visto desde una perspectiva holística, donde cada individuo es capaz de responder a diversos factores estresantes. Cataloga al sistema cliente en cinco variables, entre los cuales menciona: la fisiológico que hace referencia a las funciones del organismo como tal, la psicología que se asocia a procesos mentales, lo sociocultural que son todas aquellas expectativas que tienen los sujetos, de desarrollo que engloba el crecimiento personal y la espiritualidad que trasciende en cuerpo y alma (Zuñiga, 2011).

Los seres humanos realizan intercambios de energía con su entorno y en ocasiones aspectos de gran impacto generan desequilibrio en la salud mental de las personas; la pandemia es un evento detonador de la ansiedad en la población mundial que potencian los factores estresantes que Neuman propone en su teoría, debido a que algunos individuos son más vulnerables a estos elementos, creando una afectación negativa en el equilibrio emocional (Zuñiga, 2011).

Betty menciona dentro de su metaparadigma cuatro elementos fundamentales como lo es la persona, el ambiente o entorno, la salud y la enfermería, los cuales se relacionan íntimamente; describe al individuo como el núcleo o lo más importante, el cual puede ser afectado por diversas circunstancias como lo es la ansiedad, temor a la muerte, cambios económicos y familiares, por lo que la pandemia afecta directamente dicha estabilidad (Zúñiga, 2011).

El entorno sufre un cambio drástico, la cotidianidad del trabajo, la escuela y actividades diarias que por una cuarentena indefinida se deben pausar; Neuman afirma que el ambiente puede verse alterado por factores externos como el virus, internos la incertidumbre y creado como el miedo

al contagio; entonces, el medio se considera un conjunto de circunstancias que interfieren en el desarrollo adecuado del sistema (Zuñiga, 2011).

La teoría general de sistemas menciona como la salud es considerada el eje de estabilidad del bienestar del individuo, cuando existe una afectación de dicho equilibrio hay enfermedad. Como último componente del metaparadigma esta la enfermería, donde expone ampliamente las acciones que los profesionales deben realizar para optimizar las situaciones que producen los factores estresantes, promoviendo las adaptaciones necesarias para mantener un balance (Zuñiga, 2011).

Neuman propone en su teoría formas que el individuo utiliza para sobrellevar las adversidades que afectan la vida cotidiana y las clasifica de lo externo a lo más interno, la línea de defensa flexible es cuando los factores estresantes no logran crear una afectación, la línea normal de defensa se define como un límite entre estar bien o mal, la línea de resistencia protege al individuo de un desequilibrio y ayuda a preservar el bienestar y por último, el núcleo que hace referencia a la persona. Estos componentes se relacionan a círculos que salvaguardan a la estabilidad mental (Zuñiga, 2011).

La enfermería juega un papel importante en el afrontamiento de los factores estresantes, Neuman toma en cuenta las intervenciones que los profesionales realizan para apoyar el proceso de mantener la estabilidad, estas acciones pueden presentarse antes o después de la ruptura de algunas de las líneas de defensa; se clasifican en tres niveles: la prevención primaria también se le conoce como promoción de la salud ya que se fortalece y reduce el riesgo (Zuñiga, 2011).

La prevención secundaria es aquella respuesta a un factor estresante, existe presentación de signos y síntomas, por eso se busca el fortalecer las líneas de resistencia para obtener como

resultado la estabilidad idónea para el correcto funcionamiento del individuo. La tercera estrategia o prevención terciaria se implementa cuando no es posible detener la afectación del sistema, se utiliza como un plan de contención para proteger la reconstitución positiva de la persona. (Zúñiga, 2011).

La teoría fundamenta una estrecha línea entre el ser humano y la salud mental, Betty motiva a ver a las personas de forma integral y a reconocer que las afectaciones no solo son físicas. Este modelo de sistemas se puede relacionar fácilmente a la situación que detona la pandemia, donde la incertidumbre y la ansiedad se han convertido en un problema en las enfermedades mentales; la escasez de recursos, el hacinamiento y el miedo al contagio son algunos de los puntos frágiles que sobrepasan la fortaleza emocional.

**CAPÍTULO III**  
**MARCO METODOLÓGICO**

### **3.1 ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN**

Flores explica que “el enfoque cuantitativo se denomina así porque trata con fenómenos que se pueden medir esto es, que se les puede asignar un número, como, por ejemplo: número de hijos, edad, peso, estatura” (Flores y Anselmo, 2019, pág. 104). La presente investigación es una revisión sistemática que se realiza bajo este enfoque, tiene como finalidad recolectar datos de diferentes artículos científicos que se relacionan al tema en estudio.

### **3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN**

La investigación es una revisión sistemática, basada en el método conocido como PRISMA, dado que la información que se recopila es obtenida por estudios clínicos de interés común donde se recolecta, selecciona, se evalúa y se resume toda la evidencia disponible, con el objetivo de responder la pregunta clínica (Moreno et al., 2018).

### **3.3 UNIDADES DE ANÁLISIS U OBJETOS DE ESTUDIO**

La unidad de análisis está compuesta por estudiantes que cursan carreras universitarias, sin importar el sexo, que presenten sintomatología ansiosa durante la pandemia, relacionado con las estrategias de afrontamiento en los países de México y Perú 2020 – 2022; en los que fueron seleccionados 2 de ellos debido a que cumplen con los criterios de inclusión, los cuales se distribuyen de la siguiente manera: México 50% (n=1) seguido de Perú 50% (n=1).

#### **3.3.1 Área de estudio**

La siguiente investigación se realiza basándose en artículos científicos y académicos de América Latina sobre la ansiedad en universitarios durante la pandemia relacionado con las estrategias de afrontamiento.

### 3.3.2 Fuentes de información

**Fuentes de información primaria:** Los artículos científicos y estudios clínicos se recolectan principalmente de las bases de datos Scielo, Pubmed y Redalyc.

**Fuentes de información secundarias:** Sitios web con definiciones específicas relacionadas a la ansiedad en universitarios durante la pandemia y las estrategias de afrontamiento.

### 3.3.3 Población

La población de los artículos seleccionados es de 1584.

### 3.3.4 Muestra

La muestra de los artículos que cumplen estrictamente con los criterios de inclusión y exclusión, son un grupo de personas seleccionadas con un total de 1687 participantes que se dividen por país de la siguiente manera; México abarca una población de 1290 voluntarios y en Perú con 397 estudiantes universitarios.

### 3.3.5 Criterios de inclusión y exclusión

Los criterios de inclusión y exclusión seleccionados para la investigación son los siguientes:

*Tabla N° 1. Criterios de inclusión y exclusión para las publicaciones científicas sobre la ansiedad durante la pandemia relacionado con las estrategias de afrontamiento, revisión sistemática en México - Perú, 2020 - 2022.*

CRITERIOS DE INCLUSIÓN	CRITERIOS DE EXCLUSIÓN
------------------------	------------------------

Investigaciones realizadas en un rango de tiempo entre el 2020 - 2022.	Artículos con análisis cualitativos.
Artículos de países como México - Perú.	Estudios enfocados al área de salud.
Artículos relacionados con la pandemia COVID-19.	Artículos que hablen de la ansiedad que no tengan relación con el COVID-19.
Investigaciones donde participen universitarios.	Investigaciones con contenido pediátrico.
Estudios en el idioma español e inglés.	
Artículos científicos de ansiedad relacionados con las estrategias de afrontamiento.	

Fuente elaboración propia, 2022

### **3.4 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN**

La recolección de los datos se divide en dos etapas, la primera se caracteriza por una lectura generalizada donde se aplican los criterios de inclusión y exclusión anteriormente mencionados con la herramienta de Google Forms, obteniéndose un total de 28 artículos, posteriormente se utiliza la Ficha de Lectura Crítica (FLC 3.0). Ambas fases buscan hacer un escrutinio de los

artículos y encontrar los adecuados para el desarrollo de la investigación, al finalizar se seleccionan 2 estudios idóneos.

### **3.5 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN**

La investigación es de carácter no experimental, debido a que se ejecuta mediante la observación y el análisis en un contexto natural, dicho de otra manera, no se manipulan las variables del estudio. Además, su diseño es transversal ya que se recopila información en un tiempo único y específico (Ramírez y Mejía, 2014).

La declaración PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic review and Meta-Analyses) tiene como propósito facilitar una herramienta a los investigadores, para mejorar la captación de la información y sirva como guía para evaluar las revisiones sistemáticas. Además, se puede indicar de manera clara y precisa el porqué de dicha revisión, que hicieron los autores y que encontraron, permitiendo alcanzar el objetivo de su estudio con mayor facilidad y aumentar la calidad (Page et al., 2021)

El método PRISMA se conforma por cinco fases; elaborar la pregunta de investigación, buscar la evidencia científica, evaluar los datos obtenidos, analizar los documentos y por último interpretar los resultados. A continuación, se detallan las etapas utilizadas en dicha investigación:

El primer paso consiste en identificar los cuatro componentes principales para establecer la pregunta clínica, utilizando la metodología PICO: paciente o problema de interés (P), intervención (I), comparación (C) y resultados (O).

**Figura N° 2.** Acrónimo pico para la pregunta clínica de investigación.

<b>P</b>	<b>I</b>	<b>c</b>	<b>O</b>
Paciente	Intervención	Comparación	Resultados
↓	↓	↓	↓
Universitarios	Estrategias de afrontamiento	N/A	Ansiedad en pandemia

Fuente elaboración propia, 2022.

El acrónimo anteriormente mencionado plantea la siguiente pregunta: ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento (I) que han implementado los universitarios (P) para disminuir la ansiedad (O) durante la pandemia del COVID-19 en México y Perú 2020 - 2022?

La segunda fase se realiza una búsqueda exhaustiva de los artículos científicos en el mes de noviembre del 2022, por medio de la biblioteca virtual en la página oficial de los descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS); anxiety, coronavirus infections, adaptation psychological, ansiedad, pandemia, estrategias de afrontamiento (*DeCS Server - List Terms*, s. f.), asimismo se utilizan los descriptores de Medical Subject Headings (MeSH) con las siguientes palabras; *anxiety psychology, COVID-19, SARS-CoV-2 infections, adaptation psychologic*; psicología de la ansiedad, Coronavirus, infección de SARS-CoV-2 con ayuda del booleano AND (*Centro Nacional de Información Biotecnológica*, s. f.).

Los descriptores anteriormente mencionados se colocan en las siguientes bases de datos: World Wide Science, EBSCO, PUBMED, Redalyc, Scielo con estudios científicos tanto en inglés como español arrojando un total de 1584 artículos. A continuación, se detallará de la siguiente manera:

*Figura N° 3. Relación entre los descriptores según los conceptos planteados.*

Concepto	Relación	Concepto
Ansiedad	en	Perú
Ansiedad	en	México
Ansiedad	relaciona con la	Pandemia
Personas	con síntomas de	Ansiedad
Estrategias de afrontamiento	implementadas en	COVID-19
Estrategias de afrontamiento	utilizadas en	Perú
Estrategias de afrontamiento	utilizadas en	México

Fuente elaboración propia, 2022

*Figura N° 4. Algoritmo de búsqueda.*



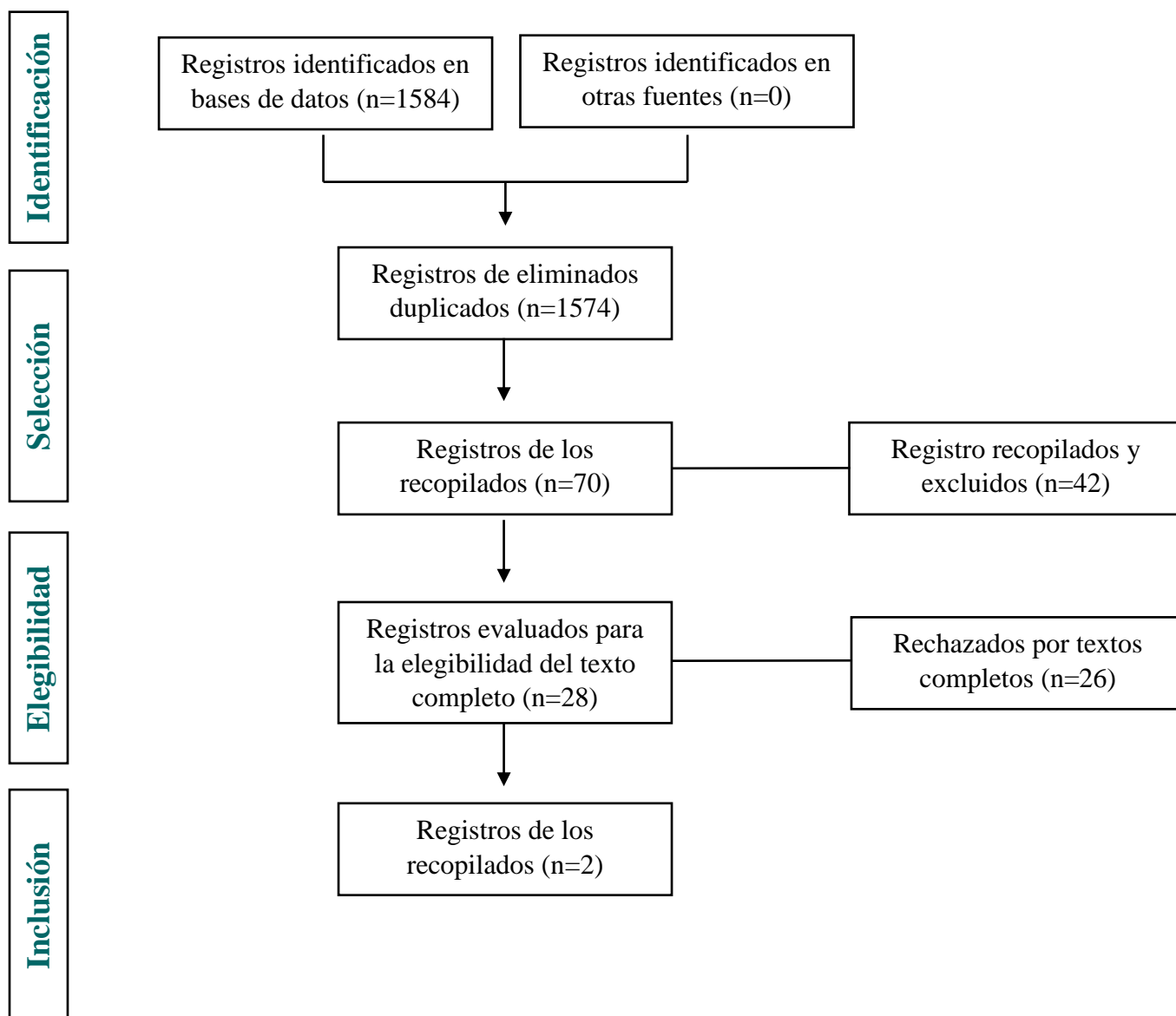
Fuente elaboración propia, 2022.

La siguiente fase es la tercera, donde se realiza una evaluación de los 1584 estudios seleccionados en la búsqueda de evidencia, donde primeramente se eliminan las investigaciones que están duplicadas, quedando un total de 1574 artículos. Posteriormente se hace una revisión de los títulos de cada artículo, donde se crean una supuesta lista de posibles elegidos, y solo 70 de ellos cumplen con un titular adecuado para la revisión sistemática.

Los estudios seleccionados se les realiza una lectura del resumen de cada uno de ellos, donde se delimita algunos criterios importantes para la elegibilidad, como lo es el tipo de estudio y la población, después del escrutinio, solo 28 son seleccionados. Posterior a esto se someten a una lectura generalizada y con la ayuda de la herramienta de criterios de inclusión y exclusión de Google Forms se determina que 26 no clasifican para ser tomados en cuenta y solo 2 contienen lo necesario para la investigación.

Los artículos finalmente seleccionados, en la fase cuatro del método PRISMA se someten a un análisis profundo, se utiliza una plataforma llamada ficha de lectura crítica (FLC 3.0), que permite clasificar y establecer la calidad de cada uno de los estudios, seguido de analizar cada artículo individualmente, la herramienta FLC arroja que solo 2 artículos cumplen todos los criterios que se establecieron para la revisión demostrando que son de una calidad media-alta, los cuales serán tomados en cuenta, seguidamente se realiza la interpretación de los resultados.

Figura N° 5. Diagrama de flujo prisma para la revisión sistemática.



Fuente: Elaboración propia

### 3.6 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Objetivo específico	Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Instrumento
Caracterizar a los universitarios según factores sociodemográficos con ansiedad durante la pandemia.	Sociodemográfico	<p><b>Social:</b> Alude a aquello vinculado a la sociedad, es el conjunto de individuos que viven en un mismo territorio y respetan normas en común. (Porto y Gardey, 2020.)</p> <p><b>Demográfico:</b> Se asocia a la demografía, que es el estudio de un grupo humano desde una perspectiva estadística, centrado en su evolución o en un periodo específico. (Porto y Gardey, 2020)</p>	Conjunto de características que permite recolectar información general de un grupo de personas, con el objetivo de evaluar la condición social y demográfica de una determinada población.	<p><b>Social</b></p> <p><b>Demográfico</b></p>	<p>Nivel académico.</p> <p>Edad.</p> <p>Lugar de residencia.</p>	Lista de cotejo



Objetivo específico	Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Instrumento
Identificar las estrategias de afrontamiento de los universitarios durante la pandemia.	Estrategias de afrontamiento	Las estrategias de afrontamiento se definen como la serie de acciones de los individuos que tienden a atenuar, detener, disminuir y anular los resultados de condiciones peligrosas (Insaurralde, 2022).	Es un método que la persona utiliza para resolver un problema personal o interpersonal, que ayuda a enfrentar las situaciones tanto internas como externas que puedan provocar conflicto, de tal manera, el individuo pueda reducir o minimizar los pensamientos negativos.	<b>Orientadas al problema.</b> <b>Orientadas a las emociones.</b> <b>Orientadas a la evitación.</b>	Cognitivo. Conductual. Emocional.	Lista de artículos científicos de estudiantes con estrategias de afrontamiento durante la pandemia.

### **3.7 PLAN PILOTO**

En el presente trabajo la investigadora recopila 28 artículos científicos, de los cuales se analizan con base a los criterios de inclusión y exclusión, con el objetivo de valorar si los estudios elegidos son idóneos para la revisión sistemática. Esta etapa se realiza por medio de Google Forms para que la información sea recolectada de una manera rigurosa (Ver anexo 1). Posteriormente, ingresada la información anterior de los artículos elegidos, se utiliza la Ficha de Lectura Crítica (FCL 3.0) con el fin de garantizar la calidad de los estudios. Ambas fases buscan hacer un escrutinio de los artículos elegidos (Ver anexo 2).

La herramienta de Google Forms se modifica debido a que la investigadora observa que los criterios de inclusión y exclusión son insuficientes para el debido análisis y la recolección de los artículos científicos, por lo que se procede a corregir la información únicamente en el apartado de los criterios, añadiendo nuevos criterios para que encajen de manera adecuada, con el objetivo de que el lector se le facilite lo expuesto en el trabajo de investigación (Ver anexo 3 y 4).

### **3.8 PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS.**

La recolección de los datos se lleva a cabo por medio de una lectura exhaustiva de los artículos relacionados al tema en estudio, posteriormente se utiliza la plataforma de Google Forms, que con el fin de seleccionar los artículos que serán sometidos a los criterios de inclusión y exclusión con el objetivo de que la recolección de datos sea mucho más efectiva, por consiguiente, ingresar los estudios a otra de la herramienta, Ficha de Lectura Crítica (FCL).

### **3.9 ORGANIZACIÓN DE LOS DATOS**

Los datos extraídos de los artículos científicos seleccionados se tabulan en archivos de Microsoft Excel y Office Word, con el fin de obtener un fácil acceso por parte de la investigadora.

### **3.10 ANALISIS DE DATOS**

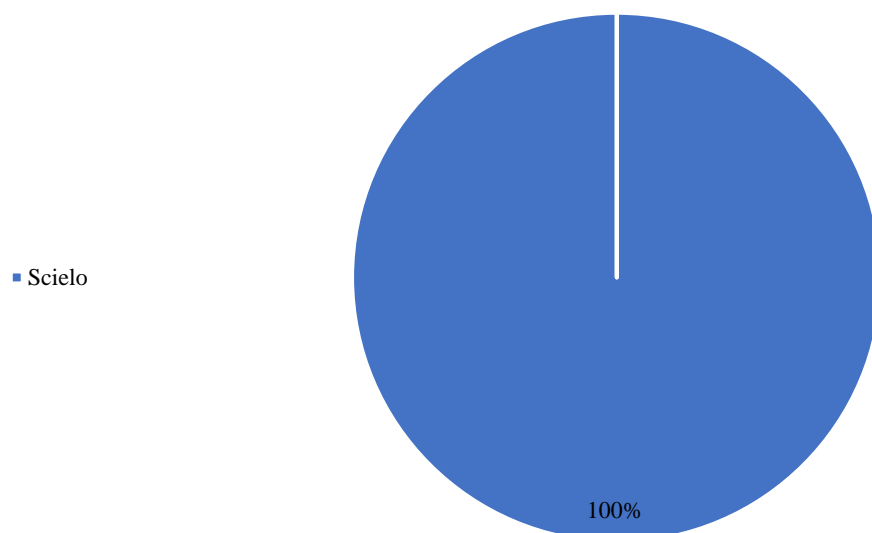
Los datos obtenidos son analizados con los objetivos específicos planteados en la investigación, la comparación de otros artículos, la teorizante de enfermería y el criterio de la investigadora; lo que permite llegar a conclusiones puntuales respecto a los aspectos sociodemográficos, la ansiedad en universitarios durante la pandemia relacionado con las estrategias de afrontamiento, revisión sistemática en los países de México y Perú.

**CAPÍTULO IV:**  
**PRESENTACIÓN DE RESULTADOS**

#### 4.1 Distribución de las poblaciones científicas

**Figura N° 6.** *Distribución porcentual del total de publicaciones científicas seleccionadas.*

*Revisión sistemática 2020-2022.*



Fuente elaboración propia, 2022.

La selección de las publicaciones científicas predomina en el uso de la Revista Scielo con un 100% (n=2).

#### 4.2 Características sociodemográficas en los pacientes con ansiedad durante la pandemia.

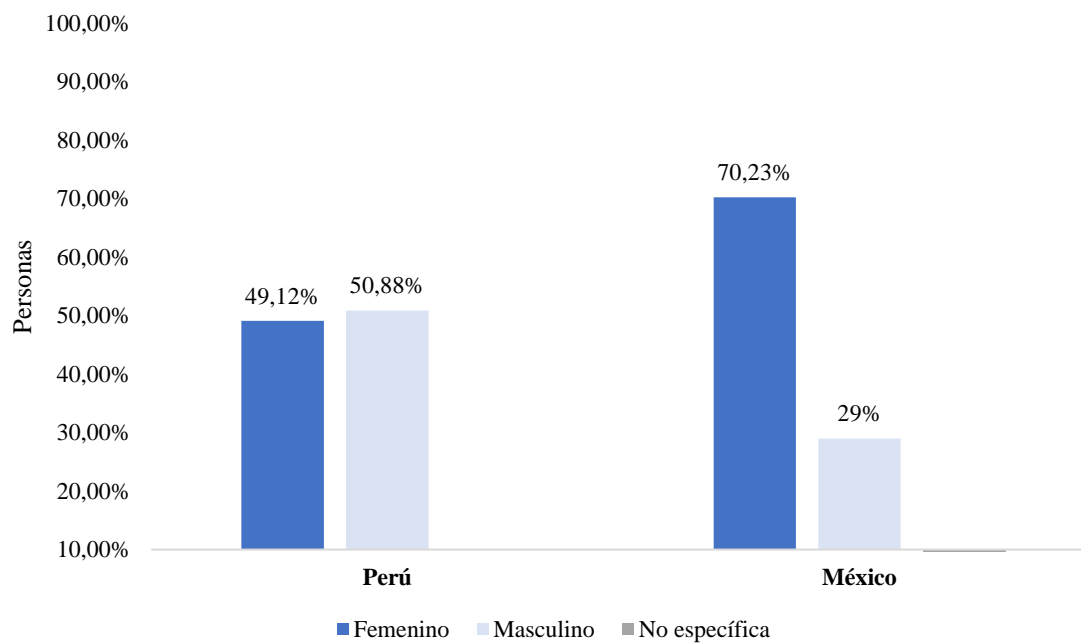
*Tabla N° 2. Distribución de los participantes según el lugar de residencia.  
Perú y México 2020 - 2022.*

<b>País</b>	<b>Personas</b>	
	<b>Absoluto</b>	<b>%</b>
Perú	397	23.53
México	1290	76.46
<b>TOTAL</b>	<b>1687</b>	<b>100</b>

Fuente elaboración propia, 2022.

La población que predomina se encuentra en el país de México con un 76.46% (n=1290) de los estudiantes sometidos al estudio.

**Figura N° 7.** *Distribución de los participantes según país y sexo. Perú y México 2020 – 2022.*



Fuente elaboración propia, 2022.

En la figura anterior distribuye a la población por sexo, donde se obtiene como resultado que las mujeres predominan en el país de México con 70,23% (n=906) encuestadas.

**Tabla N° 3. Distribución de la escolaridad en los participantes universitarios.  
Perú y México. 2020 – 2022.**

<b>Escolaridad</b>	<b>Perú</b>		<b>México</b>	
	<b>Absoluto</b>	<b>%</b>	<b>Absoluto</b>	<b>%</b>
Licenciatura	397	100	1087	84.2
Posgrado			203	15.8
<b>TOTAL</b>	<b>397</b>	<b>100</b>	<b>1290</b>	<b>100</b>

Fuente elaboración propia, 2022.

En la siguiente tabla evidencia la distribución según el nivel de escolaridad de los participantes, siendo que el 100% (n=397) de la población peruana y el 84.2 % (n=1087) de los mexicanos están cursando su licenciatura.

#### 4.2 Identificar las emociones y el nivel de ansiedad provocado durante el COVID-19 en los estudiantes universitarios.

*Tabla N° 4. Distribución de los participantes según el grado de ansiedad a consecuencia de la cuarentena en Perú.*

Nivel de Ansiedad	Perú	
	Absoluto	%
Mínimo	144	36.27
Leve	88	22.17
Moderado	82	20.65
Severo	83	20.91
<b>TOTAL</b>	<b>397</b>	<b>100</b>

Fuente elaboración propia, 2022.

Según los resultados obtenidos en la recolección de datos un 36.27% (n=144) de los participantes presentan un nivel de ansiedad mínimo, mientras que un 20.91% (n=20.91) de los peruanos presentan niveles severos de ansiedad.

**Tabla N° 5.** *Distribución del promedio de las emociones experimentadas durante la pandemia en los universitarios mexicanos.*

<b>Emociones</b>	<b>México</b>
Ansiedad	3,33
Frustración	3,21
Aburrimiento	3,00

\*Datos promediados según resultados de artículos. Fuente elaboración propia, 2022.

En la siguiente tabla, México reporta que en promedio las personas experimentan mayormente ansiedad con un 3,33.

### 4.3 Estrategias de afrontamiento utilizadas por los universitarios durante la pandemia.

**Tabla 6.** Distribución porcentual de las estrategias de afrontamiento utilizadas por los universitarios en Perú durante la pandemia COVID-19.

Estrategias	Perú	
	Nº	%
Reinterpretación positiva	259	65,24
Aceptación	202	50,88
Solución del problema	166	41,81

Fuente elaboración propia, 2022

La estrategia más utilizada por los estudiantes universitarios en el país de Perú es reinterpretación positiva con un 65.24% (n=259).

**Tabla 7.** *Distribución por promedio de las estrategias de afrontamiento utilizadas por los universitarios en México durante la pandemia COVID-19.*

<b>Estrategias</b>	<b>México</b>
	$\bar{X}$
Reevaluación positiva	3,70
Evitación	3,35
Focalización en solución del problema.	3,21

\*Datos promediados según resultados de artículos. Fuente elaboración propia, 2022.

La estrategia más utilizada por los estudiantes universitarios en el país de México es reinterpretación positiva con un promedio de 3,70.

## **CAPÍTULO V:**

# **DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS**

## 5.1 DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

El siguiente apartado presenta un análisis e interpretación de los resultados obtenidos, se realiza basándose en la triangulación metodológica; analizar los datos relacionando las variables con otros artículos científicos y la teorizante de enfermería. Esta revisión sistemática busca relacionar, la ansiedad provocada por pandemia en los estudiantes universitarios y las estrategias de afrontamiento con el modelo de sistemas de Betty Newman, de acuerdo con la información relevante recolectada de distintos estudios.

La variable sociodemográfica logra caracterizar a los universitarios de la presente investigación según; lugar de residencia, sexo y nivel académico. Es importante recalcar que la mayor parte de la población reside en México, esto se debe a que la muestra mexicana predomina a diferencia a la población de Perú, para el año 2021 el Banco Mundial, (2021) evidencia que la población total en México es aproximadamente de 126 705 138 mientras que en Perú existen 33 715 471 habitantes evidenciando que la población mexicana es significativamente mayor.

La participación de los encuestados en este estudio en cuanto al sexo se concentra mayormente en la población mexicana femenina, afirmando que las mujeres son las más afectadas en su estudio, quienes son las que manifiestan mayor disgusto en las respuestas. Una investigación realizada en Ecuador por Brito et al. (2022) tiene como resultado un total del 65% de las mujeres en su artículo, estos hallazgos coinciden que el interés relacionado al tema de la ansiedad se inclina más por las féminas, no obstante, el estudio resalta que ambos géneros se ven afectados.

Los resultados en Perú de la presente investigación indican que los encuestados de su estudio predomina levemente el género masculino, lo que recalca que los hombres tienen una mayor regulación emocional, mientras que el género opuesto, han presentado ciertas dificultades para

adaptarse a la nueva realidad, a pesar de que los porcentajes son similares, la afecciones siempre recaen más en el sexo femenino.

Otro estudio realizado por Ramos. (2014) explica por qué al parecer las mujeres son más vulnerables en cuanto salud mental se trata, esto se debe a varios factores sociales; ya sea porque se dedican a las labores del hogar, tienen el papel de cuidadoras, están más expuestas a ser violentadas, etcétera, sin embargo, los hombres también se han visto afectados, Ramos señala que la población masculina se les dificulta buscar ayuda cuando presentan malestar emocional y prefieren no expresarlo, a consecuencia de esto, tienden a esconderse detrás de las adicciones y factores de riesgo, lo que conlleva que los resultados de los estudios se puedan ver alterados.

Según en el estudio Chacón et al. (2021) menciona que la Organización Mundial de la Salud (OMS), afirma que las mujeres son más propensas a sufrir trastornos de ansiedad, según los datos recolectados indican que es un 7.7% más frecuente en la población femenina que en los hombres que representan un 3.6%, es decir, casi la mitad de su sexo opuesto. Esto respalda lo que se encuentra en la presente investigación y el aporte de los otros autores

La distribución académica demuestra que la mayor parte de la población tanto en Perú como para México, están cursando la licenciatura, es decir, están iniciando la etapa universitaria o se encuentran en pleno proceso, a consecuencia de la pandemia, muchos de los estudiantes tienen que aplazar sus proyectos por la interrupción abrupta de las clases, no se logran acoplar a la virtualidad o bien no tienen los recursos adecuados para continuar con el proceso académico, generando incertidumbre a la población estudiantil.

La situación anterior coincide con un estudio realizado por Edelman et al. (2021) en estudiantes de la Universidad de Costa Rica (UCR), afirma que según la población encuestada, el impacto

de la pandemia a nivel académico, refleja que un 46% redujo su carga académica por las clases impartidas a distancia, causando rezago entre los estudiantes, debido a que no todos tienen las mismas oportunidades, el 20% de los universitarios se ven forzados a congelar materias o abandonar las clases causándoles ansiedad ante el futuro incierto, es una situación totalmente externa a ellos que evidentemente los estudiantes no pueden controlar.

Los resultados muestran coherencia debido a que el estudio que realiza Zúñiga. (2011) sobre Betty Neuman menciona que, las personas constantemente realizan intercambios de energía con su entorno y que algunos factores que generan gran impacto pueden causar un desequilibrio. Al cambiar los hábitos cotidianos como la presencialidad en las universidades a lo virtual, la preparación de los profesores para las actividades académicas mediante el uso de la tecnología, los recursos académicos de los estudiantes, el aislamiento social, entre otras, se ven afectados por factores externos como lo es el virus del COVID-19, causando aumento de los niveles de ansiedad en los universitarios, situación que interfiere en el desarrollo adecuado del sistema que Neuman tanto recalca en su teoría.

La ansiedad según Chacón et al. (2021) es una emoción habitual que se experimenta en situaciones en las que el individuo se siente amenazado por riesgos, tanto internos como externos, se caracteriza por el miedo excesivo, ataques de pánico y evitación de amenazas, al ser recurrentes estos síntomas pueden llegar a afectar el desempeño de las personas a nivel mental, emocional y físico.

La población estudiantil es uno de los muchos sectores que se han visto seriamente afectadas por la pandemia del Coronavirus Castillo et al. (2021), esto por el hecho de ser una población que presenta antecedentes de estrés académico y al experimentar una situación donde se ven obligados a enfrentar nuevos retos, durante la preparación académica de manera permanente,

surgen emociones negativas, convirtiéndose en una ola de preocupaciones, desarrollando un sentimiento de total rechazo al aprendizaje, causando ansiedad ante la amenaza del fracaso

El presente estudio interpreta los grados de ansiedad a consecuencia de la pandemia Covid-19 en una escala de índices de severidad en Perú. Los niveles mínimos o casi inexistentes de ansiedad en los universitarios peruanos son de un 36.27%, los estudiantes que presentan ansiedad leve es un 22.17%, seguido de los estudiantes que manifiestan presentar síntomas de ansiedad severa con un 20.91% y finalmente un 20.65% lo estudiantes reportan niveles de ansiedad moderada.

Chung et al. (2021) realiza un estudio en Bolivia en una muestra de estudiantes de la salud, indicando que el 48.37% de los estudiantes presentan ansiedad leve, el 20.18% presentan ansiedad moderada, 11.87% grave y un 19.58% ansiedad muy grave durante la contingencia sanitaria. Los análisis indican que hay similitud con los resultados de la presente investigación, es decir, más del 50% de la población manifiesta algún tipo de ansiedad, que influye en la calidad de vida en la población bajo estudio.

Los encuestados reportan el estado emocional que experimentan los universitarios durante el confinamiento; ansiedad, frustración y aburrimiento en México, son algunas de las principales emociones reportadas por los estudiantes mexicanos, quienes mencionan que constantemente experimentan pensamientos negativos desde que inició el aislamiento obligatorio y las clases virtuales, esto se debe a la carga académica, su falta de interés en el aprendizaje, el bajo rendimiento en los exámenes y el mal desempeño de las tareas son algunas de las consecuencias que provoca esta situación.

Los resultados obtenidos por Edelman et al. (2021) coinciden con un estudio realizado en Costa Rica, señala que un 95% presentan ansiedad, frustración y sentimientos de inseguridad, donde afirma que la población universitaria tienen una afectación psicosocial preocupante, esto se debe a los porcentajes tan altos que reportan las personas encuestadas.

Edelman et al. (2021) sugiere intervenir de manera urgente por parte de las autoridades de salud, con el objetivo de prevenir y facilitar ciertas herramientas que los estudiantes puedan aplicar para que logren enfrentar la situación actual. Esto es relevante con la teorizante de Betty Neuman, ya que, ella recalca en su teoría de modelos la importancia de prevenir los factores estresantes que influyen de manera negativa a la salud.

Neuman propone el uso de las intervenciones, ya sean antes o después de que se hayan penetrado las líneas de defensa, es decir, iniciar con el proceso una vez que se sospecha la existencia de un elemento estresor o este ya haya sido confirmado, con el propósito de que el cliente consiga su estabilidad mental lo antes posible.

Los estudios logran identificar las estrategias de afrontamiento que los estudiantes universitarios de la presente investigación utilizan para disminuir la sintomatología ansiosa, durante la pandemia del COVID-19, son intervenciones que los sujetos han implementado para mantener un equilibrio en su bienestar psicológico, sin embargo, no todas son estrategias que utilizan ayudan de manera positiva para disminuir las manifestaciones provocadas por la psicopatología.

Los resultados muestran los elementos comunes y la manera en que los universitarios que sufren de ansiedad le hacen frente a la situación, en México utilizan la reevaluación positiva, la evitación y focalización del problema, respectivamente, mientras que en Perú emplean las estrategias de reinterpretación positiva, aceptación y solución del problema, son las estrategias

empleadas por los estudiantes, que indican una disminución en su estado ansioso lo que ayuda a controlar su entorno en medio de la pandemia, por otra parte, las estrategias utilizadas con menor frecuencias son las conductas inadecuadas.

En base a los resultados obtenidos, Narváez et al., (2021) demuestra que estos hallazgos concuerdan con el artículo realizado por Harvey, demostrando que los alumnos emplean las mismas estrategias identificadas en el presente estudio, esto quiere decir que, la reevaluación positiva es la estrategia de afrontamiento que predomina en los estudiantes universitarios. Por consiguiente, evitación y solución del problema son las estrategias más utilizadas respectivamente, adicional se identifican las estrategias menos empleadas que son la búsqueda de apoyo emocional y espera.

Castillo et al. (2021) menciona en su artículo, que la razón por la que los universitarios emplean mayormente esta estrategia durante la pandemia de COVID-19, es porque influyen de manera positiva en relación del bienestar psicológico de las personas involucradas, es decir, al aceptar la situación que están viviendo se observa que los estudiantes lo toman como una oportunidad de crecimiento personal a partir de la situación expuesta, lo cual contribuye a un mejor manejo de las circunstancias causadas por la crisis mundial.

Beck. (2013) menciona que esta estrategia le da sentido al momento de que la persona modifica la situación que le provoca estrés, por medio de la reevaluación. Al revalorizar una amenaza, las emociones que se generan al momento de estar en una situación estresante pueden cambiar, lo que la ansiedad inicial en las personas disminuye. Esto evidencia porque los estudiantes que utilizan esta estrategia tienen mejores resultados.

La pregunta es clara ¿Cómo es la relación de la ansiedad con las estrategias de afrontamiento según los resultados obtenidos? los autores de esta revisión sistemática establecen una relación positiva entre las dos variables, se logra determinar que los niveles de ansiedad están significativamente relacionados con las intervenciones psicológicas tales como, la reevaluación positiva y solución del problema con la disminución de la ansiedad.

La investigación indica que estas personas tienen la capacidad de recurrir a estrategias racionales, que favorecen su adaptación ante la situación y el mejoramiento de su bienestar emocional. Por lo que se podría inferir que, entre mayor uso de las estrategias correctas de afrontamiento, experimentan mayor bienestar psicológico, por lo que se concluye que cuentan con habilidades para la regulación de las emociones.

Los resultados obtenidos en esta investigación son coherentes con lo propuesto por Casari et al. (2014) que menciona que, en los últimos estudios enfocados a dicho tema, las intervenciones se asocian con el objetivo de logro, es decir, hay una mayor relación con la reevaluación positiva; por lo que se confirma que existe una relación entre ambas variables del estudio, dicho esto, se puede sostener que los universitarios que han presentado sintomatología ansiosa han logrado contrarrestar de manera positiva, al emplear dichas estrategias de afrontamiento.

El estudio realizado por Shrestha. (2016) recolecta información de una muestra de personas con Trastorno de Ansiedad Generalizada, donde los resultados demuestran que las personas que presentan niveles elevados de ansiedad, existe una relación positiva con las estrategias de aceptación pasiva y las estrategias centradas a las emociones. Estos resultados coinciden con los resultados de la presente revisión sistemática.

Andreo et al. (2020) realiza un estudio donde escogen dos muestras de participantes, una población diagnosticada con un trastorno de ansiedad y la otra una población sin diagnosticar, en los resultados revelan que las personas con trastornos de ansiedad emplean las estrategias relacionas a enfrentar el problema, la búsqueda de apoyo emocional, expresión de emociones y la reevaluación del evento estresor. Se concluye que, entre mayor uso de las estrategias de afrontamiento adaptativas, los niveles de ansiedad van a ser bajos.

Otro estudio realizado por Pozzi et al. (2015) sostiene lo dicho por esta investigación, ya que el autor afirma que existe una relación negativa entre la ansiedad y las estrategias de afrontamiento, obtiene una muestra de pacientes diagnosticados con trastorno de ansiedad, en el cual se establece que existe una relación negativa con la psicopatología y la estrategia de evitación, lo que concluyen que estas estrategias no son eficaces para la disminución de la ansiedad.

La teoría general de sistemas según menciona como la salud es considerada el eje de estabilidad del bienestar del individuo, Zúñiga. (2011) se puede observar su relación con el tema abordado, ya que Neuman menciona que cuando existe una afectación de dicho equilibrio provoca enfermedad. Lo que expone que las personas deben adquirir acciones cuando hay presencia de un factor estresor, promoviendo adaptaciones necesarias para mantener el balance.

Enfermería juega un papel muy importante, ya que, Neuman cuentas con las intervenciones que los profesionales en el área de la salud deben adquirir, con el objetivo de ayudar al cliente a mantener un bienestar emocional óptimo por medio de herramientas que ayudan a que las estrategias correctas puedan disminuir los niveles de ansiedad causados por la pandemia.

**CAPÍTULO VI**  
**CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

## 6.1 CONCLUSIONES

La presente revisión sistemática logra determinar que la ansiedad tiene una relación significativa con las estrategias de afrontamiento utilizadas por los universitarios que manifiestan sintomatología ansiosa durante la pandemia del COVID-19, esto así lo demuestra los resultados que se obtienen en las investigaciones tanto para México, como para Perú en el periodo de tiempo del 2020 – 2022.

El aspecto sociodemográfico está compuesto por una población total de 1687 universitarios, la mayor parte de la población del estudio predomina en México, según el sexo, el grupo femenino es el que sobre sale en esta investigación. Con respecto a estos resultados, se logra concluir que las mujeres son el grupo más vulnerable que puede llegar a presentar algún tipo de trastorno de la ansiedad, esto se debe a susceptibilidad relacionado a factores sociales y biológicos a los que se encuentra expuesta.

Los estudiantes a nivel académico, tienen la universidad incompleta, lo que conlleva a frenar el proceso académico para algunos estudiantes, debido a que no se logran acoplar a lo virtual, otros no tienen los recursos necesarios para recibir las clases en línea, la carga académica es muy pesada, el aislamiento y el miedo al contagio son factores que interfieren en dicho proceso, por lo que se logra determinar que los estudiantes presentan ansiedad al fracaso por no poder continuar con sus estudios.

Esta investigación obtiene el nivel de ansiedad de los participantes, en este sentido se puede determinar según los resultados obtenidos de los universitarios encuestados, que más del 50% de la población presenta algún tipo de manifestación ansiosa, por otra parte, las emociones

negativas que predominan en los estudiantes son la ansiedad, frustración y aburrimiento, siendo estas las causantes del bajo desempeño y su falta de interés en los estudios.

El presente estudio identifica las estrategias de afrontamiento con mayor y menor frecuencia que emplean los estudiantes universitarios, por lo que se determina que existe mayor afinidad con la reevaluación positiva y la solución del problema por sobre la evitación y las conductas inadecuadas, esto es debido a que son estrategias positivas que logran disminuir los síntomas de ansiedad, lo que ayuda a los estudiantes a tener un mejor desempeño a la nueva realidad virtual.

El estudio confirma que las estrategias de afrontamiento que contribuyen con la disminución de la ansiedad en los universitarios son las estrategias centradas a las emociones y las centradas a la solución de los problemas, las cuales son el resultado positivo en el bienestar psicológico de la población bajo estudio, por consiguiente, las intervenciones centradas a la evitación tienen una relación negativa con las manifestaciones ansiosas.

## 6.2 RECOMENDACIONES

Los profesionales de enfermería:

- Intervenir de manera oportuna aquellas personas que están teniendo problemas desde un punto de vista físico, psicológico, emocional y social, de acuerdo con las acciones que Neuman hace mención en su teoría de sistemas.
- Brindar educación sobre la importancia de la salud mental, trastornos mentales, signos y síntomas.
- Facilitar un enfoque interdisciplinario a los usuarios con el fin de fomentar un autocuidado emocional por medio de un afrontamiento adecuado.
- Brindar escucha activa a los usuarios de forma preventiva para que no se desarrolle a futuro.
- Crear un ambiente donde facilite al sistema cliente a identificar sus puntos fuertes y sus capacidades para brindar un mejor abordaje de parte del personal de salud.

Profesionales de enfermería enfocados en la investigación:

- Realizar estudios cualitativos acerca de la ansiedad y las estrategias de afrontamiento, que permitan a otros investigadores a profundizar y entender a la población afectada.
- Realizar estudios cuantitativos acerca de la ansiedad y las estrategias de afrontamiento que brinden resultados concretos de un antes, durante y después del estudio.
- Evaluar las estrategias de afrontamiento en relación con la disminución de la ansiedad.
- Identificar las estrategias de afrontamientos en personas diagnosticadas con ansiedad y las personas que no están diagnosticadas, con el propósito de diferenciar las estrategias reales para ambos grupos.
- Elaborar estudios futuros sobre el tema en diferentes poblaciones y grupos etarios.

- Realizar investigaciones longitudinales, en las personas con ansiedad, para poder conocer si las estrategias son realmente efectivas y no solo son momentáneas.

Personas que están presentando síntomas de ansiedad.

- Indagar sobre el uso de técnicas de relajación.
- Realizar ejercicio físico regularmente.
- Buscar técnicas de respiración.
- Identificar una red de apoyo que facilite la expresión de las emociones (familia-amigos-profesionales).
- Mantenerse activo y con una mente positiva.
- Utilizar aromaterapia.
- Escribir los pensamientos y sentimiento en una hoja de papel.
- Practicar mindfulness o la meditación guía.
- Escuchar música relajante.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Accinelli, R. A., Zhang Xu, C. M., Ju Wang, J.-D., Yachachin-Chávez, J. M., Cáceres-Pizarro, J. A., Tafur-Bances, K. B., Flores-Tejada, R. G., y Paiva-Andrade, A. del C. (2020). Covid-19: La pandemia por el nuevo virus Sars-Cov-2. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37, 302-311.  
<https://doi.org/10.17843/rpmesp.2020.372.5411>
- Andreo, A., Hilario, P. S., y Rivadeneira, F. J. O. (2020). Ansiedad y estrategias de afrontamiento. *European Journal of Health Research*, 213-225.
- Beck, A. T. Desclée De Brouwer., Carballo, M. M., Estudillo, C. P., Meraz, L. L., Parrazal, L. B., y Valle, C. M. (2013). *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad* 2019. Trastornos de ansiedad: Revisión bibliográfica de la perspectiva actual. *eNeurobiología*, 10(24), 2.
- Casari, L. M., Anglada, J., y Daher, C. (2014). Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología*, 32(2), 243-269.
- Castillo, I. B., Elías, P. M. P., Camilo, A. L. M., y Sánchez-Vincitore, L. V. (2021). Estrategias de Afrontamiento: Efectos en el bienestar psicológico de universitarios durante la pandemia del Covid-19. *Ciencia y Sociedad*, 46(4), 31-48.
- Castillo Riquelme, V., Cabezas Maureira, N., Vera Navarro, C., Toledo Puente, C., Castillo Riquelme, V., Cabezas Maureira, N., Vera Navarro, C., y Toledo Puente, C. (2021). Ansiedad al aprendizaje en línea: Relación con actitud, género, entorno y salud mental en universitarios. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 15(1).  
<https://doi.org/10.19083/ridu.2021.1284>

- Centro Nacional de Información Biotecnológica.* (s. f.). Recuperado 28 de noviembre de 2022, de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/>
- Chacón, E., Xatruch de la Cera, D., Fernandez, M., y Murillo, R. (2021). *Generalidades sobre el trastorno de la Ansiedad.* Editorial Nacional de Salud y Seguridad Social (binasss).
- Chung, S. A., Rebollo, A., Quiroga, A., Paes, I., y Yáñez, J. A. (2021). Factores de riesgo de ansiedad en estudiantes de Bolivia durante la pandemia de la Covid-19. *Revista Cubana de Farmacia*, 54(4), Article 4.  
<https://revfarmacia.sld.cu/index.php/far/article/view/703>
- Comparación de país: México / Perú.* (s. f.). DatosMundial.com. Recuperado 25 de marzo de 2023, de <https://www.datosmundial.com/comparacion-pais.php?country1=MEX&country2=PER>
- DeCS Server—List Terms.* (s. f.). Recuperado 28 de noviembre de 2022, de <https://decs2020.bvsalud.org/cgi-bin/wxis1660.exe/decsserver/>
- Definición de sociodemográfico—Definicion.de.* (s. f.). Definición.de. Recuperado 26 de diciembre de 2022, de <https://definicion.de/sociodemografico/>
- Edelman, M. G. R., Valverde-Hernández, M. E., y Ballesteros, A. D. (2021). Consecuencias de la Pandemia Covid-19 en la permanencia de la población estudiantil universitaria. *Actualidades Investigativas en Educación*, 21(3), Article 3.  
<https://doi.org/10.15517/aie.v21i3.46423>
- Flores, S., y Anselmo, F. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: Consensos y disensos. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 13(1), 102-122. <https://doi.org/10.19083/ridu.2019.644>

- Gómez-Restrepo, C., Tamayo Martínez, N., Bohórquez, A., Rondón, M., Medina Rico, M., Rengifo, H., y Bautisa, N. (2016). Trastornos depresivos y de ansiedad y factores asociados en la población adulta colombiana, Encuesta Nacional de Salud Mental 2015. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 45, 58-67.  
<https://doi.org/10.1016/j.rcp.2016.04.009>
- Hernández Rodríguez, J., y Hernández Rodríguez, J. (2020). Impacto de la Covid-19 sobre la salud mental de las personas. *Medicentro Electrónica*, 24(3), 578-594.
- Herrero Jaén, S. (2016). Formalización del concepto de salud a través de la lógica: Impacto del lenguaje formal en las ciencias de la salud. *Ene*, 10(2), 0-0.
- Insaurralde, L. M. (2022). Estrategias de afrontamiento, vías de protección del bienestar en tiempos de pandemia. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara*, 7(0), Article 0. <https://doi.org/10.32351/rca.v7.307>
- Izurieta-Brito, D., Poveda-Ríos, S., Naranjo-Hidalgo, T., Moreno-Montero, E., Izurieta-Brito, D., Poveda-Ríos, S., Naranjo-Hidalgo, T., y Moreno-Montero, E. (2022). Trastorno de ansiedad generalizada y estrés académico en estudiantes universitarios ecuatorianos durante la pandemia Covid-19. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 85(2), 86-94.  
<https://doi.org/10.20453/rmp.v85i2.4226>
- Jauregui, P., Herrero-Fernández, D., y Estévez, A. (2016). Estructura Factorial Del «Inventario De Estrategias De Afrontamiento» Y Su Relación Con La Regulación Emocional, Ansiedad y Depresión. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 24(2), 319-340.
- De la Fuente, y Heinze, G. (2017). *Salud Mental y Medicina Psicológica*, 3e (3ed ed.). McGraw-Hill Interamericana Editores, S. A.

- Ledermann-Dehnhardt, W., y Ledermann-Dehnhardt, W. (2021). Definiendo la cuarentena. *Revista chilena de infectología*, 38(4), 583-583. <https://doi.org/10.4067/S0716-10182021000400583>
- Macías, M. A., Orozco, C. M., Amarís, M. V., y Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 123-145.
- Miranda, B. C., Gorbea, M. B., Roche, R. G., Pérez, P. V., Sánchez, M. H., y Sagel, K. A. (2016). Síntomas referidos de depresión y ansiedad en la población de Cuba. *Revista Cubana de Higiene y Epidemiología*, 54(2), Article 2.
- Moreno, B., Muñoz, M., Cuellar, J., Domancic, S., Villanueva, J., Moreno, B., Muñoz, M., Cuellar, J., Domancic, S., y Villanueva, J. (2018). Revisiones Sistemáticas: Definición y nociones básicas. *Revista clínica de periodoncia, implantología y rehabilitación oral*, 11(3), 184-186. <https://doi.org/10.4067/S0719-01072018000300184>
- Muñoz, C. O., Restrepo, D., y Cardona, D. (2016). Construcción del concepto de salud mental positiva: Revisión sistemática. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 39, 166-173.
- Narváez, J. H., Obando-Guerrero, L. M., Hernández-Ordoñez, K. M., Cruz-Gordon, E. K. D. la, Narváez, J. H., Obando-Guerrero, L. M., Hernández-Ordoñez, K. M., y Cruz-Gordon, E. K. D. la. (2021). Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la Covid-19 en universitarios. *Universidad y Salud*, 23(3), 207-216. <https://doi.org/10.22267/rus.212303.234>
- Novoa Ramírez, E., y Mejía Mejía, E. (2014). *Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa y redacción de la tesis (4a. Ed.)*. Ediciones de la U. <https://elibro.net/es/ereader/ulatinacr/70230?page=326>

- Orozco, W. N., y Baldares, M. J. V. (2012). Trastornos de ansiedad: Revisión dirigida para atención primaria. *Revista Médica de Costa Rica y Centroamérica*, 69(604), 497-507.
- Oxté-Méndez, A. B., González-Losa, M. del R., Puerto-Zavala, M. E., y Conde-Ferrández, L. (2022). Fatiga pandémica: Una mirada a los efectos sobre la salud mental durante la pandemia Covid-19. *Revista Salud y Bienestar social [ISSN: 2448-7767]*, 6(2), Article 2.
- Ozamiz-Etxebarria, N., Dosil-Santamaria, M., Picaza-Gorrochategui, M., y Idoiaga-Mondragon, N. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cadernos de Saúde Pública*, 36, e00054020. <https://doi.org/10.1590/0102-311x00054020>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Alonso-Fernández, S. (2021). Declaración prisma 2020: Una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas. *Revista Española de Cardiología*, 74(9), 790-799. <https://doi.org/10.1016/j.recesp.2021.06.016>
- Palomera-Chávez, A., Herrero, M., Carrasco Tápías, N. E., Juárez-Rodríguez, P., Barrales Díaz, C. R., Hernández-Rivas, M. I., Llantá Abreu, M. del C., Lorenzana Montenegro, L., Meda-Lara, R. M., Moreno-Jiménez, B., Palomera-Chávez, A., Herrero, M., Carrasco Tápías, N. E., Juárez-Rodríguez, P., Barrales Díaz, C. R., Hernández-Rivas, M. I., Llantá Abreu, M. del C., Lorenzana Montenegro, L., Meda-Lara, R. M., y Moreno-Jiménez, B. (2021). Impacto psicológico de la pandemia Covid-19 en cinco

- países de Latinoamérica. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 53, 83-93.  
<https://doi.org/10.14349/rlp.2021.v53.10>
- Pozzi, G., Frustaci, A., Tedeschi, D., Solaroli, S., Grandinetti, P., Di Nicola, M., & Janiri, L. (2015). Coping strategies in a sample of anxiety patients: Factorial analysis and associations with psychopathology. *Brain and Behavior*, 5(8), e00351.  
<https://doi.org/10.1002/brb3.351>
- Ramos-Lira, L. (2014). ¿Por qué hablar de género y salud mental? *Salud mental*, 37(4), 275-281.
- Rodríguez de Behrends, M., & Brenlla, M. E. (2015). Adaptación para Buenos Aires de la Escala de Intolerancia a la Incertidumbre. *Interdisciplinaria*, 32(2), 261-274.
- Shrestha, R. (2016). Stressful life events and coping strategies among patients with generalized anxiety disorders. *Journal of Institute of Medicine*.  
<https://www.semanticscholar.org/paper/Stressful-life-events-and-coping-strategies-among-Shrestha/de830e21413aa9f3d832ff6a6afebaea710581f0>
- Tausch, A., e Souza, R. O., Viciano, C. M., Cayetano, C., Barbosa, J., & Hennis, A. J. (2022). Strengthening mental health responses to Covid-19 in the Americas: A health policy analysis and recommendations. *The Lancet Regional Health - Americas*, 5, 100118.  
<https://doi.org/10.1016/j.lana.2021.100118>
- Uribe-Cano, J. M. (2013). El concepto de salud y enfermedad: Una reflexión filosófica. *CES Medicina*, 27(2), 255-260.
- Urzúa M, A., y Caqueo-Úrizar, A. (2012). Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto. *Terapia psicológica*, 30(1), 61-71. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082012000100006>
- Zuñiga, J. S. (2011). *Modelos y teorías en enfermería 7ed medilibros*. 797.

## **ANEXOS**

## Anexos 1: Herramienta de Google Forms.

Preguntas Respuestas **28** Configuración



**HERRAMIENTA PARA LOS CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN**

*Primera etapa de selección*

Se basa en una lectura generalizada donde se aplican los criterios de inclusión y exclusión en cada uno de los artículos seleccionados.

## Anexos 2: Ficha de Lectura Crítica.

### Listado de fichas creadas

Mostrar fichas de:

Tema	Tipo de ficha	Referencia	Creador	Compartida	Finalizada	
Ansiedad por aislamiento	Cohortes	(Del Carpio Delgado et al., 2021)	Alexa Venegas Carrillo		02/02/2023	<a href="#">abrir</a>
Efectos emocionales	Cohortes	(Gaeta González et al., 2021)	Alexa Venegas Carrillo		02/02/2023	<a href="#">abrir</a>

### Anexo 3: Plan Piloto

CRITERIOS DE INCLUSIÓN	CRITERIOS DE EXCLUSIÓN
<p>Investigaciones realizadas en un rango de tiempo entre el 2019 - 2022.</p> <p>Artículos de países como México - Perú.</p> <p>Artículos relacionados con la pandemia COVID-19.</p> <p>Artículos científicos que participen hombres y mujeres de 17 años en adelante.</p>	<p>Artículos con análisis cualitativos.</p> <p>Artículos que hablen de la ansiedad que no tengan relación con el COVID-19.</p> <p>Estudios que no cumplan con los países seleccionados.</p>

## Anexo 4: Plan Piloto

CRITERIOS DE INCLUSIÓN	CRITERIOS DE EXCLUSIÓN
<p>Investigaciones realizadas en un rango de tiempo entre el 2020 - 2022.</p> <p>Artículos de países como México - Perú.</p> <p>Artículos relacionados con la pandemia COVID-19.</p> <p>Investigaciones donde participen universitarios.</p> <p>Estudios en el idioma español e inglés.</p> <p>Artículos científicos de ansiedad relacionados con las estrategias de afrontamiento.</p>	<p>Artículos con análisis cualitativos.</p> <p>Estudios enfocados al área de salud.</p> <p>Artículos que hablen de la ansiedad que no tengan relación con el COVID-19.</p> <p>Investigaciones con contenido pediátrico.</p>

## Anexo 5: Solicitud cambio de tema.



### SOLICITUD CAMBIO DE TEMA REQUISITO DE GRADUACIÓN: TESINA O TESIS

\_\_\_\_\_ Alexa Eugenia Venegas Carrillo \_\_\_\_\_, estudiante de la carrera de \_\_\_\_\_ Enfermería \_\_\_\_\_, cédula de identidad: \_\_\_\_\_ 1-1619-0246 \_\_\_\_\_, solicito autorización a la Dirección de la Carrera de: \_\_\_\_\_ Enfermería \_\_\_\_\_, para realizar modificaciones al tema de mi tesis: Ansiedad en pacientes durante la pandemia relacionado con estrategias de afrontamiento. Revisión sistemática México - Perú 2020-2022, por las siguientes razones:  
Agregué una población en específico.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

El nuevo tema sería: Ansiedad en universitarios durante la pandemia relacionado con estrategias de afrontamiento. Revisión Sistemática México - Perú 2020-2022.

.....

#### PARA USO EXCLUSIVO DEL DIRECTOR DE CARRERA

Una vez analizada la solicitud del estudiante, se proceda a:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Firma Director (a)

Dado en Aranjuez, a los 01 días del mes de marzo,  
de 2023.

## Anexo 6: Carta del tutor.

### CARTA DEL TUTOR

San José, 27 marzo, 2023

**Máster Vanessa Aguilar**  
**Carrera Enfermería**  
**Universidad Hispanoamericana**

Estimada señora:

La estudiante **ALEXA EUGENIA VENEGAS CARRILLO** me ha presentado el trabajo de investigación denominado **"ANSIEDAD EN UNIVERSITARIOS DURANTE LA PANDEMIA RELACIONADO CON LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO. REVISIÓN SISTEMÁTICA.MÉXICO-PERÚ 2020-2022"** el cual ha elaborado para optar por el grado académico de Licenciatura en Enfermería.


En mi calidad de tutora, he verificado que se han hecho correcciones indicadas durante el proceso de tutoría y he evaluado los aspectos relativos a la elaboración del problema, objetivos, justificación, antecedentes, marco teórico, marco metodológico, resultados, análisis de datos; conclusiones y recomendaciones.

De los resultados obtenidos la postulante obtiene la siguiente calificación:

a)	ORIGINAL DEL TEMA	10%	8
b)	CUMPLIMIENTO DE ENTREGA DE AVANCES	20%	20
c)	COHERENCIA ENTRE LOS OBJETIVOS, LOS INSTRUMENTOS APLICADOS Y LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACION	30%	30
d)	RELEVANCIA DE LAS CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	20%	20
e)	CALIDAD, DETALLE DEL MARCO TEORICO	20%	20
	TOTAL	100%	98

En virtud de la calificación obtenida, se avala el traslado al proceso de lectura.

Atentamente,

  
**IRLEANNY**  
**PATRICIA**  
**SOLERA PORRAS**  
**(FIRMA)**

Firmado digitalmente  
 por IRLEANNY PATRICIA  
 SOLERA PORRAS  
 (FIRMA)  
 Fecha: 2023.03.27  
 14:26:15 -0500'

**M.S.c Irleanny Solera Porras**  
**Cédula identidad 1-1412-0968**  
**Carné Colegio Profesional 12175**

## Anexo 7: Carta del lector

### CARTA DEL LECTOR

San José, 08 de junio de 2023

*Máster Vanessa Aguilar Zeledón*  
*Carrera Enfermería*  
*Universidad Hispanoamericana*

Estimada señora:

La estudiante ALEXA EUGENIA VENEGAS CARRILLO, cédula de identidad número 1-1619-0246, me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de investigación denominado: "ANSIEDAD EN UNIVERSITARIOS DURANTE LA PANDEMIA RELACIONADO CON LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO. REVISIÓN SISTEMÁTICA MÉXICO-PERÚ 2020-2022". El cual ha elaborado para optar por el grado académico de Licenciatura en Enfermería.

En mi calidad de lectora, he verificado que se han hecho las correcciones indicadas durante el proceso de lectura y he evaluado los aspectos relativos a la elaboración del problema, objetivos, justificación; antecedentes, marco teórico, marco metodológico, tabulación, análisis de datos; conclusiones y recomendaciones.

De los resultados obtenidos por el postulante, se obtiene la siguiente calificación:

a)	ORIGINAL DEL TEMA	10%	9%
b)	CUMPLIMIENTO DE ENTREGA DE AVANCES	20%	20%
c)	COHERENCIA ENTRE LOS OBJETIVOS, LOS INSTRUMENTOS APLICADOS Y LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACION	30%	24%
d)	RELEVANCIA DE LAS CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	20%	17%
e)	CALIDAD, DETALLE DEL MARCO TEORICO	20%	17%
	TOTAL		<b>87</b>

En virtud de la calificación obtenida, se avala el traslado al proceso de defensa.

Atentamente,



**MSc. Maricruz Pérez Retana**  
**Cédula identidad 1-1262-0892**  
**Carné Colegio Profesional E-8704**

**Anexo N°8: Carta de autorización del autor para la publicación del TFG**

**UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA  
CENTRO DE INFORMACION TECNOLOGICO (CENIT)  
CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA LA CONSULTA, LA  
REPRODUCCION PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA  
DE LOS TRABAJOS FINALES DE GRADUACION**

San José, Costa Rica.

Señores:

Universidad Hispanoamericana  
Centro de Información Tecnológico (CENIT)

Estimados Señores:

El suscrito (a) Alexa Eugenia Venegas Carrillo con número de identificación 1 11619 0246 autor (a) del trabajo de graduación titulado "Ansiedad en universitarios durante la pandemia relacionado con las estrategias de afrontamiento. Revisión Sistemática. México – Perú 2020-2022", presentado y aprobado en el año 2023 como requisito para optar por el título de Licenciatura de Enfermería (SI) autorizo al Centro de Información Tecnológico (CENIT) para que, con fines académicos, muestre a la comunidad universitaria la producción intelectual contenida en este documento.

De conformidad con lo establecido en la Ley sobre Derechos de Autor y Derechos Conexos N° 6683, Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica.

Cordialmente,



1 1619 0246

Firma y Documento de Identidad

## Anexo N°9: Declaración jurada

### DECLARACIÓN JURADA

Yo Alexa Eugenia Venegas Carrillo, mayor de edad, portador de la cédula de identidad número 1 1619 0246 egresado de la carrera de Enfermería de la Universidad Hispanoamericana, hago constar por medio de éste acto y debidamente apercebido y entendido de las penas y consecuencias con las que se castiga en el Código Penal el delito de perjurio, ante quienes se constituyen en el Tribunal Examinador de mi trabajo de tesis para optar por el título de Licenciatura en Enfermería, juro solemnemente que mi trabajo de investigación titulado: "Ansiedad en universitarios durante la pandemia relacionados con las estrategias de afrontamiento. Revisión Sistemática México – Perú, 2020 – 2022", es una obra original que ha respetado todo lo preceptuado por las Leyes Penales, así como la Ley de Derecho de Autor y Derecho Conexos número 6883 del 14 de octubre de 1982 y sus reformas, publicada en la Gaceta número 226 del 25 de noviembre de 1982; incluyendo el numeral 70 de dicha ley que advierte; artículo 70. Es permitido citar a un autor, transcribiendo los pasajes pertinentes siempre que éstos no sean tantos y seguidos, que puedan considerarse como una producción simulada y sustancial, que redunde en perjuicio del autor de la obra original. Asimismo, quedo advertido que la Universidad se reserva el derecho de protocolizar este documento ante Notario Público.

En fe de lo anterior, firmo en la ciudad de San José, a los 21 días del mes de agosto del año dos mil veintitrés.



Firma del estudiante

Cédula: 1 1619 0246

## **Anexo N° 10: Agradecimiento**

En primer lugar, les agradezco a mis padres que siempre me han brindado su apoyo incondicional en este proceso. Principalmente a mi madre, que, con su amor incondicional, siempre me impulsó a continuar y cumplir mis sueños, sin importar los obstáculos que se me presentaban en el camino, quien me acompañó y estuvo a mi lado en los días y noches de estudio.

Hoy que concluyo este proceso, le dedico a mis papás este logro, como una meta que realizamos en conjunto, ya que, gracias a ellos pude concluir mi carrera con éxito. Estoy muy feliz y agradecida con el Universo por permitirme compartir esta etapa tan importante de mi vida con ustedes. Gracias infinitas por siempre creer en mí.

Por otra parte, agradecerles a mis hermanos que también fueron una pieza importante en este proceso, ya que siempre se mantenían en contacto conmigo brindándome apoyo incondicional y esas palabras de aliento que muchas veces me sirvieron para poder continuar, siempre estaré agradecida con ellos por confiar en mi potencial.

A mi tutora MS.c Irleanny Solera Porras por la paciencia y constancia que tuvo conmigo, su guía y sus consejos siempre fueron de gran utilidad, gracias por ese aporte profesional que tanto la caracteriza. También le agradezco por el apoyo constante y brindarme esas palabras de aliento cuando estuve en mis momentos más agotadores y confusos de mi trabajo.

Y finalmente a mis amigos, compañeros y profesores, agradecerles por acompañarme en este viaje y por el apoyo constante a lo largo de esta formación.