



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN-MANAGUA

**FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA  
UNAN – FAREM – MATAGALPA**

**MONOGRAFÍA DE INVESTIGACIÓN  
PARA OPTAR AL TÍTULO DE LICENCIADOS EN TRABAJO SOCIAL**

**TEMA:**

**VIVENCIAS SOBRE LOS DAÑOS PRODUCIDOS POR LA ANSIEDAD EN LOS  
ESTUDIANTES DE V AÑO DE LA CARRERA DE TRABAJO SOCIAL DE LA  
UNAN-FAREM- MATAGALPA, SEGUNDO SEMESTRE 2022.**

**AUTORES:**

**Br. FERNANDA CRISTINA MARTÍNEZ ANDINO.**

**Br. JOVELSY GRACIELA MOLINA CASTRO.**

**Br. JAIME IVÁN RIVERA ZELEDÓN.**

**TUTORA:**

**M Sc. EVELYN JANETH KUAN TORRES**

**DICIEMBRE, 2022**





UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN-MANAGUA

**FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA  
UNAN – FAREM – MATAGALPA**

**MONOGRAFÍA DE INVESTIGACIÓN  
PARA OPTAR AL TÍTULO DE LICENCIADOS EN TRABAJO SOCIAL**

**TEMA:**

**VIVENCIAS SOBRE LOS DAÑOS PRODUCIDOS POR LA ANSIEDAD EN LOS  
ESTUDIANTES DE V AÑO DE LA CARRERA DE TRABAJO SOCIAL DE LA  
UNAN-FAREM- MATAGALPA, SEGUNDO SEMESTRE 2022.**

**AUTORES:**

**Br. FERNANDA CRISTINA MARTÍNEZ ANDINO.**

**Br. JOVELSY GRACIELA MOLINA CASTRO.**

**Br. JAIME IVÁN RIVERA ZELEDÓN.**

**TUTORA:**

**M Sc. EVELYN JANETH KUAN TORRES**

**DICIEMBRE, 2022**

**TÍTULO:**

**VIVENCIAS SOBRE LOS DAÑOS PRODUCIDOS POR LA ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE V AÑO DE LA CARRERA DE TRABAJO SOCIAL DE LA UNAN-FAREM- MATAGALPA, SEGUNDO SEMESTRE 2022.**



## **DEDICATORIA**

A Dios, por haberme permitido llegar hasta este punto y haberme dado salud, por ser el manantial de vida y darme lo necesario para seguir adelante día a día para lograr mis objetivos, además de su infinita bondad y amor.

A mi madre, Otilia del Carmen Molina y a mi abuela Celestina Molina Torrez, por haberme apoyado en todo momento, por sus consejos, sus valores, motivación constante que me han permitido ser una persona de bien.

A mis amigos; Fernanda Cristina Martínez Andino e Iván Rivera, con quienes compartimos la misma profesión, muy buenos momentos y aprendizajes continuos, así mismo, apoyo, confianza y consejos los cuales fueron de gran ayuda para mantenernos unidos en todo el transcurso de la carrera.

A mis maestros; Evelyn Kuan y Analy Castillo por su gran apoyo y motivación para la culminación de nuestros estudios profesionales, por su apoyo ofrecido en este trabajo, por haberme transmitido los conocimientos obtenidos y haberme llevado paso a paso en el aprendizaje.

**Jovelsy Graciela Molina Castro**

Dedico primeramente a mi Ser Supremo y creador de vida: Dios, por haberme dado la vida terrenal y brindado las capacidades necesarias para la formación y culminación de mi carrera profesional; así mismo, por la salud, la energía y la sabiduría brindada durante el transcurso de todo este tiempo.

Seguidamente quiero dedicar de manera muy especial a quienes me engendraron y me educaron en valores durante toda mi vida como lo han sido mi padre: Cándido Rafael Martínez Orozco y mi madre: María Esther Andino Blandón, en ellos he encontrado el pilar fundamental para lograr mis objetivos educativos propuestos, siendo el apoyo incondicional de manera física, mental y emocional durante el transcurso de los cinco años de mi carrera profesional y durante toda mi vida.

Asimismo, dedico el trabajo realizado a mis dos compañeros de clases, amigos y colegas: Jovelsy Graciela Molina Castro y Jaime Iván Rivera Zeledón, los cuales han sido clave para la realización del mismo, siendo personas con grandes cualidades como lo son la responsabilidad, dedicación y el compromiso que tuvieron durante todo su desempeño a lo largo de esta carrera profesional.

Finalmente, dedico este trabajo investigativo a nuestra docente Evelyn Kuan, quien ha sido nuestra guía y tutora a lo largo de la realización de este trabajo monográfico y de la cual he compartido grandes experiencias, aprendizajes significativos, buenos momentos en mi carrera y otros espacios de amplios conocimientos para mi formación como persona.

**Fernanda Cristina Martínez Andino.**

Dedico este gran logro primeramente a Dios, por haberme dado la sabiduría, la salud y las fuerzas para superar todos los obstáculos que se me han presentado en el camino.

A mis madres Evelia Rivera, Elyn Rivera y María Nuncia Zeledón, quienes me han formado una ardua labor cultivando en mí, sentimientos de superación, a mi hermano Yadiel Pineda, a mis sobrinas Daniella, Alessia y Danieth, mis primos Raúl, Elim y Wilfredo a quienes quiero como a mis hermanos, a mis tías y tíos, mi cuñada Angela Pérez y demás seres queridos, todos ellos han formado parte de este largo proceso y han sido motivo de inspiración para seguir adelante con mis estudios.

A mis amigos; Iris González, Erika Araújo, Jenny García, Rosa Argentina, Fernanda Martínez, Graciela Molina, Allison Almendarez, Sandra Delgado, Lucimar Blandón y Kevin Moreno con quienes compartimos la misma profesión de corazón por un mundo mejor y además una bella amistad de igual forma dedico este trabajo a mis amigos Ivana Corea, Meriones González, Jasson Hernández, Daniela Martínez, Fernando Araújo, Ernesto Ortez, Noryelis López, Freylin Moreno, Alejandra Castillo y demás seres queridos de mi corazón a quienes aprecio.

A mis maestros; Evelyn Kuan, Janett Rizo Maradiaga, Analy Castillo, Cyntia Rodríguez y Jaime Benavidez, que además de ser nuestros facilitadores han sido grandes amigos dándome apoyo y mostrando su disposición para compartir sus conocimientos, darme la mejor enseñanza y lecciones que me para las luchas venideras.

**Jaime Iván Rivera Zeledón**



## **AGRADECIMIENTO**

A Dios, el que me ha dado fortaleza, sabiduría y una madre que con su apoyo y amor incondicional guio mi vida durante el transcurso de este largo camino.

A mi abuela, mis hermanos y hermanas por siempre estar para mí en los momentos más difíciles en el camino de mi carrera, dándome palabras de aliento cuando las necesitaba.

A mis compañeros de monografía los que han estado presente en todo este traspcurso. Fernanda Cristina Martínez Andino e Iván Rivera Zeledón, a g mis colegas con los que compartí los cinco años de la carrera los cuales dejan un bello recuerdo en mi vida.

A la coordinadora de la carrera, la profesora Analy Castillo por sus consejos que sin duda me han sido de gran ayuda en los momentos que los he puesto en práctica.

También a mi mejor amigo Humberto Narváez que ya no está conmigo, pero fue quien me inspiro a estudiar esta hermosa carrera.

**Jovelsy Graciela Molina Castro**

Al Ser Supremo por brindarme la vida, el interés, las ganas de superación y el poder salir adelante, a Él que ha sido el formador de mi vida y el dador de mis capacidades físicas, mentales, emocionales, Él quien da sentido a mi vivir, existencia y por ende todo lo que puedo realizar en esta tierra.

Así mismo, quiero dar infinitas gracias a mis progenitores como lo son mi padre: Cándido Rafael Martínez Orozco y mi madre: María Esther Andino Blandón que han sido los formadores de la persona que soy hoy en día, quienes me han guiado por este camino y los que me han llevado en este proceso educativo durante los cinco años de mi carrera profesional.

Agradezco a mis amigos, colegas y compañeros de clase: Jovelsy Graciela Molina Castro y Jaime Iván Rivera Zeledón quienes han sido un gran apoyo en todo el transcurso de la realización de este trabajo monográfico y a lo largo del proceso de mi carrera universitaria.

Y finalmente quiero agradecer a la docente Evelyn Kuan quien ha sido la tutora y guía del presente trabajo, así como la autora clave de mi formación profesional.

**Fernanda Cristina Martínez Andino.**

A Dios por darme la fuerza y voluntad para no rendirme y cumplir mi meta de culminar uno de los logros más grandes de mi vida, mi formación profesional como Licenciado en Trabajo Social, porque nunca me ha abandonado y siempre me acompaña en cada paso que doy y agradezco a la Sagrada Familia de Nazareth por custodiar mi mente.

A las tres mujeres que han sido mis madres, a mi hermano, sobrinas y primos, por apoyarme en todo momento, emocional y económicamente, por haberme inculcado valores únicos y forjado como la persona que soy actualmente, muchos de mis logros se los debo a ustedes, a todos ustedes gracias.

A la universidad, que me permitió la inserción al mundo académico y profesional como a la vez todas las oportunidades que me ha brindado para potenciar mis conocimientos, a mi amiga y tutora Iris González por compartirme sus conocimientos y compañerismo.

Agradezco también a mi asesora de monografía MSc: Evelyn Kuan, por haberme brindado la oportunidad de recurrir a sus capacidades y conocimientos científicos, así como también el haberme tenido toda la paciencia del mundo para guiarme durante todo el desarrollo de la monografía.

Y para finalizar, agradezco a mis amigos y también a mis compañeros de clases que durante todos los niveles de la universidad compartieron conmigo valores de compañerismo, amistad y apoyo moral.

**Jaime Iván Rivera Zeledón**



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN-MANAGUA

**FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA**

**UNAN – FAREM – MATAGALPA**

**CARTA AVAL DE LA TUTORA**

El presente trabajo monográfico “**VIVENCIAS SOBRE LOS DAÑOS PRODUCIDOS POR LA ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE V AÑO DE LA CARRERA DE TRABAJO SOCIAL DE LA UNAN-FAREM- MATAGALPA, SEGUNDO SEMESTRE 2022**”, presentado por los egresados,

**Br. FERNANDA CRISTINA MARTÍNEZ ANDINO.**

**Carné No. 17602151**

**Br. JOVELSY GRACIELA MOLINA CASTRO.**

**Carné No. 18600457**

**Br. JAIME IVÁN RIVERA ZELEDÓN.**

**Carné No. 16064350**

cumple con todos los requisitos establecidos en el Reglamento vigente de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, UNAN-Managua, y con las metodologías y estructura requeridas para ser presentado ante el honorable Comité Académico Evaluador para optar al título de Licenciados en Trabajo Social.

Los referidos autores del trabajo de investigación, durante la tutoría demostraron mucha dedicación, constancia y compromiso, desarrollando habilidades investigativas y de trabajo en equipo que fortalecieron conocimientos de la carrera de Trabajo Social.

**MSc. Evelyn Kuan Torres**

**Tutora**

**UNAN-FAREM Matagalpa**

## RESUMEN

La presente investigación aborda las vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social de la UNAN-FAREM Matagalpa II semestre 2022. El proceso metodológico se enmarcó en el tipo de paradigma, interpretativo con enfoque cualitativo, guiado por un diseño fenomenológico, además, el tipo de estudio por su profundidad, es de carácter descriptivo, de corte transversal, de 25 estudiantes, tomando 3 de estos como muestra seleccionados bajo criterios de inclusión que forman parte de V año de la carrera de Trabajo Social. Los instrumentos utilizados para la recolección de información fueron la entrevista estructurada, guía de observación focalizada, ficha de caracterización socioeconómica y análisis de matriz documental. Entre los principales hallazgos se describen que las experiencias vividas sobre los daños producidos por la ansiedad están vinculados con situaciones de tristeza, cuadros de depresión, nerviosismos constantes al momento de presentarse ante ciertos acontecimientos, frustración y bajo rendimiento en el área laboral y/o universitaria, suscitados a raíz de la separación de sus padres, conflictos familiares, acosos escolares, exposiciones al público sin consentimiento, que traducen en heridas emocionales y desgaste emocional.

**Palabras Claves:** Ansiedad, vivencias, Trabajo Social, nivel socioeconómico, nerviosismo.

# ÍNDICE

RESUMEN .....	13
ÍNDICE.....	14
CAPÍTULO I.....	16
1.1. INTRODUCCIÓN .....	16
1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	17
1.3. JUSTIFICACIÓN.....	18
1.4. OBJETIVOS.....	19
1.4.1. <i>Objetivo general</i> .....	19
1.4.2. <i>Objetivos específicos</i> .....	19
CAPÍTULO II .....	20
2.1. MARCO REFERENCIAL .....	20
a. ANTECEDENTES.....	20
Nivel internacional.....	20
Nivel nacional.....	21
Nivel local .....	23
b. MARCO EPISTEMOLÓGICO .....	24
c. MARCO CONTEXTUAL .....	28
d. MARCO LEGAL.....	29
e. MARCO TEÓRICO .....	29
e.1 <i>Introducción</i> .....	29
e.1.1. <i>Definición</i> .....	30
e.1.2. <i>Tipos</i> .....	31
e.2 <i>Afectaciones físicas</i> .....	36
e.2.1 <i>Síntomas</i> .....	36
e.2.2 <i>Dolor de cuerpo</i> .....	37
e.2.3 <i>Taquicardia</i> .....	37
e.2.4 <i>Desgaste mental</i> .....	38
e.1.3. <i>Falta de aire</i> .....	38
e.3 <i>Factores de riesgo</i> .....	39
e.3.1 <i>Traumas</i> .....	39
e.3.2 <i>Estrés</i> .....	39
e.3.3 <i>Personalidad</i> .....	40
e.3.4 <i>Drogas</i> .....	41
e.3.5 <i>Características sociodemográficas</i> .....	41
e.4 <i>Afectaciones emocionales</i> .....	43
e.4.1 <i>Aislamiento</i> .....	43

e.4.2 Depresión .....	43
e.4.3 Nervios .....	44
e.4.4 Abuso de sustancias alucinógenas.....	44
e.1.4. Depresión en los estudiantes universitarios .....	45
e.5 <i>Afectaciones sociales</i> .....	46
e.5.1 Entorno académico.....	46
e.5.2 Entorno familiar.....	46
e.5.3 Entorno de amistades.....	47
e.6 <i>Afectaciones económicas</i> .....	48
e.6.1 Consultas médicas .....	48
e.6.2 Compra de fármacos.....	49
e.7 <i>Redes de apoyo</i> .....	49
e.7.1 Espiritual .....	49
e.7.2 Psicológica.....	50
e.7.3 Familia y amistades.....	51
2.2. PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN.....	52
CAPÍTULO III.....	53
3.1. DISEÑO METODOLÓGICO.....	53
3.2. <i>Tipo de paradigma</i> .....	53
3.3. <i>Tipo de enfoque:</i> .....	53
3.4. <i>Diseño de investigación:</i> .....	53
3.5. <i>Tipo de estudio por su profundidad: Descriptivo</i> .....	54
3.6. <i>Población y muestra:</i> .....	54
3.7. <i>Métodos</i> .....	54
3.7.1. Método teórico.....	54
3.8.2. Método empírico .....	56
3.8. <i>Procesamiento de la información:</i> .....	58
3.9. <i>Validación de Instrumentos:</i> .....	58
CAPÍTULO IV .....	60
4.1. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS.....	60
<i>Caracterizar el nivel social, económico y educativo de los estudiantes.</i> .....	60
<i>Describir las vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los estudiantes</i> .....	63
CAPÍTULO V .....	97
5.1. CONCLUSIONES .....	97
5.2. RECOMENDACIONES .....	98
5.3. BIBLIOGRAFÍA .....	99
ANEXOS.....	

# CAPÍTULO I

## 1.1. INTRODUCCIÓN

En la presente investigación se abordan las vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social de la UNAN-FAREM-Matagalpa. Segundo semestre 2022.

En dicho trabajo investigativo, se desarrollaron las vivencias que conlleva un individuo con ansiedad, causas, consecuencias, trastornos, afectaciones físicas, mentales, factores de riesgo, afectaciones emocionales, sociales, así como la respuesta a la forma de manifestación en distintos ambientes. Por ende, esta problemática restringe el desarrollo pleno e íntegro del entorno tanto personal como social, afectando logren ser futuros seres humanos capaces desenvolverse en un espacio saludable tanto físico, mental, emocional y psicológico, que les permita ser capaces de la resolución de problemas propios, sociales o colectivos.

En el estudio, se incluye el nivel socioeconómico de los investigados, vinculados con las vivencias de los daños producidos por la ansiedad; para ello se utilizaron diferentes instrumentos investigativos que permitieron conocer su forma de vida en cuanto al nivel económico, social, personal y sobre todo el área emocional de los jóvenes que experimentan dicha problemática.

El propósito de la investigación recoge cómo la ansiedad llega a perjudicar un ser humano a temprana edad, limitando a disfrutar de cada momento de vida, por ende, evita el progreso personal necesario en cada etapa un individuo sano físicamente y psíquicamente.

El presente documento contiene los siguientes aspectos: introducción, planteamiento del problema, justificación, objetivos, marco referencial, marco epistemológico, marco contextual, marco legal, marco teórico, preguntas de investigación, diseño metodológico, análisis y discusión de resultados, conclusiones, recomendaciones, bibliografía y anexos.



## 1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

**Causas:** Los estudiantes universitarios muestran una mayor tasa de ansiedad, debido a las nuevas exigencias y competitividad que las universidades exigen, de igual manera la crisis económica puede conllevar a cambios significativos en las actividades cotidianas de los estudiantes como lo sería la separación del núcleo familiar y el aumento de responsabilidades, tales situaciones en el ámbito universitario pueden tener un impacto negativo en la salud mental y favorecer a la aparición de ansiedad, sin embargo, no siempre se presta la debida atención a la salud mental de los estudiantes, debido a que se consideran un segmento poblacional relativamente sano en comparación con la población en general, pero estos no solo se enfrentan al bombardeo de información académica, sino al de los medios de comunicación, a las exigencias sociales, sus expectativas de vida y metas a largos plazos, así como el anhelo de una vida económicamente estable y la obtención de un buen rendimiento académico.

**Síntomas:** La vida universitaria pone a pruebas las distintas habilidades y competencias que poseen los estudiantes durante largos períodos. Tiempo en el cual se ven sometidos continuamente a una gran carga de exigencia académica como por ejemplo trabajos, pruebas y exámenes, así como también lidiar con problemas económicos y familiares, la adaptación a un nuevo ambiente social. Por lo cual todo esto los vuelve más susceptibles a sufrir problemas emocionales como lo son estrés, ansiedad y depresión.

**Pronóstico:** De no involucrarse e intervenir en esta situación se incrementaría el porcentaje de estudiantes con daños producidos por cuadros psico-emocionales, que tendría como resultado un bajo rendimiento académico, la deserción de sus estudios, fármaco dependencia y/o automedicación e intentos de suicidio. Por tanto, se corrobora la importancia de plantear la siguiente pregunta de investigación:

**¿Cuáles son las vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social de la UNAN-FAREM Matagalpa, segundo semestre 2022?**

### 1.3. JUSTIFICACIÓN

La presente investigación se realizó con el objetivo de dar a conocer las vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social de la UNAN-FAREM-Matagalpa, por tanto, se describieron las vivencias físicas y psicológicas que experimentan los mismos, determinando la forma de manifestación y efectos que la ansiedad produce a nivel físico-emocional y además se caracterizó el grado de afectación a nivel social, emocional y psicológico que experimenta dicho estudiantado.

Por lo anterior, es necesario el desarrollo de la temática abordada, dado que, los altos niveles de ansiedad reducen la eficiencia en el aprendizaje, disminuyendo la atención, concentración y retención, siendo esto un gran consecuente para el deterioro en el rendimiento académico del futuro profesional. De igual forma, dicha patología afecta tanto a nivel familiar, social como emocional siendo este un desencadenante para problemáticas a un mayor nivel personal.

Es por ello, que dicha exploración tiene un impacto social en la población joven a la cual se presentó, puesto que abordando una temática innovadora podrán conocer, identificar, descubrir y por ende prevenir tales situaciones para que estas no se presenten en altos niveles, reconociendo así dichas situaciones y de qué manera pueden mejorar logrando una solución factible.

A la vez, el presente documento es de gran beneficio para los estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social, esperando que este apartado sea de apoyo y conocimiento para la problemática presentada en alguna situación que derive esta temática, así mismo, será de utilidad para los investigadores ya que permitirá un conocimiento amplio y desarrollo vivencial de la problemática abordada, aportando una experiencia enriquecedora para un buen crecimiento profesional.

## **1.4. OBJETIVOS**

### **1.4.1. Objetivo general**

- ✚ Comprender las vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social de la UNAN-FAREM Matagalpa, segundo semestre 2022.

### **1.4.2. Objetivos específicos**

1. Caracterizar el nivel social, económico y educativo de los estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social de la UNAN-FAREM-Matagalpa, segundo semestre 2022.
2. Describir las vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social de la UNAN-FAREM-Matagalpa, segundo semestre 2022.

## CAPÍTULO II

### 2.1. MARCO REFERENCIAL

#### a. ANTECEDENTES

##### Nivel internacional

En Granada, España, Zubeidat (2005), realizó un estudio titulado: “Evaluación de las características de la ansiedad social específica y generalizada en jóvenes” cuyo objetivo principal es establecer diferencias y semejanzas entre jóvenes con ansiedad social específica y ansiedad social generalizada en relación a variables demográficas, de competencias e índices clínicos, de igual manera esta investigación empírica basada en la experimentación y/o la observación; logró establecer diferencias y semejanzas respecto a variables demográficas, competencias e índices clínicos entre jóvenes con ansiedad social específica y generalizada, jóvenes con otros trastornos psicopatológicos y jóvenes sin patologías.

Entre las principales conclusiones se destacan factores prevalentes relacionados a la fobia social, donde se mencionan otros trastornos de ansiedad, como lo son trastornos de estado de ánimo, abuso de sustancias, trastorno de personalidad por evitación, el trastorno obsesivo-compulsivo de la personalidad y trastorno esquizofreniforme. De igual manera se obtuvieron resultados que indicaron la existencia de diferencias significativas entre los dos grupos de jóvenes con ansiedad social específica y generalizada, en los índices relacionados con la ansiedad y evitación asociadas a situaciones de realización social, aunque no se obtuvieron diferencias significativas entre ellos respecto a variables sociodemográficas y determinadas competencias psicosociales.

Se considera que esta tesis doctoral, aporta al presente trabajo, la relevancia de estudiar el miedo y la ansiedad social ocurridos dentro de las relaciones interpersonales de los estudiantes en su ambiente escolar.

En Madrid, España se efectúa un estudio de una muestra de alumnos en la facultad de educación titulado: **“Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la Facultad de Educación”** siendo el principal objetivo manifestar la necesidad de investigar el ámbito de prevención de la ansiedad (Martínez & Pérez, 2014).

Dentro de los hallazgos más trascendentales de esta investigación descriptiva, se encuentran en los valores medios de las puntuaciones directas en ansiedad-estado y en ansiedad-rasgo, los cuales son más altos en las mujeres que en los varones.

En concordancia con lo planteado por los autores, se considera oportuno puntualizar que las mujeres son más propensas a desarrollar trastornos de ansiedad que los varones y de igual forma pone de manifiesto la necesidad de investigar en el ámbito de la prevención de la ansiedad.

### **Nivel nacional**

En Managua, Acevedo, Membreño & Morales (2014), realizaron un trabajo monográfico titulado “Prevalencia de trastornos psiquiátricos en estudiantes de 1 a V año de la facultad de ciencias médicas de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua “UNAN-Managua”, en el primer semestre 2012” cuyo objetivo principal, fue establecer la prevalencia de trastornos psiquiátricos en los estudiantes de I a V año de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, realizada en el primer semestre del año 2012.

En el estudio se plantea conocer sus antecedentes familiares y personales y relacionarlos con la prevalencia de trastornos psiquiátricos; dentro del cual uno de sus objetivos específicos es encontrar la prevalencia de trastornos depresivos, riesgo de suicidio, trastornos de ansiedad, trastornos psicóticos, trastornos alimenticios, trastornos de la personalidad, trastornos obsesivo compulsivo, episodios maníacos en los estudiantes de la Facultad De Ciencias Médicas de la UNAN Managua, diagnosticados mediante la Entrevista Neuropsiquiátrica Internacional “MINI”.

El estudio descriptivo, de corte transversal, con una muestra representativa de 197 estudiantes, los cuales fueron seleccionados aleatoriamente de los grupos de I a V año de la carrera de medicina y cada estudiante al azar.

La recolección de datos se realizó mediante el llenado de un cuestionario que constaba de dos partes, la primera sobre datos sociodemográficos, antecedentes familiares y personales y la segunda parte que consiste en la Mini Entrevista Neuropsiquiátrica Internacional (MINI), entrevista diagnóstica estructurada que explora los principales trastornos psiquiátricos del Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM IV-TR) y la Clasificación de los trastornos mentales y del comportamiento (CIE-10), Cuyos descubrimientos significativos dentro de los trastornos de mayor prevalencia fueron: El Episodio Depresivo Mayor Actual con un 23.4%, seguido del episodio Hipomaniaco con un 22.8%, riesgo de Suicida 13.7% y Ansiedad con el 14.7%. Siendo este último el trastorno de ansiedad generalizada presente en 29 estudiantes de medicina.

Dicha investigación fue útil para el conocimiento de la cantidad de estudiantes que presentan ansiedad, teniendo en cuenta las causas y factores que detonan este trastorno.

En Managua los autores Medina, Montoya, & Toruño (2015), llevaron a cabo un trabajo monográfico denominado: **“Incidencia de la ansiedad en el rendimiento académico en estudiantes del tercer nivel, escuela preparatoria Facultad de educación e idiomas”** cuyo objetivo general es analizar la incidencia de la ansiedad en el rendimiento académico en estudiantes del tercer nivel de la escuela preparatoria, Facultad de educación e idiomas, utilizando como metodología el enfoque cuantitativo, el cual se basa en una investigación descriptiva- conclusiones y de corte transversal; además para recolectar la información se aplicó el instrumento psicológico inventario de ansiedad: Rasgos y estado, además se revisó las actas de calificaciones de los estudiantes de la muestra, asimismo, para el procesamiento de la información se utilizó el programa de estadísticas avanzadas para Estudios Sociales, donde se codificaron y analizaron cada una de las variables.

En cuanto a los resultados de esta investigación, se evidencia que en la ansiedad como

estado la mayoría de los sujetos manifiestan la dimensión “un poco de ansiedad”, igualmente en la ansiedad, teniendo como relevancia que los estudiantes presentan la dimensión “a veces ansiosos” también, se encontró que existe relación entre ansiedad estado y algunas variables sociodemográficas casados de edad 16-20 años y los que son solo estudiantes presentan elevadas dimensiones de la ansiedad como bastante ansiedad y mucha ansiedad.

### **Nivel local**

En Matagalpa, Nicaragua, Martínez & Pedroza (2017), llevaron a cabo un estudio titulado **“factores incidentes en el rendimiento académico estudiantil de ingeniería en sistemas de información de la FAREM- Matagalpa, 2012 - 2016”** cuyo principal objetivo era describir aquellos factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de ingeniería en sistemas de información.

El estudio es mixto, explorativo y descriptivo, observacional, retrospectivo y transversal, dentro del estudio realizado se descubrió que existen diferentes determinantes que influyen en el rendimiento académico, siendo los determinantes personales en los cuales se encuentran peculiaridades propias de los estudiantes tales como la competencia cognitiva, motivación, condiciones cognitivas, auto concepto académico, auto eficacia percibida, bienestar psicológico, satisfacción y abandono con respecto a los estudios entre otros.

Estos influyen en la vida estudiantil de los investigados; siendo así, que el bienestar psicológico juega un papel fundamental en el rendimiento académico del estudiante. Entre las técnicas de recolección fueron: análisis documental y protocolo de encuesta. (Martínez & Pedroza, 2017). Se considera que este estudio aporta al desarrollo de esta presente investigación, ya que se encuentran aportes al tema investigado.

## b. MARCO EPISTEMOLÓGICO

Para la comprensión de las vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social de la UNAN-FAREM Matagalpa, la terapia Cognitivo Conductual es un tipo de tratamiento psicológico, basado en la evidencia científica, que se dirige a identificar y cambiar pensamientos y comportamientos negativos y des adaptativos, por otros más adaptativos y adecuados. Se enfoca en prevenir, reducir y eliminar pensamientos, emociones y conductas que generan malestar: ansiedad y miedo, bajo estado de ánimo, irritabilidad, preocupaciones excesivas o recurrentes, entre otros.

La terapia Cognitivo Conductual no consiste solo en hablar, se requiere de un **trabajo conjunto entre paciente y terapeuta**. Se establecen unos objetivos claros y definidos, enfocados en el problema actual y en los factores que lo mantienen.

En la terapia Cognitivo Conductual, las cogniciones (pensamientos, imágenes), los procesos cognitivos (interpretación, atención, razonamiento, sesgos...) y los esquemas cognitivos (creencias y valores) tienen un papel fundamental que se aborda durante el tratamiento. Se entienden las emociones y el comportamiento de las personas como algo estrechamente ligado y relacionado con lo cognitivo. De este modo, aspectos fundamentales en relación al cambio terapéutico tienen que ver con el trabajo en terapia respecto a las atribuciones, percepciones, expectativas, interpretaciones, estrategias cognitivas de afrontamiento, esquemas mentales y supuestos de la persona.

Esta temática posee una validez significativa en el ámbito de la carrera de Trabajo Social, ya que es una problemática que surge a través de la ansiedad que los jóvenes experimentan por distintas situaciones, siendo estas de carácter personal, social y económica; por lo cual es de gran importancia indagar sobre esta patología como lo es los efectos que produce la ansiedad para dar a conocer ampliamente los causantes de la misma y que alternativas existen para poder tratarla.

La presente investigación retomó la información brindada por Alférez (2011), de



nacionalidad nicaragüense en su documento titulado “Trastornos de ansiedad en la población adulta que consulta la unidad de salud las flores, en el departamento de Chalatenango, enero a diciembre 2010”.

Es de gran importancia mencionar que, el autor señala la gravedad que conlleva el trastorno de la ansiedad y el grado de afectación en los individuos.

Esta patología no se le brinda un abordaje como problema social, sino, como algo fácil de superar que no requiere de ayuda externa, enfocado únicamente en encontrar solución de manera personal. Es por ello que la investigación presentada refleja la cantidad de sujetos que se ven dañados por esta patología, tomando en cuenta que es una afectación de la cual se debería brindar atención inmediata para el bienestar de la salud física, pero sobre todo emocional, ya que es el área del ser humano que presenta mayores afectaciones. Por tal razón la teoría planteada en dicho documento permitirá abordar de manera más detallada la temática “Ansiedad” obteniendo conocimientos amplios y preciosos de la expuesta afectación.

La teoría de Espinoza, García, & Martín (2018), en su artículo titulado “Una mirada hacia los jóvenes con trastornos de ansiedad” la sintomatología por la que se manifiestan y el cómo lo experimentan los afectados. Se recalca la realidad existente referente a las dificultades que hay en cuanto a la detección, identificación, evaluación e intervención en este tipo de trastornos, a pesar de ser uno de los más frecuentes entre la población infantil y adolescente; la metodología llevada a cabo por dichos autores, fue la de estudio de casos, el cual consiste en proporcionar una serie de acontecimientos reales que presentan ciertos jóvenes y brindar una argumentación congruente y relacionada a la temática tratada.

Por otra parte, la información expuesta por Galimberti (2002), en el “Diccionario de psicología” tiene como objetivo principal la integración del ámbito temático en tres estructuras disciplinarias como lo son: psicología, psicología de lo profundo y psiquiatría; así pues, dicho autor expresa que en el presente diccionario pretendió que la psicología no solo expusiera la belleza de sus ramas, sino también la profundidad de sus raíces, que se hundan en el terreno de la filosofía del cual nació la psicología y de donde con frecuencia todavía

incluso, sin saberlo, continúa nutriéndose, para extenderse hacia las disciplinas afines que son la epistemología.

Los investigadores Díaz & Castro (2020), en su trabajo de grado titulado “Influencia de la ansiedad en el rendimiento académico de estudiantes universitarios.” cuyo objetivo general es el análisis de la influencia de la ansiedad en el rendimiento académico de los estudiantes, de igual manera plasma dos objetivos específicos como lo son: Identificación de los diferentes factores de ansiedad en los estudiantes universitarios e identificación de los diferentes factores que influyen en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios.

La estrategia que se utilizó para recoger, organizar, resumir, presentar y analizar los datos de las observaciones o investigaciones de documentos y artículos que se vinculan con el tema, este método implica la recopilación y presentación sistemática de datos con el fin de abordar de manera amplia la situación presentada.

Además, el enfoque bajo el cual se lleva a cabo el trabajo es de tipo cualitativo, el cual resulta ser un elemento útil para la revisión, ya que dicha perspectiva permite examinar la forma en que los individuos perciben y experimentan los fenómenos que los rodean, profundizando en sus vivencias, interpretaciones, y significados.

Mediante los diversos artículos e investigaciones consultados, se logró evidenciar la existencia de una relación entre la ansiedad y el rendimiento académico; son muchos los factores que influyen de manera activa en el rendimiento académico estos factores pueden ir directamente relacionados con el contexto académico o ser externos a este. Aunque los aspectos externos a lo académico representan una influencia en el desempeño del estudiante, se concluye que los factores que tienen mayor relevancia frente a esto son los académicos los cuales reflejan una mayor prevalencia en la activación de la sintomatología ansiosa.

Del mismo modo, con el estudio realizado por Oñate (2014), designado con el nombre de “Aislamiento y patología inherente: paralelismo entre el renacimiento en doña Juana I de

Castilla y la época actual.” Donde dicho autor pretende demostrar que cualquier tipo de aislamiento; venga por el abuso de poder, por el maltrato o como ocurre en la Cárcel a través de la prisionización; siempre conlleva un correlato psicopatológico. El aislamiento en doña Juana I de Castilla finalizó en síndrome de maltrato terminando con demencia; en dicho estudio el autor logró concluir que la gravedad se pone de manifiesto para cualquier tipo de aislamiento.

De forma semejante, el informe realizado por Agudelo, Casadiegos, & Sánchez (2008), “Características de Ansiedad y depresión en estudiantes universitarios.” El cual es un estudio descriptivo que pretende identificar las características ansiosas y depresivas de un grupo de estudiantes universitarios debido a que estas patologías constituyen dos de los principales motivos de consulta atendidos a través de los servicios de Bienestar Universitario de la Universidad Pontificia Bolivariana de Bucaramanga, Colombia.

Aunque los resultados no evidencian la gravedad de los síntomas ansiosos depresivos en los participantes, sí indican la presencia de estos dos cuadros, siendo las mujeres más vulnerables que los hombres frente a su presentación.

Asimismo, el informe elaborado por Gállico (2007), y en colaboración con la sociedad española de medicina de Familia y comunitaria que lleva el nombre de “Drogas: conceptos generales, epidemiología y valoración del consumo” el cual consiste en definir información científica sobre las diferentes drogas existentes, así como también explica el nivel de dependencia y abuso por parte de los consumidores hacia la misma.

El estudio aporta un mejor saber en cuanto a la conceptualización de la droga, teniendo una amplitud en el proceso de nuestra investigación.

### **c. MARCO CONTEXTUAL**

La Facultad Regional Multidisciplinaria Matagalpa de UNAN– MANAGUA FAREM-Matagalpa, está ubicada de Radio Stereo Yes 1 cuadra al oeste. Esta es una institución de Educación Superior, de servicio público, comprometida con la formación de profesionales en distintas áreas del conocimiento; beneficia a estudiantes provenientes principalmente de los diferentes municipios de los departamentos de Matagalpa, Estelí y Jinotega, así pues, forma profesionales en distintas áreas del conocimiento basado en las funciones de: Docencia, Investigación, Extensión Universitaria e Internacionalización.

La formación se organiza y se ejecuta a través de 3 Departamentos académicos: Ciencias de la Educación y Humanidades, Ciencias Económicas y Administrativas, Ciencia, Tecnología y Salud, el cual se atienden 24 Carreras de grado con nivel de Licenciaturas e Ingenierías, y también impartiendo lo que son posgrados, maestrías y doctorados.

Esta Alma Máter posee la misión de formar profesionales integrales desde una concepción humanista que contribuyan al desarrollo social, dicha institución como parte de su visión es la construcción de una Nicaragua más justa, solidaria y más humana en la que sus egresados y la comunidad estudiantil activa, participen de esta acción transformadora como parte de una responsabilidad social.

Así mismo, desde hace nueve años, la UNAN-Managua por medio de la Dirección de Extensión Universitaria creó el programa Universidad Saludable, con el objetivo de modelar institucionalmente una cultura promotora del ambiente y autocuidado de la salud a través de procesos transversales participativos, colaborativos e incluyentes, incorporados en el que hacer sustantivo de la universidad, con el protagonismo de la comunidad universitaria para la creación de entornos favorables; de igual forma, esta Alma Mater cuenta con el Centro Alternativo de Orientación Psicosocial (CAOP) el cual en su nueva etapa tiene como objetivo brindar atención especializada a los miembros de la comunidad universitaria, y a su vez fortalecer el rendimiento académico de los estudiantes, como su bienestar emocional.

Para motivos de nuestra investigación los informantes de este apartado se encuentran entre las edades de 22 a 23 años de edad, ubicados en los barrios de Walter Mendoza "la chispa", barrio chino Kuant y el Barrio Hábitat. La infraestructura de sus casas es de ladrillos y bloques, con techos de zinc, pisos de cerámica, además cuentan con los servicios básicos de agua potable, energía eléctrica, acceso al transporte público y cuentan con el apoyo económico de sus padres; por lo cual se deduce que cuentan con un nivel económico medio de vida, supliendo así sus necesidades básicas.

#### **d. MARCO LEGAL**

Esta investigación está respaldada por la ley **No. 582**, Ley General de Educación, en su **Arto. 100** inciso J, establece que son derechos de los estudiantes el gozar de los derechos establecidos por el Código de la Niñez y la Adolescencia, otras leyes y convenciones y tratados internacionales vigentes. Dicho código en su **Arto. 33** dispone que: Todas las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a disfrutar del más alto nivel posible de salud física y mental, educación, tiempo libre, medio ambiente sano, vivienda, cultura, recreación, seguridad social y a los servicios para el tratamiento de las enfermedades y rehabilitación de la salud. El Estado garantizará el acceso a ellos tomando en cuenta los derechos y deberes de la familia o responsables legales.

Estas disposiciones jurídicas son trascendentales y de suma importancia para respaldar y dar fe de la información que brindamos a través de nuestra investigación monográfica, ya que amparan el bienestar tanto físico, emocional y educativo de los involucrados.

#### **e. MARCO TEÓRICO**

##### **e.1 Introducción**

La presente investigación cualitativa: “Vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los estudiantes de V año de la carrera Trabajo Social de la UNAN-FAREM

Matagalpa, segundo semestre del año 2022” el cual contiene en su marco teórico una serie de aportes de distintos autores que brindan información clara sobre el tema en cuestión, en este documento se especifican definiciones tales como: ansiedad, afectaciones físicas, factores de riesgo, afectaciones emocionales, sociales y económicas como también redes de apoyo.

### **e.1.1. Definición**

El termino ansiedad, proviene del Latían “Anexitas”, es un estado de malestar psicofísico caracterizado por una sensación de inquietud, intranquilidad, inseguridad o desosiego ante lo que se evidencia una amenaza inminente y de causa indefinida. La diferencia entre la ansiedad normal y la patológica es que esta última se basa en una valoración irreal o distorsionada de la amenaza. Cuando la ansiedad es muy severa y aguda, puede llegar a paralizar al individuo, transformándose en pánico. (Alfárez, 2011).

En concordancia con el planteamiento anterior, se deduce que, el bienestar mental es indispensable para una buena estabilidad mente-espíritu, pero debido a que la ansiedad es vista erróneamente como un síntoma de debilidad de aquellos que la padecen, se ha llegado a desvalorar la importancia de tratar estos padecimientos, y de manera más preocupante se han creado prejuicios que consideran que este padecimiento es una excusa creada para llamar la atención y esto no podría estar más alejado de la realidad.

En la actualidad existen muchas personas sufriendo ansiedad y por temor a ser juzgados no buscan ayuda profesional por el temor de abrirse de manera íntima y ser “reprochados”, sin embargo, el buscar ayuda psicológica es más bien una herramienta de entrenamiento en hábitos y mejora en patrones de pensamiento que sirven para superar problemas emocionales, del comportamiento y de relaciones sociales.

### **Ansiedad según DSM- 5**

Los trastornos de ansiedad son los que comparten características de miedo y ansiedad excesivos, así como alteraciones conductuales asociadas. El miedo es una respuesta

emocional a una amenaza inminente, real o imaginaria, mientras que la ansiedad es una respuesta anticipatoria a una amenaza futura. Es evidente que ambas respuestas se solapan, aunque también se pueden diferenciar, estando el miedo frecuentemente asociado a accesos de activación autonómica necesarios para la defensa o la fuga, pensamientos de peligro inminente y conductas de huida, y la ansiedad está más a menudo asociada con tensión muscular, vigilancia en relación a un peligro futuro y comportamientos cautelosos o evitativos. A veces, el nivel de miedo o ansiedad se ve reducido por conductas evitativas generalizadas.

Las crisis de pánico (panic attacks) se presentan principalmente con los trastornos de ansiedad como un tipo particular de respuesta al miedo. Las crisis de pánico no se limitan a los trastornos de ansiedad, sino que también pueden ser observadas en otros trastornos mentales. Los trastornos de ansiedad se diferencian entre sí según el tipo de objetos o situaciones que inducen el miedo, la ansiedad o las conductas evitativas, y según la cognición asociada.

Pese a que los trastornos de ansiedad tienden a ser altamente comórbidos entre sí, pueden ser distinguidos a través de un análisis detallado del tipo de situaciones que se temen o se evitan y del contenido de los pensamientos o creencias asociados. Los trastornos de ansiedad se diferencian del miedo o la ansiedad normal propios del desarrollo por ser excesivos o persistir más allá de los períodos de desarrollo apropiados. Se distinguen de la ansiedad o el miedo transitorio, a menudo inducido por el estrés, por ser persistentes (p. ej., suelen tener una duración de 6 meses o más). Sin embargo, este criterio temporal pretende servir de guía general, permitiendo un cierto grado de flexibilidad y pudiendo ser la duración más corta en los niños (como en el trastorno de ansiedad por separación y en el mutismo selectivo).

### **e.1.2. Tipos**

Dentro de la ansiedad se pueden encontrar distintos síntomas que varían de persona a persona, y así como este es un fenómeno complejo en el cual se pueden encontrar distintos

tipos de ansiedad que varían en su sintomatología, a continuación, se presentan algunas de ellas.

#### **e.1.2.1 Trastorno de ansiedad generalizada**

Según Tortella (2014), es un estado de ansiedad y preocupación excesivas, persistentes y que las personas tienen dificultades para controlar, sobre diversos acontecimientos o actividades y que se asocian a tres o más síntomas de sobreactivación fisiológica.

Es común sentirse nervioso o ansioso en algunos momentos, y más aún cuando el ajetreo del día a día es estresante y agotador, sin embargo, la preocupación excesiva y continua y en ocasiones son difíciles de manejar y esto interfiere en las rutinas diarias de la persona.

Actualmente hay un estigma sobre enfermedades mentales, y las personas no siempre se dan cuenta de la seriedad del problema, y tienden a ignorar estos padecimientos y de igual manera reprimir sus emociones, lo que a largo plazo puede llegar a desencadenar malestares físicos como una respuesta del cuerpo en liberar esa carga emocional.

#### **e.1.2.2 Trastorno de pánico**

Este trastorno, se refiere a un episodio inesperado de miedo excesivo que acarrea reacciones físicas severas, aun cuando no exista ningún peligro real o causa aparente. Estos ataques repentinos pueden provocar un miedo tan intenso en la persona que esta llega a sentir que pierde el control o inclusive que va a sufrir de un ataque cardíaco o morir. (Alfárez, 2011).

Dentro de los síntomas de un ataque de pánico se pueden encontrar los siguientes:

- Palpitaciones.
- Dolores en el pecho.
- Mareos o vértigos.
- Náusea o problemas estomacales.



- Sofocos o escalofríos.
- Falta de aire o una sensación de asfixia.
- Hormigueo o entumecimiento.
- Estremecimiento o temblores.
- Sensación de irrealidad.
- Terror.
- Sensación de falta de control o estarse volviendo loco.
- Temor a morir.
- Transpiración.

En concordancia con lo planteado por el autor se puede concluir que estos padecimientos pueden presentarse a cualquier edad, en los niños o en los ancianos, pero en su mayoría comienza en los adultos jóvenes. Sin embargo, para quienes padecen de trastornos de pánico es importante obtener tratamiento adecuado.

En el **trastorno de pánico**, la persona experimenta recurrentes e inesperadas crisis de pánico y está persistentemente intranquila o preocupada sobre tener nuevas crisis o cambia de manera desadaptativa su comportamiento debido a las crisis de pánico (p. ej., evitación del ejercicio o de situaciones desconocidas). Las crisis de pánico se caracterizan por la aparición súbita de síntomas de miedo o malestar intensos que alcanzan su nivel máximo en cuestión de minutos, acompañados de síntomas físicos y /o cognitivos. Las crisis de pánico pueden ser esperadas, en respuesta a objetos o situaciones típicamente temidas, o inesperadas, ocurriendo la crisis sin razón aparente. (DSM-5, 2014).

Este padecimiento va también acompañado de otros problemas de igual relevancia como la depresión, alcoholismo y provocar ciertas fobias relacionadas con situaciones o lugares donde los ataques de pánico ocurren con más frecuencia e intensidad tornando la vida de una persona con esta sintomatología, en una vida restringida que dificulta aún más que las personas realicen ciertas actividades diarias y no logren así desarrollarse plena y libremente en su ambiente social.

### **e.1.2.3 Fobias específicas**

Según Alférez (2011), plantea que la fobia es cualquier miedo irracional hacia algo en específico que puede ser inofensivo para otros, pero no para quienes las padecen. Dentro de estos padecimientos se pueden encontrar fobias específicas y fobias sociales.

**Fobias específicas:** Muchas personas experimentan fobias específicas, miedos intensos e irracionales a ciertas cosas o situaciones; algunos de los más comunes son: perros, serpientes, sapos o ranas, espacios cerrados, alturas, escaleras eléctricas, túneles, manejar en carreteras, agua, volar y heridas que produzcan sangre. (Alférez, 2011).

### **e.1.2.4 ansiedad generalizada**

Las características principales del trastorno de **ansiedad generalizada** son una ansiedad persistente y excesiva y una preocupación sobre varios aspectos, como el trabajo y el rendimiento escolar, que la persona percibe difíciles de controlar. Además, el sujeto experimenta síntomas físicos, como inquietud o sensación de excitación o nerviosismo, fatiga fácil, dificultad para concentrarse o mente en blanco, irritabilidad, tensión muscular y alteraciones del sueño. (DSM-5, 2014).

Tomando en cuenta lo abordado por el autor, se puntualiza que las fobias no son sólo miedo extremo sino irracional, es un temor excesivo hacia algo que la persona que lo sufre no puede controlar y que se siente incapaz de enfrentarlo por sí mismo.

### **e.1.2.5 Fobia Social**

**Fobia Social:** En la información recopilada por Alférez (2011), la fobia social es un miedo intenso de llegar a sentirse humillado en situaciones sociales, especialmente de actuar de tal modo que se coloque uno en una situación vergonzosa frente a las demás personas.

En el **trastorno de ansiedad social** (fobia social), la persona siente miedo o ansiedad ante las interacciones sociales y las situaciones que implican la posibilidad de ser examinado,

o bien las evita. Esto incluye interacciones sociales tales como reuniones con personas desconocidas, situaciones en las que la persona puede ser observada comiendo o bebiendo, y situaciones en las que la persona ha de actuar ante otros. La ideación cognitiva es la de ser evaluado negativamente por los demás, por sentirse avergonzado, humillado o rechazado, o por ofender a otros. (DSM-5, 2014).

De igual forma este problema referente a la salud mental, se caracteriza por el miedo irracional a ser juzgado por las personas, lo cual puede producir afectaciones en el trabajo, estudios u otras actividades diarias, lo que puede llegar también a dificultar formar o mantener relaciones sociales estables como un noviazgo o una amistad.

#### **e.1.2.6 Trastorno obsesivo-compulsivo**

El trastorno obsesivo-compulsivo (TOC) es un trastorno caracterizado por presentar pensamientos o rituales de ansiedad que la persona siente que no puede controlar. Quien padece de TOC, como se le conoce, puede estar plagado de pensamientos o imágenes persistentes indeseables o por la necesidad urgente de realizar ciertos ritos. Los pensamientos o las imágenes preocupantes se llaman obsesiones y los rituales que se celebran para tratar de prevenirlas o disiparlas se llaman impulsos. (Alfárez, 2011)

En relación con lo planteado anteriormente una persona puede estar obsesionada con los gérmenes o la suciedad y por esto se lava las manos constantemente cada vez que se sienta sucio, también alguien puede tener muchas dudas y querer reconfirmar lo que ya sabía desde un inicio, otros sufren porque la simetría y el orden de las cosas deben estar perfectos, también dentro de esta afectación se encuentra que experimenten pensamientos que los perturben.

Tomando en cuenta otros aspectos pueden afectar la calidad de vida de una persona como lo sería la estigmatización de este padecimiento, no se le brinda la importancia debida en cuanto al tratamiento que se debe seguir, quien padece este trastorno piensa “esto es quien debo ser” pero en realidad este trastorno les impide ser quienes deben ser en realidad.

### **e.1.2.7 Trastorno postraumático por tensión**

El trastorno postraumático por tensión (TEPT) es una condición debilitante que sigue a un evento de terror. Frecuentemente, las personas que sufren de TEPT tienen persistentemente memorias y pensamientos espantosos de su experiencia y se sienten emocionalmente paralizadas, fue traída a la atención pública por los veteranos de guerra, pero puede ser el resultado de varios otros incidentes traumáticos. Incluyen rapto, graves accidentes como choques de automóviles o de trenes, desastres naturales como inundaciones o temblores, ataques violentos tales como asaltos, violaciones o tortura. (Alfárez, 2011)

Las personas que padecen de esta condición, pueden adoptar mecanismos de defensa poco saludables, ya que al no saber cómo manejar o controlar sus emociones y pensamientos negativos pueden sentirse con vergüenza de buscar ayuda para tratar este padecimiento.

Hoy en día en el país, existen diversas comunidades o grupos terapéuticos, enfocados en ayudar tanto a jóvenes como adultos en terapias grupales que funcionan como un método de tratamiento efectivo, ya que ayuda a controlar los síntomas que provoca el TEPT, como también el aprender a reducir la intensidad de episodios de tensión.

## **e.2 Afectaciones físicas**

### **e.2.1 Síntomas**

Indicio de un estado morbosos, en medicina rige la distinción entre el signo, que es un fenómeno objetivo que el examinador asume como indicador de un proceso patológico, y el síntoma, fenómeno subjetivo que percibe el paciente y que después se decodifica. (Galimberti, 2002)

En otras palabras, un síntoma es una señal de que nuestro cuerpo está experimentando un estado de malestar, y que a su vez presenta el inicio de lo que sería la enfermedad en sí.

### **e.2.2 Dolor de cuerpo**

El dolor de cuerpo es la sensación de sufrimiento que se presenta como respuesta subjetiva a un estímulo que el organismo percibe como nocivo o reductor de su bienestar. Desde el punto de vista psicológico el dolor es una de las tonalidades emotivas fundamentales que acompañan a la existencia. (Galimberti, 2002).

Tomando en cuenta lo expresado por el autor se logra inferir que además de la preocupación constante, las personas con ansiedad llegan a sufrir de diversos síntomas físicos como lo son el dolor de cuerpo, dolor de pecho, cabeza y tensión muscular, si bien estos síntomas no ocasionan la muerte de la persona afectada, sí provoca que sufra mucho por dichas sensaciones.

Los trastornos de ansiedad son cada vez más prevalentes en la actualidad, e incluyen una serie de síntomas que provocan que los jóvenes hagan uso de fármacos que alivien estos malestares y les beneficie para su bienestar personal.

### **e.2.3 Taquicardia**

La taquicardia es el aumento de frecuencia de las pulsaciones cardiacas más allá de los límites considerados normales. Se distinguen una taquicardia paroxística, con inicio y fin bruscos, que se pueden comprobar electrocardiográficamente y que se advierten en términos subjetivos con sensaciones de constricción torácica y palpitaciones; una sinusal, de tipo funcional, consiguiente a un estado de ansiedad crónica, que debe clasificarse más como un trastorno psicofisiológico que como un trastorno verdadero cardiocirculatorio; Cuando no es de origen orgánico la taquicardia depende de condiciones psicológicas caracterizadas por estrés, ansiedad crónica y estados de excitación aguda. (Galimberti, 2002)

Las taquicardias o sensación de palpitaciones elevadas, son uno de los síntomas más comúnmente presentados en personas que sufren de ansiedad, surgen por sentimientos de nerviosismo o tensión de la persona como una respuesta al estrés que está sufriendo en cualquiera de los ámbitos de su vida diaria.

Con base a lo anterior, se concluye que, las palpitations cardíacas provocan que los jóvenes experimenten una inquietante sensación que les hace creer que van a sufrir un ataque cardíaco, lo que les ocasiona aún más preocupación y por ende un deterioro en su bienestar físico y emocional.

#### **e.2.4 Desgaste mental**

Agotamiento psíquico, caracterizado por hiperexcitabilidad sensitiva, ansiedad, trastornos de la recepción, la percepción, la coordinación, la concentración, el sueño y el pensamiento. Entre las causas se indicaban frustraciones, disgustos y preocupaciones que, a largo plazo, crean tal estado de tensión que provocan modificaciones físico-químicas de las células del sistema nervioso central en personas excesivamente escrupulosas, sobrecargadas de trabajo y de responsabilidades. (Galimberti, 2002).

La vida universitaria tiene muchas exigencias que ocasionan que los estudiantes se esfuercen por adaptarse a nuevos roles, responsabilidades y demandas académicas, todo esto provoca en ellos un aumento de estrés que después desencadenará probablemente en trastornos de ansiedad.

En la actualidad todo este tipo de sobrecarga académica ocasiona que los estudiantes experimenten además del cansancio mental el cansancio emocional, lo cual es un síntoma latente en la población estudiantil que surge como una respuesta natural del cuerpo al sentirse agobiado por el ambiente académico y a las exigencias que este conlleva.

#### **e.1.3. Falta de aire**

Según Galimberti (2002), es la dificultad respiratoria caracterizada por la brevedad de la respiración. Cuando no es provocada por causas orgánicas la disnea se clasifica, según Sigmund Freud, entre las manifestaciones de la histeria y de la neurosis de angustia.

En concordancia con lo expuesto anteriormente se puede inferir que dicha sensación en particular puede presentarse en cualquier lugar y momento, donde esta patología se

manifiesta en dependencia del grado de afectación que provoque en el sujeto, detonando tanto a nivel físico como psicológico por el temor que este conlleva.

Actualmente son más los jóvenes que sufren de diversos síntomas producidos por la ansiedad, entre ellos la falta de aire. Una vez que esto ocurre nuestro cuerpo entra en alerta y la situación se vuelve aún más difícil de controlar por la misma razón.

### **e.3 Factores de riesgo**

#### **e.3.1 Traumas**

Un trauma es una lesión del sistema nervioso o, por trasposición metafórica, una lesión del organismo psíquico debida a acontecimientos que irrumpen bruscamente en forma destructiva; en psicoanálisis, donde la noción de trauma es objeto de una teoría específica. La teoría psicoanalítica del trauma la elaboró Sigmund Freud quien, con la noción de trauma, se refiere a la intensidad de un acontecimiento al que el sujeto no es capaz de responder en forma adecuada. (Galimberti, 2002).

Los jóvenes que han sido objeto de maltratos tanto físicos como psicológicos ya sea en su primera infancia o bien en su adolescencia, tienden a sufrir mayor riesgo de manifestar trastorno de ansiedad en algún momento de sus vidas; de igual manera, el presenciar un evento traumático puede ser un causante de un padecimiento ansioso en su vida futura.

En la sociedad actual se presencian con mayor prominencia eventos emocionalmente dolorosos y angustiantes que experimenta un niño o de igual manera un adolescente, que a largo plazo resultan en efectos nocivos para el bienestar físico y mental de quienes lo padecen, desde el maltrato escolar por parte de compañeros hasta problemas familiares que repercuten subconscientemente en dichos individuos.

#### **e.3.2 Estrés**

Es la intensa reacción emocional a una serie de estímulos externos que activan respuestas

fisiológicas y psicológicas de naturaleza adaptativa. Si los esfuerzos del sujeto fallan porque el estrés supera la capacidad de respuesta, el individuo es vulnerable a la enfermedad psíquica, la somática o ambas. (Galimberti, 2002).

El estrés y la ansiedad son dos términos que se confunden muy a menudo por los individuos; el estrés es una reacción del cuerpo a una amenaza o acontecimiento externo (es una /respuesta momentánea) y ansiedad es la reacción del cuerpo ante el estrés. (Patología mental que suele mantenerse por un largo tiempo) Es decir, si el estrés es el síntoma la ansiedad es la culminación de este en una forma interna y emocional.

Hoy en día el no tratar a tiempo y adecuadamente el estrés, provoca que toda esa tensión acumulada contribuya en aumentar problemas graves de salud como enfermedades cardíacas, hipertensión arterial e inclusive trastornos mentales como ansiedad o depresión que pueden llegar a provocar la muerte de quienes lo padecen.

### **e.3.3 Personalidad**

Es un conjunto de características psíquicas y modalidades de comportamiento que, en su integración, constituyen el núcleo irreductible de un individuo, que perdura como tal en la multiplicidad y en la diversidad de las situaciones ambientales en las que se manifiesta y actúa. (Galimberti, 2002).

Las personas que no poseen una personalidad determinada o íntegra son más susceptibles a sufrir trastornos de ansiedad que otros individuos, sí un sujeto suele percibir la mayoría de las situaciones como amenazantes o peligrosas tiende a responder a estas situaciones con ansiedad.

En la actualidad existen diferentes formas de apoyo terapéutico, donde se pueden adquirir herramientas y estrategias que permitan gestionar y mejorar la realidad del día a día del sujeto, para ello poder ejercer con serenidad sus funciones laborales y desarrollar la personalidad de forma amplia y positiva, permitiendo la reducción del impacto de aquellos que causa temor o pánico.



### e.3.4 Drogas

El término tiene diferentes definiciones, según los criterios que se utilicen para identificarlo. Desde el punto de vista farmacológico, el más correcto y exhaustivo, la expresión “droga” se refiere a cualquier sustancia, sintética o natural, químicamente pura o no, cuya ingestión provoca una modificación de la conciencia, de la percepción y del humor. Tal definición abarca, además de las drogas consideradas ilegales y de uso controlado las bebidas alcohólicas, el café, el té, el tabaco, algunos vegetales y, naturalmente, todos los fármacos que tienen un efecto activo sobre la psique. (Galimberti, 2002)

El uso continuo de dichas sustancias puede llegar a provocar en quienes las consumen síntomas asociados a la ansiedad y generar como resultado alteraciones psicológicas graves que conducirán al consumidor a depender cada vez más de este tipo de sustancias con la idea de suprimir así cualquier síntoma que provoque la ansiedad.

En la actualidad muchos jóvenes son los que luchan contra el síndrome de abstinencia y estos también pueden manifestar ansiedad por la sensación de necesitar el consumo de alguna droga en específico para lograr aliviar sus episodios de ansiedad, de igual manera esto podría terminar en una recaída por el consumo de sustancias.

### e.3.5 Características sociodemográficas

Los datos demográficos son información general sobre grupos de personas. Dependiendo de la finalidad, los datos pueden incluir atributos como la edad, el sexo y el lugar de residencia, así como características sociales como la ocupación, la situación familiar o los ingresos. Los datos demográficos se utilizan sobre todo para el uso estratégico de la adaptación de las ofertas al grupo objetivo respectivo y también pueden utilizarse como base para análisis de negocio e informes de rendimiento. (Clinic, 2022)

**Edad:** la edad está referida al tiempo de existencia de alguna persona, o cualquier otro ser animado o inanimado, desde su creación o nacimiento, hasta la actualidad. (Aranceta, 2001)

Según lo anterior la edad se refiere a las etapas evolutivas del desarrollo humano donde se van cristalizando personalidades, caracteres y emociones positivas del tiempo que las personas pasan según su desarrollo desde que nacen hasta el momento actual.

**Sexo:** según la OMS, el "sexo" hace referencia a las características biológicas y fisiológicas que definen a hombres y mujeres, mientras que el "género" se refiere a los roles, conductas, actividades y atributos construidos socialmente que una cultura determinada considera apropiados para hombres y mujeres. De acuerdo con esta descripción, la OMS considera que "hombre" y "mujer" son categorías de sexo, mientras que "masculino" y "femenino" son categorías de género. (Organización Mundial de la Salud, 2017)

Así pues, es la unión de características socialmente determinados sobre la sexualidad individual, es decir, los rasgos particulares que poseen los individuos y que se clasifican como masculinas o femeninas.

**Estado civil:** condición de una persona según el registro civil en función de si tiene o no pareja y su situación legal respecto a esto. Conjunto de las circunstancias personales que determinan los derechos y obligaciones de las personas. (Garriz, 2014)

El estado civil refiere a la condición de un individuo basado en las circunstancias actuales en el que esté se encuentra, ligado a la relación que posee con otra persona y filiación de la misma.

**Educación:** período de tiempo que una persona o un joven asiste a la escuela para estudiar y aprender, especialmente el tiempo que dura la enseñanza obligatoria. (Garriz, 2014)

La educación está dirigida a desarrollar las capacidades intelectuales, morales y afectivas de las personas de acuerdo con la cultura y las normas de convivencia de la sociedad a la que pertenecen.

## **e.4 Afectaciones emocionales**

### **e.4.1 Aislamiento**

El aislamiento está vinculado a la falta de intercambio de pensamiento, de afectos por la existencia de un encerramiento físico, psíquico, mental o sensorial. Proceso que parte de la incomunicación y daña a la psique. Asociado, siempre está la falta de libertad. (Oñate, 2014)

El aislamiento afecta diversas áreas del ser humano como lo son el estado anímico, mental y sensitivo privándolo de un íntegro y completo desarrollo de dichos niveles, esto no permite un pensamiento fluido o racional, ya que el aislamiento priva al individuo de conectarse neuronalmente llevándolo a un estado de exclusión, tanto con su persona misma como con los demás.

Hoy en día el aislamiento sin medida, lleva a los jóvenes a caer en una profunda depresión causante de distintos factores y entre ellos la ansiedad, esta soledad insana y mal empleada detona en diversos ámbitos de vida, tanto de manera física como emocional impidiendo el desarrollo íntegro y pleno como seres humanos.

### **e.4.2 Depresión**

La depresión frecuentemente acompaña a los trastornos de ansiedad y, cuando esto sucede, también debe atenderse. Los sentimientos de tristeza, apatía o desesperanza, cambios en el apetito o en el sueño, así como la dificultad en concentrarse que frecuentemente caracterizan a la depresión pueden ser tratados con efectividad con medicamentos antidepressivos o, dependiendo de la severidad del mal, con psicoterapia. Algunas personas responden mejor a una combinación de medicamentos y psicoterapia. El tratamiento puede ayudar a la mayoría de las personas que sufren de depresión. (Alfárez, 2011)

La depresión es una de las dificultades más arduas que algunas personas sufren cuando presentan ansiedad, ya que si esta última no es atendida ni controlada a tiempo puede generar una depresión profunda trayendo graves consecuencia consigo a lo largo de la vida adulta y hasta la vejez.

Actualmente la depresión afecta a gran escala tanto a jóvenes como a adultos por las diferentes circunstancias presentadas ante la vida, cuando este padecimiento aumenta a niveles muy elevados se ve la necesidad de visitar a un especialista en la rama de la psicología, con el objetivo de contribuir al control y manejo del estado emocional en el que se encuentra el individuo.

#### **e.4.3 Nervios**

Llamado también sistema nervioso de la vida de relación, en cuanto preside las relaciones del organismo con el mundo exterior, el sistema nervioso central está unido a las diferentes partes del cuerpo mediante los nervios que están conectados con los órganos de la sensibilidad (v.) (Receptores cutáneos, oído, ojo, papilas gustativas, papilas del olfato), y con los de la motricidad (v.) voluntaria, que son los músculos esqueléticos. (Galimberti, 2002)

Los nervios se encuentran en conjunto con todo el cuerpo del ser humano, estos permiten que diferentes órganos dentro del mismo puedan realizar una buena función aportando a un pleno desarrollo tanto en el área psicológica y emocional como en el funcionamiento fisiológico de la persona misma.

En nuestros días los nervios se han visto afectados por diversos causantes y entre estos se presenta la ansiedad, llegando a ocasionar grandes afectaciones al sistema nervioso provocando el envejecimiento de las células cerebrales y provocando un mayor riesgo de deterioro cognitivo leve cuando este se presenta de manera permanente o severo en el cuerpo humano.

#### **e.4.4 Abuso de sustancias alucinógenas**

El consumo recurrente de sustancias da lugar al incumplimiento de obligaciones en el trabajo, en la escuela o en casa (ausencias repetidas o pobre rendimiento escolar relacionados con el consumo de sustancias; ausencias, suspensiones o expulsiones escolares relacionadas con la sustancia; descuido de los niños o de las obligaciones de la casa). (SENDA, 2008)

El consumo excesivo de las sustancias alucinógenas restringe o priva al ser humano a desarrollarse en todos los aspectos de su vida, esto conlleva a consecuencias muy graves no solo para la vida íntima o personal del niño, joven o adulto sí no para su vida social o colectiva; cabe recalcar que a medida que estas sustancias son consumidas con mayor frecuencia y en mayor cantidad afectan drásticamente la salud física y mental del individuo pudiéndolo llevar a una temprana muerte.

Actualmente muchos jóvenes se refugian en las sustancias alucinógenas teniendo en mente que esto les podrá beneficiar o contribuirá a un mejor estado emocional, sin embargo, sucede lo contrario, puesto que cada vez se hacen más dependientes de ello llevándolos a estados ansioso y en la mayoría de casos depresivos y hasta problemáticas graves que detonan en enfermedades drásticas que provocan la muerte.

#### **e.1.4. Depresión en los estudiantes universitarios**

Según Agudelo, Casadiegos, & Sánchez (2008), existen variables individuales que se relacionan con la depresión en los estudiantes universitarios, tales como los antecedentes familiares y personales de depresión, dificultades académicas, inestabilidad económica, diagnóstico de una enfermedad grave, muerte de un ser querido, separación de los padres, consumo de alcohol, planeación y/o intento de suicidio.

La depresión universitaria es consecuencias de múltiples factores en la vida del joven ya que este se ve bombardeado de todos los problemas y las dificultades que a diario se presentan, siendo esto un desencadenante de inconvenientes en el ámbito académico del joven impidiendo la formación personal y profesional que este necesita para el sustento de su vida futura.

En la actualidad este tipo de depresión en la población joven es bastante común, ya que se ven relacionados diversas situaciones en sus vidas que impiden que ellos tomen el control o el interés necesario que les permitirá salir adelante y lograr obtener el título por la carrera a la que han optado, cabe recalcar que este tipo de depresiones puede presentarse al finalizar

los estudio, puesto que la incertidumbre frente a la competencia laboral son generadores de ansiedad y estrés por un futuro que es totalmente incierto.

## **e.5 Afectaciones sociales**

### **e.5.1 Entorno académico**

De acuerdo a Díaz & Castro (2020), en el ámbito académico, la ansiedad ha sido objeto de amplios estudios que la relacionan con diversas dificultades en el óptimo desempeño académico de los estudiantes, pues algunas situaciones específicas en dicho ámbito que generan ansiedad influyen de manera marcada en el rendimiento académico de los individuos.

En el espacio académico es de gran importancia señalar que no solamente factores externos del entorno afectan al individuo, sí no que también se incluyen actividades meramente relacionadas a este ambiente, debido a los nervios e incertidumbre de alguna evaluación realizada los estudiantes temen al fracaso generando pensamientos negativos hacia dichas valoraciones.

Hoy en día la ansiedad se presenta como un factor detonante para las actividades que se realizan en el entorno académico, debido a que el joven se siente incapaz o posee tanto miedo a fallar que al momento de las evaluaciones se deja llevar por la agitación e intranquilidad que le producen este tipo de pensamientos, orientándose así a un completo descontrol de sí mismo y por ende de un buen aprendizaje.

### **e.5.2 Entorno familiar**

Arrieta, Díaz, & González (2014), manifiestan que, dentro de los factores que se asociaron con la sintomatología de ansiedad y depresión estuvieron las dificultades económicas y problemas familiares; estos dos factores se relacionan entre sí, toda vez que las privaciones económicas generan estrés, que a su vez crea un ambiente emocional desfavorable en el hogar, percibiendo los adolescentes un ambiente negativo, caracterizado por carencia de recursos básicos para su desarrollo.

Esta dificultad disminuye la capacidad de los padres para proveer apoyo económico y estimulación cognitiva y emocional a sus hijos, limitando el ajuste adecuado ante las actividades y demandas, reduciendo las oportunidades de interacción social satisfactoria y adquisición de habilidades para el adecuado enfrentamiento a situaciones problemáticas, las cuales se han asociado como un elemento estructural en la relación con pares y la presencia de depresión.

El ambiente familiar muchas veces puede traer consigo negatividad, ansiedad y hasta depresión en los individuos, esto debido a que la situación económica o los problemas familiares en el hogar son factores que afectan a gran escala las áreas del ser humano, ya que uno posee limitaciones económicas evitando que la persona obtenga un buen progreso personal y el otro que no se desarrolle de manera íntegra, evitando una buena relación con sí misma y con los que la rodean.

En nuestros días la convivencia presentada en el hogar es un factor que puede afectar a un individuo tanto de forma negativa como de forma positiva, es por ello que es de gran importancia establecer buenas relaciones con los que se habita y de esta forma poder disfrutar de una vida sana con los que nos rodean. Sin embargo, el factor económico es un causante para generar diversos problemas tanto personales como sociales en los jóvenes de esta actualidad. Ya que las limitaciones que se viven a causa de la baja economía provocan en los jóvenes estrés por no tener todas las posibilidades necesarias para un buen desarrollo en sus actividades escolares.

### **e.5.3 Entorno de amistades**

Galimberti (2002), define la amistad como el sentimiento que nace del encuentro entre dos o más personas que perciben una comunión de intereses, de valores y de ideales, y que por eso establecen interacciones íntimas fundadas en la comprensión y en la confianza recíproca.

El entorno de amistades que posee la población juvenil es gran influyente para que este pueda contribuir o no de manera positiva o negativa en un individuo que experimenta

ansiedad, la amistad entre dos o más personas está conformada por lazos de confianza, principios, formas de pensar, gustos en común. Por tal razón se crea una afinidad mutua que afecta de forma directa o indirecta en el sujeto.

En nuestros días las relaciones amistosas contribuyen a la formación y educación del ser humano especialmente en los jóvenes, ya que en dependencia del entorno de amistad que se mueva el individuo permitirá favorecer o destruir la vida de este, especialmente cuando se habla de ansiedad, debido a que las personas que lo rodean pueden ser colaboradoras para mejorar dicha problemática o abatirlo más en este trastorno. Dado caso que no todas las amistades son de ayuda a como se espera, es por ello que al pertenecer a un grupo de amistad que no ofrezca un apoyo en estos jóvenes es de mucha premura evitar este tipo de apego.

## **e.6 Afectaciones económicas**

### **e.6.1 Consultas médicas**

Para el tratamiento de la ansiedad, de las terapias que han sido evaluadas y en las que investigadores y profesionales de la salud mental infanto-juvenil han encontrado evidencia que muestra que se encuentran en el nivel superior de eficacia aparecen las siguientes: la terapia cognitivo-conductual, la exposición, el modelado, la terapia cognitivo-conductual con la implicación de los padres, la psicoeducación y la terapia cognitivo-conductual con medicación. (Espinoza, García, & Martín, 2018)

Es importante dar a conocer el trabajo que realiza un profesional de la salud cuando se trata de ansiedad, es por ello que se muestran diferentes tipos de terapias para el mejoramiento y ayuda en los jóvenes que sufren con mayor constancia este trastorno.

Hoy en día recurrir a profesionales de la salud mental resulta para algunos importante y para otros individuos no, especialmente cuando se habla de ansiedad. Sin embargo, cuando el joven posee crisis severas es necesario que asista a asesoramientos médicos que le permitan el mejoramiento tanto de su salud emocional y mental como física, así pues, estas visitas



requieren un costo y más aún cuando se necesita medicación, por tal razón muchos padres de familia no acceden a asistir a estas consultas y prefieren que sus hijos e hijas jóvenes resuelvan esta problemática por sí mismos.

### **e.6.2 Compra de fármacos**

Desde el punto de vista farmacológico, el más correcto y exhaustivo, la expresión “droga” se refiere a cualquier sustancia, sintética o natural, químicamente pura o no, cuya ingestión provoca una modificación de la conciencia, de la percepción y del humor. Tal definición abarca, además de las drogas consideradas ilegales y de uso controlado las bebidas alcohólicas, el café, el té, el tabaco, algunos vegetales y, naturalmente, todos los fármacos que tienen un efecto activo sobre la psique. (Galimberti, 2002)

Los fármacos son sustancias utilizadas para el alivio y mejora de malestares físicos y nerviosos, tanto sea con prescripción médica o no; cuando son adquiridos con moderación y orden clínica generan resultados positivos hacia el paciente, sin embargo, puede ser contraproducente para la salud cuando se abusa de forma irracional este tipo de compuestos.

Muchos jóvenes que experimentan a fuertes niveles la patología ansiedad recurren a este tipo de ayuda farmacológica aportando a la disminución de los síntomas característicos, sin embargo, se vuelve una problemática cuando la persona se hace dependiente a los mismos, dado que, la ansiedad aumenta y empeora a tal grado que siente que no puede vivir sin este tipo de medicamentos afectando drásticamente su situación económica.

## **e.7 Redes de apoyo**

### **e.7.1 Espiritual**

Con base a la información de Aranda & Pando (2013), las redes sociales de tipo informal son aquellas que impulsan y propician los contactos personales a través de los cuales el individuo mantiene su identidad social y recibe apoyo emocional, espiritual ayuda material y servicios de información.

La importancia del apoyo espiritual en las personas que padecen de ansiedad o están en un proceso para superarla es de suma relevancia ya que les ayuda a conectarse con su ser espiritual en momentos de crisis y desolación, ayuda restablecer aquellos vínculos que se han perdido, como a la vez logra que las personas reconsideren y sepan despojarse de ideas equivocadas que pueden ser dañinas para su bienestar.

Existen muchas congregaciones religiosas que reciben a cualquier tipo de personas que necesiten de dirección espiritual y así conducir a las personas a un balance en el que su mente, cuerpo y espíritu estén en armonía, por lo general se les brindan las herramientas que necesiten para lograr conectarse en su ser más íntimo con Dios. El tener un acercamiento con dios esto ayuda a aliviar la ansiedad y depresión, ya que en la actualidad los jóvenes reciben una cierta liberación con este tipo de ayuda espiritual.

### **e.7.2 Psicológica.**

De acuerdo a Aranda & Pando (2013), definen al apoyo social como “una práctica simbólica-cultural que incluye el conjunto de relaciones interpersonales que integran a una persona con su entorno social y le permite mantener o mejorar su bienestar material, físico y emocional.

Quien padece de ansiedad no puede evaluar su propio estado de bienestar emocional, por lo cual con la ayuda de un terapeuta es posible lograr que la persona se conecte consigo mismo y logre comprender cuál es la raíz del problema, en sesiones terapéuticas se identificarán aquellos factores que alimentan el problema, y a su vez reconocer las emociones o patrones de comportamiento que obstaculizan el buen vivir de la persona que padece de ansiedad.

Es notoria la importancia de profesionales especialistas en salud mental, ya que su principal objetivo es mejorar la calidad de vida de las personas y lograr un estado completo de bienestar. En universidades como la UNAN-Managua y sus diferentes facultades

Multidisciplinarias, específicamente en carreras afines a ciencias humanistas, los docentes de dicha institución brindan atención psicológica complemente gratuita a los estudiantes que necesiten del acompañamiento psicológico necesario para modificar aspectos negativos que afectan su vida diaria, como a su vez fortalecer y reforzar aspectos positivos necesarios para su bienestar. Ya que en la universidad se observa la necesidad en los jóvenes, pues es notoria la ansiedad y depresión que presentan el día a día y esto les impide tener un buen desarrollo y un buen rendimiento en su aprendizaje diario.

### **e.7.3 Familia y amistades**

Según Aranda & Pando (2013), el apoyo social es definido como “el apoyo recibido o la interacción entre las personas, sean estos familiares, amigos, vecinos y miembros de organizaciones sociales, ya sea de tipo espiritual, emocional, instrumental e informativo.

La familia y los amigos de quienes padecen de problemas de ansiedad por lo general se encuentran en una situación que resulta difícil de manejar y a su vez los puede frustrar al no saber cómo actuar, pero en ellos recae un importante rol en cuanto a la ayuda adecuada y propicia para con sus allegados; tanto la familia como los amigos son las principales fuentes de apoyo emocional, lo primordial siempre será que ellos tengan el conocimiento de la carga emocional por la que atraviesan las personas con ansiedad, y propiciar un ambiente de confianza libre de prejuicios.

Los profesionales de la salud mental que brindan terapias a las familias facilitan herramientas para acompañar y ayudar de manera efectiva y afectiva a quienes padecen de crisis de ansiedad, de igual manera en estos tiempos en lo que la tecnología y las redes sociales tienen mayor eco, se logra encontrar información que brindan asesoramiento gratuito de cómo ayudar emocionalmente a personas con trastornos de ansiedad. El tener ayuda familiar es de mucha importancia en el avance con los jóvenes que actualmente sufren este tipo de problemas por el cual tener apoyo familiar, amistades y redes de apoyo acido de gran ayuda.

## **2.2. PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN**

1. ¿Cuáles son las características socioeconómicas de los jóvenes de V año de la carrera de Trabajo Social de la UNAN-FAREM-Matagalpa, segundo semestre 2022?
2. ¿Cuáles son las vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los jóvenes de V año de la carrera de Trabajo Social de la UNAN-FAREM-Matagalpa, segundo semestre 2022?

## CAPÍTULO III

### 3.1. DISEÑO METODOLÓGICO

#### 3.2. Tipo de paradigma

En esta investigación el tipo de paradigma es interpretativo, el conocimiento interpretativo es un conocimiento fundamentado o enraizado en los ámbitos sociales de los que se genera, puesto que está basado en las experiencias en el campo del investigador de los participantes. Esto implica el recurso al conocimiento de tipo “**emic**” es decir, a las visiones subjetivas de los individuos y a los significados de la misma en el marco del contexto social. Dado que se trata de conocimiento “**emic**”, es lógico inferir que estamos tratando un saber problemático cargado de significaciones personales, sociales, ideológicas y valorativas. (González, 2001)

#### 3.3. Tipo de enfoque:

Los métodos cualitativos estudian la realidad en su contexto natural, tal y como sucede, intentando sacar sentido de o interpretar los fenómenos de acuerdo a los significados que tienen para las personas implicadas. La investigación cualitativa implica la utilización y recogida de una gran variedad de materiales, entrevistas y experiencia personal, que describen la rutina, las situaciones problemáticas y los significados en la vida de las personas. (Díaz, 2017).

#### 3.4. Diseño de investigación:

Por su diseño, esta investigación es fenomenológica, puesto que estudiará un fenómeno social como lo es las vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los jóvenes, por tanto, se tratará de comprender y conocer de forma amplia las experiencias obtenidas.

En el estudio, se pretende describir y entender los fenómenos desde el punto de vista de cada participante y desde la perspectiva construida colectivamente. El investigador contextualiza las experiencias en términos de su temporalidad (tiempo en que sucedieron),

espacio (lugar en el cual ocurrieron), corporalidad (las personas físicas que la vieron) y el contexto relacional (los lazos que se generaron durante las experiencias) (Bonilla & Alvarez, 2010).

### **3.5. Tipo de estudio por su profundidad: Descriptivo**

El investigador se limita a medir la presencia, características o distribución de un fenómeno en una población en un momento de corte en el tiempo, tal sería el caso de estudios que describen la presencia de un determinado factor ambiental, una determinada enfermedad, mortalidad en la población. (Veiga, De la Fuente, & Zimmermann, 2008).

Por ende, la presente investigación se establece como un estudio descriptivo, dado que son estos quienes constituyen un primer acercamiento a un fenómeno que ocurre en un determinado lugar y población, en donde se pretende identificar la magnitud de una problemática latente como así el impacto del mismo sobre los investigados.

### **3.6. Población y muestra:**

La población está compuesta por 25 estudiantes de V año de la carrera de trabajo social de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua FAREM-Matagalpa, cuya muestra seleccionada está compuesta por 3 estudiantes de dicha carrera, seleccionados bajo criterios de elección.

- Que fueran estudiantes de Trabajo Social.
- Disponibilidad a participar en el proceso de investigación.
- Con características asociadas a la ansiedad.
- Sin discriminación de sexo, religión.

### **3.7. Métodos**

#### **3.7.1. Método teórico**

##### **3.7.1.1. Análisis**

Según Quesada & Medina (2020), entienden el análisis, en general, como una operación por la cual un término desconocido se resuelve en un conjunto de elementos simples que solo contienen términos claros y distintos.

Este método constituye una parte importante en la indagación sobre un tema, dado que se consultan varias fuentes, y a partir de ahí se llega a la interpretación de un solo concepto que permita obtener lo más esencial sobre una materia de estudio.

### **3.7.1.2. Inducción**

Para Quesada & Medina (2020), la inducción se puede definir como una forma de razonamiento por medio de la cual se pasa del conocimiento de cosas particulares a un conocimiento más general que refleja lo que hay de común en los fenómenos individuales.

En esta parte se utiliza el pensamiento a un nivel más general, siendo así una forma de hipótesis que puede generar una conclusión por medio de probabilidades pero que no puede afirmar nada de manera concreta sino a consideraciones propias del investigador.

### **3.7.1.3. Deducción**

En la información recopilada por Quesada & Medina (2020), la deducción es una forma del razonamiento, mediante el cual se pasa de un conocimiento general a otro de menor nivel de generalidad.

Este método a diferencia del anterior, va de lo general a lo particular, se infieren premisas, ya una vez adquiridas para luego construir una conclusión lógica, como a su vez descubrir principios desconocidos a partir de los conocidos.

### **3.7.1.4. Síntesis**

De acuerdo a Quesada & Medina (2020), la síntesis es la operación inversa, que establece mentalmente la unión o combinación de las partes previamente analizadas y posibilita descubrir relaciones y características generales entre los elementos de la realidad.

En este caso la síntesis procede de lo universal a lo individual, es decir, que radica de lo esencial o lo más imprescindible. Todo esto para lograr un conocimiento simplificado, pero a su vez relevante.

#### **3.7.1.5. Abstracción**

Con base a Quesada & Medina (2020), la abstracción es un procedimiento importante para la comprensión del objeto de investigación, ya que se llegan a destacar sus propiedades y relaciones. Permite reflejar las cualidades y regularidades generales, estables y necesarias del objeto de investigación.

Este método tiene como finalidad descubrir lo esencial que puede estar oculto para el investigador, pero que es necesario en la veracidad de una investigación. Este paso permite sintetizar varios conceptos en uno más profundo y de mayor contenido.

#### **3.7.1.6. Concreción**

Conforme a la información de Quesada & Medina (2020), lo concreto es la síntesis de muchos conceptos y por consiguiente de las partes. Las definiciones abstractas conducen a la reproducción de lo concreto por medio del pensamiento.

Lo concreto como punto final, es el resultado obtenido para llegar a un conocimiento de gran valor y substancial a su vez; y las abstracciones no son más que el medio para lograr el resultado de la concreción.

### **3.8.2. Método empírico**

#### **3.8.1.1. Entrevista a profundidad**

La entrevista en profundidad exige capacidad de respuesta, sensibilidad humana y la adaptación por parte del investigador a un escenario natural y cotidiano con el propósito de obtener la descripción profunda y completa de eventos, situaciones, percepciones,



experiencias, creencias, pensamientos y significados individuales y colectivos (información de caracteres cualitativos) para comprenderlos e interpretarlos. (Simão, 2010)

Esta es el primer acercamiento que se hace con los investigados, en esta puesta en marcha, se lleva la idea de una problemática en la cual se realizará una exploración, pero conforme a los aportes de los participantes se procede a identificar ya no la idea, sino el tema en el cual trabajar, y de igual manera elaborar un bosquejo inicial conforme a las distintas exigencias que el trabajo exploratorio requiere abordar.

### **3.8.1.2. Entrevista semiestructurada**

Según Tejero (2021), la entrevista semiestructurada recolecta datos de los entrevistados a través de un conjunto de preguntas abiertas. Para saturar los datos, es decir, para recolectar información suficiente para entender el área de interés.

Este método consiste en realizar preguntas y adquirir respuestas que no se pudieron obtener en el primer acercamiento, pero que fue en ese primer momento que surgieron distintas interrogantes de gran valor para el equipo investigador, que son necesarias aclarar para abordar de manera eficaz aquella problemática a la que se desea darle una solución.

### **3.8.1.3. Ficha de caracterización**

Caracterizar una población es un proceso en el cual se determinan o identifican las condiciones particulares de un grupo de personas. La caracterización no solo trata de recopilar datos para realizar estadísticas, sino en realizar un diagnóstico de la realidad social, económica, psicológica, entre otros de factores en mención. (Angarita, Florez, & Romero, 2018).

En este sentido la parte de caracterización tiene un gran impacto en la presente investigación, gracias a este método el equipo investigador identifica aquellos factores que intervienen de manera directa o indirecta en los investigados. A su vez esta fase descriptiva hace posible cumplir con uno de los objetivos planteados en este trabajo.

#### **3.8.1.4. Observación focalizada**

El uso de la técnica de observación en la investigación cualitativa responde a determinados planteamientos de problema y diseños de estudio que priorizan el acercamiento y captación directa de dinámicas y prácticas sociales en los contextos naturales en que se desarrollan. (Mata, 2020)

Esta fase es de suma importancia en la realización de una investigación de tipo cualitativa, debido que a partir de ella se puede indagar y discutir sobre alguna interrogante a la cual se le debe dar una respuesta, verificándolo desde la participación en conjunto del grupo (investigados e investigadores) dado que todo lo que se exprese de manera consciente o inconscientemente por parte de los investigados genera un punto de partida en el cual también trabajar y sensibilizar.

### **3.8. Procesamiento de la información:**

En esta investigación cualitativa se aplicaron técnicas como: análisis y discusión de resultados para estudiar y profundizar los instrumentos aplicados (entrevista a profundidad y la ficha de caracterización) conforme a la teoría estudiada. De igual manera, se utilizaron programas para el desarrollo, análisis y elaboración del informe final como Microsoft Word.

### **3.9. Validación de Instrumentos:**

El proceso de validación de los instrumentos se desarrolló utilizando la técnica de juicio de expertos, los cuales representaban las áreas especializadas en el objeto de estudio de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua UNAN FAREM- Matagalpa.

Especialista	Nivel Académico	Formación Profesional.
José Luis González	Dr. en Educación	<p>Doctorado: Institución, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, UNAN Managua; FAREM CHONTALES, <i>Grado obtenido</i>, Doctor en Educación e Intervención Social. (2013 – 2016).</p> <p>Maestría: Institución, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, UNAN Managua; <i>Grado obtenido</i>, Máster en Pedagogía con Mención en Docencia Universitaria (2006 – 2009).</p> <p>Licenciatura: ISCAH, La Habana, Cuba; <i>Grado obtenido</i>, Licenciado en Cultura Física y Deportes(1990 – 1996).</p>
Cynthia Rodríguez Portillo	Psicología clínica,	<p>Maestría en Salud Pública</p> <p>Consultora independiente de proyectos. Consultora Movimiento Comunal Nicaragüense</p>
Aida Mosher	Psicóloga	<p>Maestría en Género y atención integral de la mujer</p> <p>Consultora privada</p> <p>Diplomado en Psicología Forense</p>

*Fuente: Datos proporcionados por expertos.*

El aporte estuvo relacionado con:

- Verificar los instrumentos según las categorías de investigación.
- Verbos utilizados y aportes de redacción.
- Consistencia de los instrumentos.

## CAPÍTULO IV

### 4.1. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

En este capítulo se abordan los principales resultados atendiendo los objetivos de la presente investigación.

#### **Caracterizar el nivel social, económico y educativo de los estudiantes.**

En atención al primer objetivo: Caracterizar el nivel social, económico y educativo de los estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social de la UNAN-FAREM- Matagalpa, segundo semestre 2022.

Los datos demográficos son información general sobre grupos de personas. Dependiendo de la finalidad, los datos pueden incluir atributos como la edad, el sexo y el lugar de residencia, así como características sociales como la ocupación, la situación familiar o los ingresos. Los datos demográficos se utilizan sobre todo para el uso estratégico de la adaptación de las ofertas al grupo objetivo respectivo y también pueden utilizarse como base para análisis de negocio e informes de rendimiento. (Clinic, 2022).

*Tabla 1 Datos sociodemográficos de los informantes*

<b>Criterios</b>	<b>Caracterización</b>	<b>Informante 1</b>	<b>Informante 2</b>	<b>Informante 3</b>
<b>I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN</b>	<b>Edad</b>	26	23	22
	<b>Sexo</b>	Mujer	Hombre	Mujer
	<b>Nivel de Educación</b>	Universitaria	Universitario	Universitaria
	<b>Procedencia</b>	El chino kuant	Walter Mendoza	Hábitat
	<b>Religión</b>	Evangélica	Evangélico	Católica
	<b>Estado civil</b>	Unión de Hecho	Soltero	Soltera

<b>II. ESTUDIO SOCIAL</b>	<b>Vivienda Propia Alquiler</b>	Alquiler	Propia	Propia
	<b>Personas del hogar</b>	1 (su pareja)	1 (papá)	6
	<b>Servicios básicos</b>	Agua potable. Energía. Aguas negras.	Agua potable. Energía. Aguas negras.	Agua potable. Energía. Aguas negras.
	<b>Ocupación</b>	Estudiante y trabajadora	Estudiante.	Estudiante.
	<b>En que trabajas</b>	Secretaria ejecutiva	Área de producción	No trabaja.
	<b>Situación de salud</b>	Estrés laboral	Buena salud	Buena salud.
	<b>Ingresos Económicos</b>	Salario básico propio. Salario de su conyugue.	Papá y el trabajo de medio tiempo	C\$ 1800.
	<b>Actividades Recreativas</b>	Salir a caminar. Ir al gimnasio.	Tocar guitarra. Fútbol. Baloncesto. Ministerio de la iglesia.	Salir a caminar. Dibujo, bisutería y hacer ejercicio.

*Fuente: Datos obtenidos de la ficha de caracterización Socioeconómica.*

Basados en la información de la tabla 1, producto de la ficha de caracterización, el informante número 1, es una joven con 26 años de edad, sexo femenino, con un nivel de educación superior (universitario) actualmente cursando V año de la carrera de Trabajo Social.

La joven proviene de un matrimonio actualmente disuelto, durante el proceso de la entrevista comparte este acontecimiento, por lo que se logró observar que, ha sido el mayor causante al estrés, tristeza y pensamientos negativos, así pues, sus padres han sido los mayores influyentes y formadores de su persona a lo largo de toda su vida hasta la actualidad, asimismo, cuenta con un hermano menor con quien tiene una excelente relación familiar, la joven menciona que la situación de sus padres ha sido raíz de la ansiedad que ha presentado en momentos de su vida, cabe destacar que en cuanto a su carisma, es una joven reservada, callada, brinda su confianza a las personas que de verdad brinden apertura para ello.

De acuerdo al contexto personal, la joven cuenta con el apoyo de una amiga y su mamá quienes considera como sus redes de apoyo en su vida; y en cuanto a la dimensión económica trabaja como secretaria ejecutiva en un Centro Educativo, expresa que en diversas ocasiones ha tenido inconvenientes al asistir a las clases universitarias, dado que, le demanda mucho tiempo; adherido que es la que sustenta el hogar donde alquila con su pareja y este último provee de igual forma a los gastos económicos; por consiguiente, comenta que actualmente se encontraba pasando por un estrés laboral bastante complejo, hasta llegar a tal punto que sus superiores le preguntaban porque no estaba rindiendo al 100% en su área laboral, notándose cierta angustia y preocupación al expresar esta respuesta.

Por su parte el nivel socioeconómico del protagonista 2, muestra que es un joven de 23 años de edad, sexo masculino, cursa actualmente el quinto año de la carrera de Trabajo Social, proviene de padres separados, y basados en los parámetros que establece la guía de observación su tono de voz es baja y mueve sus pies.

El joven actualmente convive únicamente con su papá, ya que su mamá vive con la hermana del protagonista y su hermano mayor ya está casado quien también habita en una casa vecina. Durante la entrevista cuenta que su relación tanto con su papá como con su mamá es muy buena y que conversa mucho con su papá y su hermano mayor, de acuerdo a la guía de observación focalizada su tono de voz es baja, mueve sus pies y se traba al hablar. Describe a sus amistades como personas quienes le han brindado su apoyo y cariño incondicional, ayudándole en momentos de dificultad con bases sólidas entre la confianza y el apoyo mutuo.

Dentro del ámbito económico medido a través de la disponibilidad de recursos económicos, la información obtenida de la ficha de caracterización el protagonista expresa que trabaja de medio tiempo en la PROLACSA y durante sus vacaciones, al igual su papá, sostiene que cuentan con las necesidades básicas del hogar.

En cuanto al tercer informante, desde la dimensión social medida a través de la educación de las personas; en la ficha de caracterización se aprecia que es una joven de 22 años de edad, sexo femenino, cursa V año de trabajo social en la UNAN-FAREM- Matagalpa.

La joven proviene de un matrimonio estable de 22 años, no poseen ningún nivel de escolaridad, convive hasta el día de hoy con sus padres, hermanos e hija, quienes han influido en su desarrollo personal lo largo de su vida, en cuanto a la entrevista realizada y ficha de caracterización, se mostró muy positiva al expresar gestos de confianza y agradecimiento tomando en cuanto la guía de observación.

De acuerdo con su contexto personal la joven cuenta con amistades pertenecientes en su mismo recinto universitario quienes han sido parte en su proceso educativo, también cuenta con amistades fuera del recinto universitario que, juegan un papel muy importante, tomando en cuenta que las relaciones con amistades son importantes para el desarrollo personal.

No obstante, sus padres y hermanos participan en sus proyectos de vida y en sus decisiones cuando ha pasado por momentos difíciles, el apoyo familiar le ha hecho crecer personalmente; su personalidad se destaca por ser sociable, carismática, perseverante e inteligente, capaz de salir adelante como persona, de tal manera que ha logrado resaltar su esfuerzo, dedicación y perseverancia cuando se han presentado dificultades en la carrera.

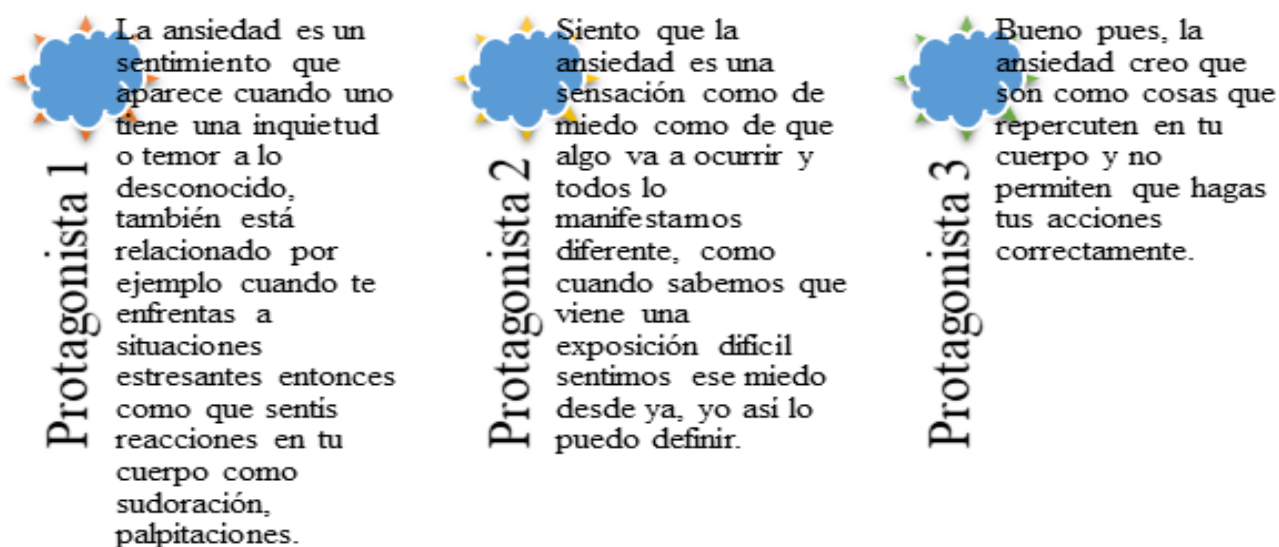
Desde la dimensión económica que es medida a través de la disposición de los recursos, en la cual la ficha de caracterización evidencia que en el hogar de esta joven laboran tres personas, según la entrevista realizada, y su nivel de vida puede considerarse como nivel medio, considerando que posee los beneficios básicos por parte de la familia, desde enseres personales, apoyo emocional y campos laborales.

### **Describir las vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los estudiantes**

Ahora bien, con respecto al segundo objetivo: **Describir las vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social de la UNAN-FAREM-Matagalpa, segundo semestre 2022.**

Se logró encontrar otros hallazgos significativos a través de la entrevista Semiestructurada, el presente trabajo profundiza en las vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en dichos universitarios, los resultados son los siguientes:

## 1 ¿Cómo defines la ansiedad?



*Ilustración 1 Definición de ansiedad*

Fuente: Entrevista a jóvenes

El termino Ansiedad, proviene del Latín “Anexitas”, es un estado de malestar psicofísico caracterizado por una sensación de inquietud, intranquilidad, inseguridad o desosiego ante lo que se evidencia una amenaza inminente y de causa indefinida. (Alfárez, 2011).

Al abordar a la protagonista 1 sobre la definición de ansiedad, se refleja una respuesta muy acertada en cuanto a la ansiedad y sus sintomatologías, que nos permite identificar que la joven conoce exactamente las situaciones, así como las reacciones que ha experimentado desde su propia vivencia.

Asimismo, según la guía de observación focalizada, la joven en un primer momento se muestra serena y relajada, pero se denota la concordancia y racionalización de sus ideas, sin embargo, se muestra un profundo sentir de esta vivencia en su vida propia a la hora de expresar su respuesta.



Seguidamente, al entrevistar al protagonista 2, este se mostró tranquilo y relajado según la observación focalizada, se demuestra que tiene una conceptualización clara de concepto de ansiedad e inclusive sugiere pequeños ejemplos de este término, definiéndolo como un miedo a lo desconocido e incierto que pueda suceder en la vida.

Con base a su respuesta se deduce que, es una persona expresiva, observadora, que le gusta indagar sobre temas de interés social y a la vez de muestra no ser tímido, atendiendo la ficha de caracterización se puede señalar que, siendo un estudiante universitario de la carrera de Trabajo Social su noción de temas como este, muestra su inserción en la labor social de acción de dicha carrera.

Al entrevistar al protagonista 3, la joven se presentó relajada y sin ninguna actitud negativa al responder la pregunta, en la observación focalizada donde se aprecia que tiene una buena conceptualización de lo que significa ansiedad, lo determina cómo sensaciones en el cuerpo que naturalmente no ayuda a poder sobrellevar sus actividades del día a día naturalmente y que presentan malestares como: angustia, preocupaciones, alucinaciones, inquietud, intranquilidad e inseguridad al momento estar en un período difícil por el que transcurre el día; expresa que estas sensaciones se manifiestan al momento de presentarse en un grupo de personas.

Dado las palabras, con las que se expresó, no es una joven tímida, esto demuestra que no esconde lo que esto significa para ella, de acuerdo con el autor que expresan malestares psicofísicos que está provoca en las personas.

2. ¿Has sido diagnosticado con ansiedad por algún profesional de la salud mental?  
¿Desde hace cuánto tiempo? ¿Qué tipo de ansiedad?



Ilustración 2 Diagnóstico sobre ansiedad

Fuente: Entrevista a jóvenes

Según (Gantiva, Luna, Dávila, & Salgado, 2010), la búsqueda de apoyo profesional consiste en el empleo de recursos profesionales para tener mayor información sobre el problema y sobre las alternativas para enfrentarlo.

La protagonista 1 expresó que, no ha asistido con un profesional y por ende no ha sido evaluada por un experto en salud mental que permita determinar esta condición, sin embargo, una docente de su recinto universitario únicamente con observar su forma de actuar durante la asignatura dada, percibió notoriamente un cuadro de ansiedad en ella; permite señalar que las reacciones que ha venido manifestando de hace mucho tiempo se muestran en su persona, son afines al padecimiento que se está tratando, donde ninguna otra persona del entorno en la cual ella se desenvuelve ha podido notar estas actitudes, incluso ni ella misma sabía el nombre de su sentir y actuar hasta ese momento.

Cabe destacar que, por la falta de autoayuda en cuanto a sus padecimientos, se deduce que es una joven tímida, con poca expresión a su sentir hacia las personas que la rodean,

denotando una cierta cohibición para sí y por ende mucha angustia y sentimientos de frustración.

De acuerdo con el protagonista 2, manifestó que no ha sido diagnosticado de ansiedad por ningún profesional de la salud, sin embargo, expresó el comerse las uñas de pequeño, lo cual podría considerarse una manía para liberar estrés, basados en la observación focalizada el sujeto mueve sus piernas denotando ansiedad o inquietud.

La protagonista 3 mostró una similitud al diferenciar una ansiedad normal y una ansiedad aguda como antes mencionada el autor, puesto que expresó que las sensaciones solo aparecen por momentos.

Según los parámetros de la observación focalizada, la joven se mostró con una reacción de asombro ante la pregunta, lo que demuestra no tener un padecimiento muy severo; al mencionar que nunca ha sido diagnosticada demostró firmeza y seguridad en sus palabras al momento de dicha entrevista.

### 3. De acuerdo a tu experiencia personal. ¿Qué situaciones, personas o cosas te producen ansiedad?

Protagonista 1	Protagonista 2	Protagonista 3
Bueno creo que cuando dejo que se acumulen situaciones muy estresantes, por ejemplo, como la separación de mis papás, la separación de mis padres, el estrés laboral, por ejemplo, también la parte financiera, la parte económica, eso me causa mucha ansiedad.	No lo sé la verdad, no lo lograría determinar, pero sí puedo decir que hay situaciones que estoy expuesto muy relevantes, como en la iglesia cuando voy a predicar a una cierta cantidad de personas si siento ese nerviosismo pequeño y que tal vez a los primeros minutos tengo las manos sudorosas.	A lo personal bueno, muchas veces estar frente a personas que vos sentís más que vos, como que a la púchica no te permite realizarte o hacer lo que quieres hacer y cosas como, cosas que a mí me dan miedo y nervios entonces eso ya no me permite hacerlo, cosas como que son: hablar en público depende del público, eso pues.

*Ilustración 3 Experiencias personales.*

Fuente: Entrevista a jóvenes

El Trastorno de Ansiedad Generalizada es mucho más de lo que una persona normal con ansiedad experimenta en su vida diaria. Son preocupación y tensión crónicas aun cuando nada parece provocarlas. (Alfárez, 2011)

Basados en la respuesta de la protagonista número uno y en relación con lo que define el autor, se evidencia claramente los detonantes de este padecimiento, siendo estos: separación de los progenitores, estrés laboral y ámbito financiero; comúnmente estas situaciones de la vida diaria son producto de estrés, tensión y ansiedad a niveles altos, dependiendo del modo de percibir la situación de cada individuo; es de gran importancia señalar que la protagonista sabe identificar con exactitud los momentos en las cuales se presenta, y según la guía de observación focalizada se apreciaron movimientos repetitivos en sus manos, falta de contacto visual al entrevistador, entendido así como nerviosismo e incomodidad.

Según el protagonista 2, algunos causantes de provocarle nervios son por ejemplo predicar en su iglesia ante una gran cantidad de personas y dichas situaciones le producen una sudoración en sus manos, aunque sostiene que luego de algunos minutos logra tranquilizarse. Con respecto a la observación focalizada, el sujeto continuó moviendo sus piernas, por consiguiente, se podría considerar impaciencia por su parte.

Al ser entrevistada la protagonista tres, se muestra con inconformidad, pues expresa que existen personas que la obstaculizan en su vida diaria, que no le permitan sentirte bien de tal manera que la joven presenta dificultades en su autoconcepto, comparte que le molestan los momentos que son persistentes en su vida diaria, por ejemplo, señala que le presta mucha atención al qué dirán o que pensarán las personas de ella, piensa en sufrir discriminación de cualquier tipo, además, posee pensamientos como miedo a fracasar a la hora de cumplir con las expectativas en la Universidad y no ser vista ante los demás compañeros y maestros.

De acuerdo con la observación focalizada, el sujeto continuó moviendo sus piernas, por consiguiente, se podría manifestar impaciencia. Por otro lado, la protagonista 3 mostró mucha tristeza en el momento de responder la pregunta y presentó movimiento en su cabeza, bajó la vista muchas veces y al hablar su voz iba descendiendo poco a poco.

**4. ¿Qué síntomas experimentas a nivel físico y emocional cuando consideras que tienes situaciones, personas o cosas que te producen ansiedad?**

Protagonista 1	Protagonista 2	Protagonista 3
<p>Cuando acumulo muchas situaciones estresantes, y bueno, a nivel físico sudoración excesiva, fatiga, incomodidad y a nivel emocional creo que la parte del miedo, de sentir tristeza también.</p>	<p>Pues te mencionaba anteriormente, yo digo que es esa onda de comerte las uñas y yo sudo mucho cuando estoy nervioso y soy como hiperactivo, porque una compañera de clases un día me dijo “maje te vamos a tener que grabar cuando expones” pero yo siento que en una exposición yo necesito meterme, pero ellas me dicen estas muy hiperactivo, yo no lo veo de esa manera, hasta me grabaron, pero lo hago como para apropiarme del tema.</p>	<p>Nervios y entonces como me dan nervios hay comienzan los movimientos de ansiedad como mover los pies y ahí, no podés estar tranquila tienes que estar jodiendo y molestando ahí.</p>

*Ilustración 4 Sintomatología.*

Fuente: Entrevista a jóvenes

Según Alférez (2011), se refiere a un episodio inesperado de miedo excesivo que acarrea reacciones físicas severas, aun cuando no exista ningún peligro real o causa aparente.

Respecto a la entrevistada número 1, las sintomatologías que describe van ligadas a las manifestaciones que la ansiedad produce al momento de determinadas situaciones, como refiere el citado autor, ante peligros no reales que existan en la vivencia cotidiana; así pues, la mayoría de estos acontecimientos catastróficos ocurren únicamente en su pensamiento y detonan drásticamente en su sentir y modo de ver dichos problemas; mediante la entrevista señala la tristeza, ya que dicho sentimiento al ser muy recurrente podría transformarse en un causante hacia lo que comúnmente conocemos como depresión, generando aún más inquietudes a su salud mental y física.

Nuestro protagonista 2 expresa que, hay ciertos detonantes que le generan nervios, como por ejemplo estar en una exposición o en una predica en su iglesia, pero él desde su percepción considera que debe apropiarse del lugar donde se presenta para poder sentirse cómodo con lo que hace.

De igual manera según la observación focalizada logramos percibir que continúa moviendo sus piernas, también resaltamos su servicio y perseverancia en el ministerio de su iglesia, cuya información se encuentra en la ficha de caracterización.

La protagonista 3 en coincidencia con lo expresado por el autor, expresa que los síntomas que le provoca al encontrarse en un estado ansioso son: nervios, miedo e intranquilidad, al momento de estar frente a personas quienes no tienen mucha confianza es cuando entra el nervio y no le permite desarrollarse bien al hablar es ahí cuando aparece el miedo ser juzgado y que no puedan ver lo que ella trata de demostrar, esto fue lo que expresó al momento de la entrevista.

En la entrevista focalizada la joven se mostró triste al mencionar que, cuando pasa por momentos así su autoestima baja, Cabe mencionar que, al expresarse muestra que es una joven que no se abre en confianza con cualquiera sino; con las personas que no las juzgan en su desarrollo, Sin dejar de mencionar que la joven presenta síntomas de ansiedad como movimientos repetitivos con su cuerpo.

## 5. ¿Qué otros factores crees que influyen en la ansiedad?

**Posiblemente creo que un factor en mi vida creo que es la acumulación de mucho estrés, creo que los problemas familiares influyen bastante.**

**Protagonista 1**

**Siento que un factor que influye mucho en la ansiedad y que no lo digo por mi sino por otras personas que sé que sufren de ansiedad y ellas lo saben hasta profesionales se lo han diagnosticado ya, es que tienen o paso algo en su infancia alguna etapa de su vida la infancia que los condicionó para eso, entonces yo creo que eso es muy importante.**

**Protagonista 2**

**Tal vez como: querer limitar a alguien, limitar a las personas muchas veces nos dicen algo, palabras groseras y cosas así entonces ya es como que no te permite desarrollarte.**

**Protagonista 3**

Ilustración 5 Factores.

Fuente: Entrevista a jóvenes

Arrieta, Díaz, & González (2014), manifiestan que dentro de los factores que se asociaron con la sintomatología de ansiedad y depresión estuvieron las dificultades económicas y problemas familiares.

En cuanto a la protagonista 1, se logró notar que, las situaciones familiares especialmente la separación de sus progenitores son los causantes que han incidido en gran medida hasta tal punto de acumulación de mucho estrés, asociado otras situaciones; según lo expresado por el autor, dos amplios factores que dan lugar a esta patología como lo son las dificultades económicas y problemas familiares, así pues, se evidencia que esto último ha creado grandes afectaciones en cuanto al incremento de la ansiedad.

En este punto el protagonista 2 no dio una respuesta propia, sino que contestó por conocimiento de experiencias de personas cercanas a él, es muy notorio que no logró comprender la pregunta y aplicarla a su vida y experiencia o pudo manifestar algún mecanismo de defensa.

En esta pregunta y gracias a los indicadores de la guía de observación, apreciamos al sujeto moviendo sus piernas y de igual forma cruzó las piernas como lo hizo con anterioridad, lo que podría expresar un bloqueo ante esta interrogante que se le realizó.

La protagonista 3 en comparación a lo deducido por el autor, menciona factores que le provocan ansiedad en el entorno académico, al encontrarse con personas que muchas veces la limitan a desarrollarse, dado que, muchas personas al decir palabras no agradables bloqueen un buen avance en el desarrollo de un individuo, esto fue deducido en el momento de dicha entrevista.

Sin embargo, dadas las palabras la joven demostró en la observación focalizada, rechazo e inquietud al expresar que hay personas que inciden en momentos difíciles, dejando entrever dificultades con personas de su entorno.



## 6. Puedes describir ¿Qué intensidad tienen los síntomas de ansiedad?

### Protagonista 1

- Podría decir que un 8, o sea, por ejemplo, es que depende de las situaciones verdad depende de las situaciones que me hagan estresarme.

### Protagonista 2

- Ese sentimiento de nerviosismo cuando algo te viene cuando estas esperando algo o es como cuando estás esperando a mi esperar me desespera, yo digo que ningún hombre le gusta esperar y las chavalas te hacen esperar siento que estoy como con eso pero si por otras personas que me decían es tu corazón te está palpitando a mil y siento que me asfixio gracias a Dios yo no lo he vivido, te voy a contar una experiencia personal siento que fue un ataque de ira lo que me paso y mi cuerpo temblaba pero yo quería quitarme esa ira yo en mi percepción era quitar eso pero no podía luego al punto en que sentía que veía borroso y quería sacar eso, pero luego de hablar con esa persona que padece de ansiedad me decía así son mis ataques también, yo le decía pues no se realmente si fue por la ansiedad o si fue lo que yo creo que es, que era sacar toda esa rabia, pero tal vez un psicólogo si podría decirme.

*Ilustración 6 Intensidad de los síntomas.*  
Fuente: Entrevista a jóvenes

### Protagonista 3

- Del 1 al 10 te lo podría decir un 5, si me dan nervios, pero también me puedo controlar.

La teoría psicoanalítica del trauma elaborada Sigmund Freud quien, con la noción de trauma, se refiere a la intensidad de un acontecimiento al que el sujeto no es capaz de responder en forma adecuada. (Galimberti, 2002).

De acuerdo a la teoría planteada por el autor, los traumas suscitan situaciones en los cuales los individuos manifiestan reacciones, acciones y sentimientos desconcertantes que resultan un problema para la persona que lo padece; así pues, el protagonista número uno describe la intensidad de las crisis de ansiedad que experimenta en categoría número 8 que, nos refleja un alto grado de ímpetu en dependencia de las situaciones que esta experimenta, junto a ello se logró observar que la reacción al momento de manifestar su respuesta era nerviosa, movía mucho los pies y le daba vuelta a un lápiz que tenía en la mano.

Por su parte, el protagonista 2 expresó que, la intensidad de la ansiedad, es un sentimiento de nerviosismo antes desconocido que podría sucederle, de igual manera manifestó que, experimentó un ataque de ira, que solo quería liberar esa tensión y después de conversar con un amigo que padecía ansiedad descubrió que pudo ser algo semejante a la de su compañero.



Al momento la entrevista, se logró apreciar con el apoyo de la guía de observación que movía sus piernas más lento, se puede deducir que es una experiencia que recuerda muy bien y lo llegó a sorprender, cuestionándose sobre el motivo que sucedió con él en ese entonces, según la ficha de caracterización nuestro informante se considera una persona con una buena salud y además se aprecia su honestidad y confianza al hablar.

Por consiguiente, la protagonista 3 al comprender lo escrito por el autor, tiene idea clara de que existe una gran intensidad en ataques de ansiedad y qué tan grandes pueden llegar a presentarse durante los síntomas; menciona que, no presenta intensidad en sus ataques, el nivel de intensidad que sufre considera se convierten en un desafío para la gestión de sus emociones cuando se siente afectada, furiosa, o molesta.

La joven se observa con aspecto de confianza, seguridad y con gratitud al dar a conocer su respuesta ante dicha pregunta, fue lo que se mostró en la observación focalizada.

**7. En relación con la pregunta anterior, ¿cómo se debería proceder al ver a una persona sufriendo un ataque de ansiedad? ¿Se debería acudir al hospital o al centro de salud?**

Protagonista 1	Protagonista 2	Protagonista 3
<p>Creo que primero que todo hay que hablar con ella, hay que tranquilizarla, porque es de suma importancia, ya que si le agarra un ataque de ansiedad severo puede llegar a sufrir que se yo, taquicardia, entonces primero ante todo es tranquilizarla y después ver si se empeora acudir a que se yo, a un centro para que la atiendan.</p>	<p>Fijate que yo creo bueno no domino si la ansiedad tiene como niveles, pero si es de esa manera pues yo creo que cuando es leve o mires persona ansiosa o como preocupada y comienza a surgir algunos síntomas pues yo creo que en solo estar ahí sin decir nada, solo la compañía siento que es de mucha ayuda, claro que si ya comienza a presentar otros síntomas y vos no puedes dominar los tal vez vos podrias llevarlos a algún lugar pero pienso que aunque lo lleves a ese lugar se te va a hacer muy difícil llevarlo porque la persona está consciente y la persona no va a querer que lo lleves a un lugar.</p>	<p>Depende, si ya es un ataque muy cebero ya tiene que acudir al centro de salud pienso yo porque muchas veces en el centro de salud lo que hacen es ponerle un calmante, entonces el centro de salud y esos problemas de ansiedad tenes que tratarlo con un psicólogo.</p>

*Ilustración 7 Reacción ante un ataque de ansiedad.*

Fuente: Entrevista a jóvenes

De las terapias que han sido evaluadas y en la que investigadores y profesionales de la salud mental infanto-juvenil han encontrado evidencia que, se encuentran en el nivel superior de eficacia aparecen las siguientes: la terapia cognitivo-conductual, la exposición, el modelado, la terapia cognitivo-conductual entre otras. (Espinoza, García, & Martín, 2018).

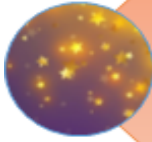
La protagonista número 1 expresó que la tranquilizarse resulta clave para ayudar a una persona frente a un ataque de ansiedad, ya que podría llegar a sufrir problemas físicos como taquicardia, un síntoma bastante evidente al aparecer la crisis y al empeorar dicho problema es necesario acudir a un centro de salud para atender de inmediato, así pues, la respuesta dada es muy acertante para una persona que está teniendo este tipo de situaciones, sus gestos corporales denotaron solidaridad y benevolencia mostrada ante tal circunstancia.

El protagonista 2 compartió que acompañar a quien sufre dicho padecimiento y estar junto a la persona es muy benéfico para el bienestar humano, debido a la seguridad que se trasmite, de igual forma remarcó que cuando la persona sufre una ansiedad muy severa no va a querer buscar ayuda muy fácilmente. En la observación focalizada, se logró identificar que el tono de voz del joven se volvió más claro demostrando sensatez ante el tema, de igual forma bajó la mirada al brindar su respuesta y mantuvo sus piernas cruzadas. Al formar parte de un Ministerio en su iglesia según datos de la ficha de caracterización, el entrevistado está rodeado de jóvenes, que facilita ayuda a miembros y compañeros de su iglesia.

Al escuchar la pregunta la protagonista 3 sin duda alguna hizo mención a la necesidad de acudir al centro médico, agrega que este tipo de padecimientos debería ser tratado con un especialista en dicha área para que las personas con esta sintomatología puedan sobrellevar las crisis de ansiedad, menciona que, tanto los niños, adolescentes, jóvenes y adultos no gozan de esta atención, por lo tanto, mostrando un gesto de empatía hacia los demás tomando en cuenta los momentos que ha atravesado.

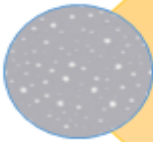
En la observación se mostró pensativa y hacía gesto en su cara de inconformidad al momento de dar respuesta a la pregunta.

8. ¿Podrías explicarnos, de qué forma ha afectado la ansiedad tu desarrollo personal familiar académico y laboral en tu vida diaria?



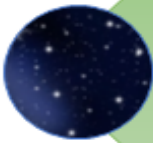
### Protagonista 1

- Existe creo que también la ansiedad social cuando te causan temor a ciertas cosas, como el qué dirán o a la fatigación de ver muchas personas, a lo desconocido.



### Protagonista 2

- Fijate que siento que ha podido llegar a afectar, puede ser en que a veces me ha impedido tomar ciertos riesgos, muchos no son riesgos son como "mira veni divirtámonos en esta onda pero yo digo nel me da miedo o cosas así" pero tal vez porque pude haber tenido una experiencia con eso es decir como sufrí un accidente de moto pues los primeros meses no quería subirme a una moto y el hecho de ver la moto me ponía mal me entiendes y es eso pero en general en mí el no arriesgarme a hacer cosas que tampoco estén mal, es como que me he limitado a hacer ciertas cosas, por inseguridades.



### Protagonista 3

- Bueno a mí no me permite desenvolver bien mis capacidades y mis fortalezas, porque muchas veces yo sé que soy capaz, pero esta cuestión de los nervios y esas cosas pues, a veces me atacan y por eso no puedo desenvolverme bien, mostrar en otras palabras mostrar bien mis capacidades.

*Ilustración 8 Afectaciones.*  
Fuente: Entrevista a jóvenes

De acuerdo a Díaz & Castro (2020), en el ámbito académico, la ansiedad ha sido objeto de amplios estudios que la relacionan con diversas dificultades en el óptimo desempeño académico de los estudiantes.




Atendiendo la respuesta de la protagonista número uno, demuestra que, ha experimentado un tipo de ansiedad social, que se basa en el temor a lo desconocido, sobre todo cuando está rodeado de personas que no son parte de su círculo social.

De acuerdo con el protagonista 2, la ansiedad ha llegado a frenarlo de tomar ciertos riesgos algunas veces por inseguridad, destaca que, la ansiedad puede llegar a formar parte de nuestros miedos, los cuales podrían llegar a afectar el día a día de la persona, por tanto, es

oportuno buscar ayuda y no dejar que el temor controle nuestras vidas. Cabe destacar que, el joven sigue manteniendo sus piernas cruzadas y las mueve continuamente, quizás esto se deba a una costumbre adquirida por el informante desde su infancia.

En la entrevista a profundidad la protagonista 3 menciona que en su experiencia los síntomas no le permiten desenvolverse ni mostrar sus capacidades de la mejor manera que cree, muestra capacidad y seguridad que es capaz de poseer más habilidades, pero se ve limitada por los nervios que presenta, no se desenvuelve como le gustaría, se observa una joven inquieta y tiene dificultad para relajarse en momento de nervios, además, presenta problemas de concentración en lo que está llevando a cabo. En observación se mostró expresiva, también mostró un gesto muy sincero al describir sus afectaciones.

**3. ¿Desde tu punto de vista podría expresar si el tratamiento fármaco es el proceso más adecuado contra la ansiedad o valoras qué es mejor la terapia?**

 <p><b>Protagonista 1</b></p> <p>Creo que por ejemplo si la ansiedad ha disparado un cierto nivel de descontrol, creo que sí sería un fármaco, pero en lo personal pues no me gusta depender de una droga, de un fármaco, entonces creo que primero sería probar la terapia y como segunda opción los farmacéuticos.</p>	 <p><b>Protagonista 2</b></p> <p>Pienso que un tratamiento como tal no lo sé, soy sincero no lo sé, pero, de lo que estoy seguro es que las terapias son muy buenas, como te digo para mí sería muy bueno que alguien este con vos, solo a tu lado escuchándote, probablemente te sentirías más tranquilo, o no sé porque todos somos distintos creo que el hecho que una persona esté para vos te da más seguridad, me inclino más por la terapia.</p>	 <p><b>Protagonista 3</b></p> <p>Pienso yo que es mejor la terapia que yo no, en lo personal yo nunca he estado tomando tratamiento que me mande un psicólogo y nada de eso yo tomo tratamiento solo por enfermedades ya como: dolores de cabeza, y cosas así, pero pienso yo de que es mejor tratar esas cosas con un psicólogo porque muchas veces el cuerpo se acostumbra al medicamento entonces es mejor aprender a dominarse uno mismo, solo como persona sus emociones controlarlas a punto de un medicamento.</p>
--	---	---

*Ilustración 9 Valoración.*

Fuente: Entrevista a jóvenes




Algunas personas responden mejor a una combinación de medicamentos y psicoterapia. El tratamiento puede ayudar a la mayoría de las personas que sufren de depresión. (Alfárez, 2011)

En cuanto a la respuesta de la protagonista número 1, valora que no es necesario hacer uso de farmacéuticos cuando la ansiedad no se presenta a altos niveles ya que esto crea cierto grado de dependencia cuando se le da el uso frecuente; así pues, experimentando bajos niveles de ansiedad considera que lo mejor es recurrir a terapia con un profesional de la salud mental y de lo contrario hacer uso de farmacéuticos en caso críticos; en cuanto a la respuesta a estos planteamientos de antes mencionado autor, el medicamento y psicoterapia son de gran importancia para lograr contrarrestar los efectos que la ansiedad puede producir en un individuo, por lo cual la respuesta de la protagonista posee una estrecha relación con la manera para mejorar esta patología.

El protagonista 2 desde su percepción, considera más efectiva la psicoterapia, debido que estar con alguien que te escuche genera paz en tu interior. Dentro de la observación focalizada se encontró que, el sujeto dejó de mover sus piernas, pero las mantuvo cruzadas, se apreció un tono de voz claro y sereno indicando seriedad ante la pregunta, basados en la ficha de caracterización nuestro informante ha realizado prácticas de profesionalización junto a psicólogas, por ello, habla desde su experiencia vivida en dichas prácticas.

La protagonista 3 expresa que, no es correcto el uso de medicamentos fármacos, demuestra seguridad y refiere que no haría uso de estas sustancias, porque no existe ninguna receta médica autorizada, puesto que, podría provocarle proporciones de toxicidad, efectos secundarios no esperados, la joven muestra ser una persona responsable en la toma de decisiones que pueden ayudar o empeorar su estabilidad emocional, y pretende ayudar al padecimiento de síntomas de ansiedad. En la observación, la joven se muestra muy decidida y segura de lo que pronuncia, gira los ojos semeando sonrisa en su rostro.

#### 4. ¿Qué tipo de acciones realizas al momento de presentarse un cuadro de ansiedad en tu vida?

<b>Protagonista 1</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Una de las acciones que yo realizo o realizaba, bueno, que estoy actualmente realizando, normalmente yo lo que hago para calmar mi ansiedad, normalmente lo que yo hago es llevar una liga, o sea una cola exactamente en la mano izquierda, cuando yo siento ansiedad, lo que yo hago es que meto mi dedo debajo de esa liga y le comienzo a dar vueltas y ya, entonces prácticamente eso me ayuda a calmarme.</li></ul> 	<b>Protagonista 2</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Esa si está fácil, guitarrita, salir a un lugar tranquilo, busco a uno de mis amigos motociclistas y vamos a carretera a Jinotega a buscar tranquilidad eso me ayuda mucho como a canalizar toda esa onda.</li></ul> 	<b>Protagonista 3</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lo que te mencionaba antes, nervios, movimiento con las manos, movimientos con los pies, eso, muchas veces hasta siento que me tiembla el cuerpo cuando me dan esas cosas así. Yo se me unas técnicas cuando voy a exponer, ósea mientras respiro no meto la panza si no que respiro y saco la panza y al momento de soltarla ya me siento mejor, ósea son unas técnicas para controlar los nervios.</li></ul> 
-----------------------	---	-----------------------	--	-----------------------	--

*Ilustración 10 Reacción ante la ansiedad.*  
Fuente: Entrevista a jóvenes

Navas & Vargas (2012), ciertos prejuicios y distorsiones cognitivas predisponen a los individuos a reaccionar fuertemente ante las situaciones estresantes.

Según la respuesta de la protagonista número uno, siempre lleva consigo una cola de mano o liga a todo lugar le permite drenar la ansiedad que se presenta en determinados momentos, así pues, sin este objeto se me dificulta mucho calmarme y lograr tranquilizarse plenamente, estamos ante el caso de una dependencia hacia un objeto que al no portarlo se le dificulta gestionar la serenidad de su mente y su cuerpo.

El protagonista 2, expresó que realiza diversas actividades recreativas para regularizar la ansiedad en su vida, dichas actividades van desde salir con amigos, tocar instrumentos y visitar lugares tranquilos, siempre en compañía de personas cercanas.



Dentro de la observación focalizada, se identifica que el joven expresó su respuesta de manera relajada, haciendo gestos con sus manos de tocar la guitarra, cerrar sus ojos a manera de transportarse a esos lugares y, además, no mantuvo sus piernas cruzadas, por tanto, se refleja un nivel de serenidad en imaginar estando en esos lugares.

En la ficha de caracterización, el joven posee un diverso número de actividades recreativas las cuales practica con regularidad, por tanto, se verifica la franqueza de su respuesta al compartir que realiza actividades de ocio.

A realizarle la pregunta a la protagonista 3, manifiesta que, de una manera proactiva busca darle solución de forma inmediata a sus síntomas esto representa que no se deja vencer ante las situaciones adversas y trata de persuadir las para mostrar confianza en sí misma, y a las personas que la rodean, que de igual experimentan síntomas similares.

En los parámetros de la observación focalizada, la entrevistada muestra conformidad y una sonrisa al explicar que puede controlar la situación y tiene técnicas para lograrlo.

**5. ¿De qué manera consideras que el apoyo de tu familia y amistades es fundamental para afrontar la ansiedad?**

Protagonista 1	Protagonista 2	Protagonista 3
Ah claro que sí, bueno, cuando hay un apoyo extra de los familiares creo que la familia es principal y primordial rodearte con buenas personas, o sea tus amigos más cercanos, entonces como que más o menos eso te tranquiliza y te saca un poco del mundo que percibís pues cuando tienes ansiedad, creo que el apoyo de la familia y los amigos más cercanos es primordial.	De gran manera, te lo repito yo siento que es muy necesario que a una persona esté a lado, en mi pensar la mayoría de nuestras ansiedades tienen que ver con algo de nuestra infancia, peor si fue provocado por alguien de nuestra familia entonces puede ser como muy relevante el apoyo de tu familia porque tal vez de pequeño no lo tuviste y puede que ahora lo necesites ya que te das cuenta que tienes una condición.	Es muy importante porque muchas veces tu familia más que todo tus amistades están recordándote que si puedes, de que eres capaz, para mí es algo bien la pregunta fundamental el apoyo de tu familia y de tus amistades y bien importante porque te ayuda bastante.

De acuerdo Aranda & Pando (2013), el apoyo social puede ser definido como el apoyo recibo o la interacción entre las personas, sean estos familiares, amigos, vecinos y miembros de organizaciones sociales.

En cuanto a la respuesta de la primera protagonista, considera de gran importancia el apoyo tanto de amistades cercanas como de los familiares, puesto que esto genera tranquilidad ante el mundo que se percibe dentro de cada individuo que lo experimenta, es indispensable rodearse de personas positivas que fortalezcan las relaciones interpersonales que aporten al mejoramiento de esta condición, sin embargo después de la separación de los progenitores de la joven, dicha patología incrementó y desencadenaron crisis de ansiedad más frecuentes y con mayor grado de intensidad; cabe destacar que según la ficha de caracterización la protagonista comparte su hogar únicamente con su pareja, por lo que significa que no cuenta permanentemente con el apoyo de sus padres en su vida actual.

El protagonista 2 manifestó que el apoyo de la familia es de suma importancia para enfrentar una condición como la ansiedad, debido a que las personas que sufren problemas de ansiedad se encuentran ante una situación que no pueden enfrentar por si solos y desde luego esto les puede provocar confusión y frustración, por ello es necesario tener las herramientas para ayudar adecuadamente evitando así intensificar el problema.

De acuerdo con la observación focalizada se encontró que la joven continua con sus piernas cruzadas y moviéndolas repetidamente, sin embargo, expresa sus ideas con suma claridad y serenidad, por otra parte, en la información proporcionada en la ficha de caracterización el joven vive solo con su padre, y según sus palabras algunos problemas que enfrenten los jóvenes hoy en día en algún momento fueron provocados en su primera infancia, lo cual es una hipótesis muy interesante a la cual señalar.

Ahora bien, con respecto a la protagonista 3, mencionó que es muy fundamental el apoyo familiar y de amistades en la vida de ella, en las cuales ha encontrado afecto y haciéndole saber, que es capaz de salir adelante, que es una joven decidida y con mucho potencial. Igualmente, sus familias representan un gran apoyo en todos los procesos de su vida, tanto



en los momentos difíciles como en momentos agradables, destaca el respaldo brindado por sus padres y deseo de superación para ella, le han confesado que ellos no gozaron de dichas oportunidades, donde ella expresó que su motor a seguir es su hija. Al momento de la observación focalizada, la protagonista se mostró agradecida y contenta cuando expresó las palabras las cuales expresó con una sonrisa en su rostro.

**6. ¿Desde tu punto de vista y experiencia personal consideras que la ansiedad tiene cura o no?**

Protagonista 1

En lo personal creo que se puede tratar de modificar, pero creo que no hay una cura en especial, creo que es algo que se adhiere a ti, pero allá de vos si buscas ayuda vas a convivir con eso, pero lo vas a poder sobrellevar, pero si no pues siempre esos episodios van a estar ahí.

Protagonista 2

Fijate que si tiene cura y te voy a decir algo en mi pensar, siento que la cura con terapia debe ser buena pero yo creo que una de las cosas que yo haria sería exponer a la persona a ciertas situaciones porque a veces para que alguien pueda superar algo tenes que pasarlo por ese algo, si yo siento que las exposiciones de clases o hablar en público me da ansiedad me congelo y eso, yo siento que una de las herramientas sería okay más exposiciones aunque me de ansiedad pero es por eso que creo que hay que exponerte a lo que te da ansiedad, pero si yo si creo que tiene cura.

Protagonista 3

Sí, porque quizás yo a mí nunca me han diagnosticado ansiedad, nunca me ha dicho mi psicóloga porque si tengo mi terapeuta porque yo voy por otras cosas que me afectan, pero nada de esto de ansiedad, pero yo pienso que hasta donde lo he vivido y pienso que, si tiene cura, tiene remedio todo es saber controlar tu cuerpo, tus emociones.

*Ilustración 12 Opinión personal.*

Fuente: Entrevista a jóvenes

Para Clark & Beck (2016), los terapeutas cognitivo-conductuales adoptan el estilo terapéutico que, según ellos, ofrece el mejor contexto para aprender la manera de superar la ansiedad.

Con base a la respuesta de la protagonista número 1, considera que la ansiedad es una condición que no posee cura definitiva, pero que sí puede ser tratada en dependencia del interés que le preste la persona, siendo esto ayuda profesional o autoayuda que genere un mejoramiento a esta situación; es de gran importancia señalar que, la protagonista no visualiza una superación definitiva a la misma como menciona el autor, concluyendo a su respuesta que dicha condición se encuentra muy arraigada en ella.

Con respecto a la guía de observación focalizada durante todo el transcurso de la entrevista, mostró movimientos repetitivos en sus manos, piernas y brazos, indicando que la pregunta genera sentimientos inquietantes y un poco estresantes; asimismo, basados en la ficha de caracterización realizada, ciertas situaciones laborales la han llevado a generar cuadros estresantes e incluso se perciben ansiosos.

El protagonista 2 expone desde su apreciación que la ansiedad sí tiene cura, lo cual concuerda con los autores antes mencionados, quienes sostienen que cada terapeuta opta por las herramientas más eficaces desde su percepción y experiencia, para lograr curar dicho padecimiento en sus pacientes.

De acuerdo a la ficha de caracterización, el informante es un estudiante universitario, ha adquirido conocimientos necesarios sobre temas sociales como el presentado en este apartado. Tomando en cuenta los indicadores presentados en la guía de observación focalizada, se muestra al joven realizando los mismos movimientos expresados anteriormente como lo son mover sus piernas y mantenerlas cruzadas, pero siempre se admira la disposición y entrega en formar parte de esta investigación.

Dada la entrevista las palabras de la protagonista 3 manifiesta que, en su percepción la ansiedad sí tiene cura, de acuerdo con el autor menciona, una posibilidad la cual se toma de una manera personal, en cuanto la persona decide de buscar ayuda especializada o de forma personal buscar acciones que le ayuden a obtener un nivel bajo de ansiedad. La joven comenta que ha buscado solución y de esa forma ha podido controlarse en los momentos que transcurre por síntomas de ansiedad. En la observación focalizada, se muestra confiada y no muestra ningún movimiento en sus manos, lo que presenta tranquilidad en el momento.

**7. ¿Cómo te sentiste al experimentar tus primeros cuadros de ansiedad y dónde ocurrieron?**

<b>Protagonista 1</b>	<b>Protagonista 2</b>	<b>Protagonista 3</b>
En esa parte fue algo muy raro, o sea cuando fue cuando estaba en primaria, exactamente cuando estaba en primaria, exactamente cuando estaba en tercer grado, creo que mi primera experiencia fue con respecto hacia una situación que me sentía como incomoda; había un muchacho pues que me hostigaba, entonces creo que prácticamente de ahí comenzó todo también.	Me sentía nervioso y ya recordé la primera experiencia que sí me acuerdo, cuando era pequeño, a mí no me gusta bailar, es cierto soy cristiano soy cristiano pero a mí no me van hacer bailar, entonces yo recuerdo que de pequeño me pasaron a bailar y cuadié, un niño hace locuras pero yo recuerdo que sí estaba bastante nervioso por eso y me la pasé nervioso yo en mi cabeza decía estoy haciendo el ridículo, entonces no sé qué edad tenía 7 años por ahí, fue en la escuela en el típico baile de la escuela.	En primaria, porque eso de la ansiedad me da más que todo en clase cuando voy a exponer y más es que te salís de control.

*Ilustración 13 Experiencia personal.*

Fuente: Entrevista a jóvenes

Cuando la ansiedad es muy severa y aguda, puede llegar a paralizar al individuo, transformándose en pánico. (Alfárez, 2011)

Inicialmente con la protagonista 1, se denota que basado en su vivencia, experimentó su primer cuadro de ansiedad después de sufrir una situación que se podía catalogar como traumática en la primaria (tercer grado de escolaridad) donde un muchacho la acosaba y hostigaba todo el tiempo, dicho acontecimiento generó una percepción en su cuerpo y su mente denotada como peligro en todo su sistema, que dio lugar a un sinnúmero de consecuencias que persisten hasta el día de hoy en su vida adulta como la paralización o el pánico que menciona el autor anteriormente citado.

En concordancia con lo expuesto por el autor mencionado, el protagonista 2 narró un evento en su infancia el cual considera como el primer momento en haber experimentado ansiedad, relató el haber tenido que bailar en su escuela, dicho suceso le ocasionó mucha vergüenza, y a su vez sentirse paralizado y pensar que estaba haciendo el ridículo.

En la ficha de caracterización, se refleja el tipo de religión del entrevistado y a su vez expresado por el mismo, no acostumbra a bailar debido a que no suele realizar dicha acción.

Gracias a la guía de observación focalizada, se logró identificar ciertos movimientos en el joven como por ejemplo mover sus piernas durante la pregunta, y mantener sus piernas cruzadas, esto dada a entender que se sentía ansioso o tenía impaciencia, sin embargo, pudo expresar sus ideas con total claridad.

La protagonista 3 menciona que, sus primeros cuadros de ansiedad se presentan desde su infancia hasta hoy en día, cuando fue expuesta a circunstancias que le provocan miedo y nervios, durante compartía trae a la memoria tiempos de su infancia donde padecía de sensaciones provocadas por la ansiedad, también resaltaba que una persona con padecimientos ansiosos no debería visitar lugares que le provocan este tipo de sensaciones. En la guía de observación focalizada la joven mostró tranquilidad al responder la pregunta.

**8. ¿Podrías explicarnos en qué lugares aparecen con mayor frecuencia tus episodios de ansiedad y con qué intensidad los experimentas?**

Protagonista 1	Protagonista 2	Protagonista 3
Creo que en la parte cuando estoy muy estresada, creo que sería primordial la parte del estrés, cuando me siento con cuadros de depresión o algo así, entonces creo que ahí.	siento que casi no los experimentos porque ahora siento que en la iglesia al hablar en público frente a varias personas, Sí siento que lo experimento un ratito pero siento que antes de empezar a hablar es como de que ya me va a tocar como que estás esperando pero luego de que empezar dos minutos y me comienzo a relacionar con las personas pues ya el público es mío me entendés siento que puede ser en la iglesia porque me pongo hablar con personas, en la universidad también pero no es para estar orgulloso pero ni me he preocupado para las próximas exposiciones y aquí me ves tranquilo pero yo sé que para la monografía normalmente vamos a sentir como ese nerviosismo y esa ansiedad y vamos a tener que saber dominarlo porque no podemos llegar con miedo a la defensa.	Con mayor frecuencia en clase, hora de exponer, del 1 al 10 un cinco porque al final me puedo controlar.

*Ilustración 14 Lugares desencadenantes de ansiedad.*  
Fuente: Entrevista a jóvenes

Una de las características centrales de la ansiedad es la alta activación emocional, que si bien, es adecuada frente al peligro, en situaciones poco amenazantes resulta excesiva y molesta, de ahí que los participantes con síntomas de ansiedad evidencien un mayor uso de la estrategia de evitación emocional. (Gantiva, Luna, Dávila, & Salgado, 2010).

Basados en la respuesta de la protagonista 1, las situaciones estresantes e incluso depresivos son las que le generan episodios ansiosos, demostrando una elevada activación emocional como lo menciona el autor, que bien es cierto, es necesario ante una situación de peligro, pero se vuelve patológico al momento de presentarse con mucha frecuencia en momentos de la vida que son parte del día a día, así pues, según la ficha de caracterización realizada, la joven ha experimentado estas situaciones en su ámbito laboral y de tristeza al momento de la separación de sus progenitores, considerando altos niveles de ansiedad arraigados de este tipo de situaciones.

Según el autor citado la ansiedad se presenta de manera importuna en instantes en las que no se refleja como un mecanismo de defensa ante el peligro, y se puede constatar debido al relato de nuestro protagonista 2 el cual manifiesta haber experimentado pequeños episodios ansiosos antes y durante de predicaciones en su iglesia en donde se veía rodeado por varias personas.

Con ayuda de la ficha de caracterización en la cual se presenta al joven como un estudiante universitario en su último académico, descubrimos que la presión de la defensa de su título es algo por lo cual podría llegar a provocar en él ya sea nervios, estrés o bien ansiedad; y recordemos que anteriormente en esta investigación se menciona a la ansiedad en el ámbito académico como una dificultad la cual puede llegar a afectar a los estudiantes en su óptimo rendimiento estudiantil.

Dentro de la guía de observación se volvieron a encontrar los mismos movimientos realizados con anterioridad, estos fueron los siguientes: mover sus piernas durante la pregunta, y mantener sus piernas cruzadas, esto podría ser una característica muy propia de él o bien una costumbre adquirida con el tiempo, de igual forma habló con total claridad y confianza.

La protagonista 3 relata que el lugar donde experimenta más este tipo de emociones, es en el recinto universitario al que asiste, puesto que es el lugar donde frecuenta momentos de nerviosismo y desesperación, también catalogó la intensidad de sus episodios son 5/10, deduce eso porque puede controlar dichas sensaciones. En la observación la protagonista presenta comparte firmemente sus ideas, mueve mucho sus manos y pies.

**3. ¿Qué tipos de lugares te ayudan a minimizar sus episodios de ansiedad y Por qué consideras que contribuyen en tu bienestar emocional?**

Protagonista 1	Protagonista 2	Protagonista 3
Los lugares más seguros para tratar de calmarme son caminar, por ejemplo, haciendo ejercicio, el gimnasio, son cosas así que te calman un momento., involucrando aquí también la música y el baile.	Los lugares son lugares apartados lugares de preferencia helados, bosques por eso busco carretera Jinotega porque ahí ese lado sí siento que me ayuda porque en esos lugares al estar conectado solo con la naturaleza puedo sentir que recibo paz, el silencio, solo escuchar el viento, los pájaros, no sé meterme en ese ambiente siento que me ayuda porque me alejo de todo, de todo el ruido de acá, de todo lo que tal vez o situaciones que me puedan tener ansioso y busco para allá lo lejos sí siento que contribuye mucho por eso es mi sueño tener mi casa por allá.	Con mis amistades, porque me siento más segura ellos me cuidan, me conocen saben que soy capaz me dan ánimo.

*Ilustración 15 Lugares que minimizan su ansiedad.*

Fuente: Entrevista a jóvenes

Las estrategias de afrontamiento son consideradas como un conjunto de recursos y esfuerzos, tanto cognitivos como comportamentales, orientados a resolver el problema, a reducir y a eliminar la respuesta emocional o a modificar la evaluación inicial de la situación. (Gantiva, Luna, Dávila, & Salgado, 2010).

Teniendo presente la ficha de caracterización y considerando los lugares que minimizan estos episodios y por ende la contribución al bien emocional, la protagonista número uno

expresa que posee diversos medios que permiten un bienestar tanto a nivel físico, como emocional y mental, considerando la realización de ejercicio, salir a caminar, bailar y escuchar música; este tipo de actividades a como lo narra el autor son estrategias que están orientadas a la resolución y reducción de problemas, aportando a la disminución de dichas crisis.

Tomando en cuenta lo expuesto por el autor y la información brindada por el protagonista 2, podemos deducir la importancia de recurrir a ambientes y entornos que nos ayuden a disminuir todas aquellas cargas o situaciones que nos roban nuestra paz interior, es por ello que el entrevistado decide despejar su mente con ayuda de la naturaleza.

En la ficha de caracterización se presenta al joven como una persona con buena salud el cual practica diversos deportes, lo que supone la veracidad de su respuesta al practicar de igual forma el hábito de caminar. Catalogando sus movimientos con la guía de observación se encuentra una vez más que el joven mueve sus piernas durante la pregunta, sigue manteniendo sus piernas cruzadas, aunque responde manera clara y ocurrente.

En concordancia con el autor la protagonista 3 menciona una de las estrategias para minimizar los episodios de ansiedad tales como lugares que se pueden concurrir, también mencionan que con sus amistades visita lugares que le generan paz y le ayudan a olvidar sus problemas, menciona que salir a esos espacios se siente libre de responsabilidades y tensiones, los cuales los absorbe en su universidad.

En la observación focalizada muestra muchos movimientos con su cuerpo en lo que refleja no estar tranquila.

**4. ¿Desde tu experiencia cuáles son las situaciones que te producen ansiedad y cuánto tiempo duran durante el día?**

Protagonista 1	Protagonista 2	Protagonista 3
<p>Por ejemplo, las situaciones estresantes ya sea familiar, laboral o amistad, algo así; siempre y cuando los problemas que se están presentando en la familia que tal vez uno no los puede solucionar entonces como que uno entra ahora que pasará, que voy a hacer, como vamos a hacer, entonces es ahí donde crece ese nivel de ansiedad.</p>	<p>Las situaciones que me producen ansiedad son cuando definitivamente estoy expuesto a un público grande en la iglesia así lo voy a decir cuando estoy expuesto a un público grande definitivamente y cuánto dura no te podría dar hora exacta, pero si te podría decir que antes si las siento minutos antes estoy ansioso, durante el momento son los primeros dos minutos pero después todavía estoy un poquito ansioso porque no sé cómo me fue, luego tengo que ir a evaluarme a mí mismo siento que es como esas tres etapas antes, durante y después pero el tiempo es relativamente corto no te podría decir exactamente una hora específica.</p>	<p>No sé porque no paso así todo el día, rascándome la cabeza ni nada de eso, o sea solo es una vez por allá, cuando hay alguna exposición, o sea son cositas, pero no, no me considero, a veces yo observo a personas y hay están con algo y yo no soy así.</p>

*Ilustración 16 situaciones que te producen ansiedad.*

Fuente: Entrevista a jóvenes

Según (Rovella & González, 2008) el estado de ansiedad es transitorio, ocurre cuando se evocan estímulos amenazantes y usualmente dura solamente un período limitado de tiempo, después desaparece la amenaza.

Con base a la respuesta brindada por la protagonista número uno se encuentra con diversas situaciones en su vida que son generadoras de estrés, entre ellas ámbito familiar, laboral y amistoso; así mismo, menciona con mucho hincapié las situaciones familiares en las que no puede solucionar y automáticamente esto le produce pensamientos a futuro como el que pasará, que se hará, generando altos índice de ansiedad en su persona, todo ello se relaciona con la situación anteriormente mencionada y vivida con sus padres que ha sido de lo que más ha remarcado en su vida y creado afectaciones a largo plazo.



De acuerdo al autor, quien expresa que la duración del estado de ansiedad sucede en un lapso corto, podemos reafirmar dicha información gracias a los aportes del protagonista 2, quien manifiesta experimentar dicha sensación antes de predicar en su iglesia, pero esto tiende a desaparecer luego de unos minutos.

En la ficha de caracterización podemos encontrar que el joven pertenece a un ministerio de la iglesia, el cual consiste en dar pequeñas predicaciones tanto a adultos como a jóvenes. Tomando en cuenta la guía de observación, nuevamente descubrimos que el informante sigue con sus piernas cruzadas y moviéndolas durante la entrevista, cabe señalar la manera práctica y segura en la que el joven se expresa mostrando su seguridad.

Retomando lo descrito por el autor la protagonista 3 menciona que las situaciones que le producen ansiedad son pocas, puesto que no son tan frecuentes, estas se presentan al momento de exposiciones las cuales tienen una poca duración durante el momento y después por unos minutos, también menciona que cuando pasa por cosas que no las espera esto demuestra que la joven reconoce que no siempre pasa por dichas situaciones que son las que le provocan estas desagradables situaciones. En la observación focalizada se refleja nerviosismo debido a que cruza los pies ante la pregunta.

### 5. ¿Durante la semana cuántas veces experimentas estos episodios?

Protagonista 1	Protagonista 2	Protagonista 3
Pues prácticamente puede durar digamos depende del problema, depende de la situación que esté pasando, que tan grave sea el problema o de la situación que uno esté pasando pues que tan grave sea el problema o la situación.	Fíjate que te soy sincero últimamente muy poquito es bajito pero ya menos siento que ahora sé cómo lidiar con ellos cuando no me estoy sintiendo muy bien con algo busco a uno de esos vagos para que me lleven allá y me tranquilizo pero si siento que unos minutos durante la semana por alguna exposición no de clases sino de que pueda que en la semana este expuesto a algo naturalmente pasa, me entendés o hay situaciones que nos pueden sacar de onda y nos pueden producir eso podría decir que una vez a la semana y un ratito en general máximo.	Dos veces a la semana.

*Ilustración 17 Experiencias.*

Fuente: Entrevista a jóvenes

Dentro de la información compilada por (Rovella & González, 2008) ha sugerido que, el factor más importante en la determinación del número y duración de los episodios de preocupación experimentado por una persona, depende del número y grado de elaboración de sus propias informaciones en la memoria a largo plazo.

La primera protagonista, expresa que, la frecuencia de experimentar estos episodios va en dependencia de las situaciones o acontecimientos que se le presenten, pues la intensidad de que estos sean manifestados, como refleja el autor este apartado va ligado al nivel de preocupación que experimente el individuo; por consiguiente los lugares los cuales frecuenta como lo son la universidad y área de trabajo, son espacios donde su mayoría del tiempo pueden generar estrés y angustia en base a la situación presentada.

En la información citada se presenta que la memoria de la persona llega a influir en la persistencia de un episodio de ansiedad, debido a los recuerdos previos de dichos episodios, sin embargo, el protagonista 2 relata experimentar pocos períodos que le generen intranquilidad, generalmente estos son producidos por alguna clase en su universidad en la cual debe exponer sobre temas en específicos, pero son estados de ansiedad de poca duración.

Basados en la ficha de caracterización, muestra que es un estudiante activo en la universidad, y de acuerdo a información brindada anteriormente a la entrevista se encuentra brindando un voluntariado en una ONG, que unido con la carga horaria de la facultad a la que asiste podría ser un causante de saturación de trabajos académicos, aunque claro dado al buen rendimiento del joven se concibe como una posibilidad mínima en llegar a suceder.

Con respecto a la guía de observación, se aprecian los mismos movimientos realizados con anterioridad por el informante, quizá realizados de manera inconsciente, de igual forma se resalta su disponibilidad y compromiso a contribuir con este estudio.

De igual manera la protagonista 3 menciona que, dependiendo de las circunstancias, la entrevistada pasa momentos similares máximo 2 veces a la semana en tales situaciones logra identificar por qué aparecen. En el momento de la focalización la joven se levantó de su asiento y mantuvo sus manos arriba haciendo estiramiento por unos segundos, mostrando un gesto de cansancio.

**6. ¿Quiénes te apoyaron durante tus episodios de ansiedad y De qué manera te han ayudado a sobrellevar tus crisis?**

Protagonista 1	Protagonista 2	Protagonista 3
<p>Quienes me han apoyado pues, creo que nadie prácticamente, creo que yo he podido lidiar mis crisis de ansiedad yo sola, pero si este cuando estaba en primer año de Trabajo Social por ahí, una profesora que es psicóloga habló conmigo entonces prácticamente en esa parte entendí pues que yo tenía ansiedad y todo eso y en ese pate yo misma, no he tenido apoyo por parte de nadie ni nada de eso.</p>	<p>Mis amistades y te voy a decir cómo, no dejándome solo tengo una amiga que es de la iglesia y esa chava la siento que en lo que no sé si fue ansiedad o cólera que ella estuvo ahí es una amiga muy cercana es una amiga de años, siento que me han ayudado más amistades siento que por ejemplo mi familia no es que hayan estado ausente, pero mi papá pasa trabajando yo a veces trabajo y como solo convivo con él, entonces a veces más bien compartimos más en la noche o compartir un domingo pero no compartimos mucho por lo del trabajo entonces a veces incluso durante la semana nos vemos en la noche para solo comer, para ver nada más, pero mi relación con él es buenísima de hecho que cuando él está pasando por algo así él me lo comenta e igual me dice mira hijo cómo estás siento que también soy muy metido en decisiones que para él son importantes.</p>	<p>Mis amigos y amigas.</p>

*Ilustración 18 Redes de apoyo.*

Fuente: Entrevista a jóvenes

Con base a la información de Aranda & Pando (2013), las redes sociales de tipo informal son aquellas que impulsan y propician los contactos personales a través de los cuales el individuo mantiene su identidad social y recibe apoyo emocional, espiritual ayuda material y servicios de información.

Según lo abordado por la protagonista número uno, no ha tenido un apoyo sólido y permanente que haya aportado de gran manera en su vida en cuanto a la ansiedad, pues, se

evidencia que ha llevado todo este proceso de manera personal y sin una guía clara, que puede derivar en un factor de riesgo para la joven, ya que estos episodios pueden aumentar debido a la falta de conocimiento acerca de cómo manejar las crisis; cabe mencionar que, toma muy en cuenta a la docente de Trabajo Social en su primer año de Carrera pues marcó un antes y un después en la vida de la protagonista al darse cuenta realmente lo que estaba pasando en su interior, durante el proceso de la entrevista realizada se puede notar cierto nerviosismo por el movimiento de sus manos, pies y lo que denota tendencias repetitivas.

En esta parte logramos subrayar la importancia del apoyo social hacia las personas, nuestro protagonista 2 relata aquellas amistades significativas las cuales le han ayudado en sus momentos difíciles, y menciona a una amiga que pertenece a su misma iglesia como la persona que estuvo en un momento que él no reconoce si fue un momento de ansiedad o ira; de igual forma presenta que convive con su padre por las noches debido a que su papá trabaja y nuestro informante por las mañanas estudia o bien en su trabajo de medio tiempo.

La ficha de caracterización muestra que nuestro protagonista vive únicamente con su papá, debido a una separación de sus padres, de igual manera hay que destacar la información que nos brinda el entrevistado, puesto que señala la excelente relación entre padre e hijo. Respecto a la guía de observación esta vez se logró identificar que el joven no cruzó sus piernas, mantuvo relajada sus piernas, sin embargo, las continuó moviéndolas, asimismo resaltamos su buena voluntad y sinceridad en responder estas interrogantes.

Por otra parte, la protagonista 3 alude quienes le han apoyado durante sus episodios de ansiedad, sus amistades, que han sido de gran apoyo fuera y dentro del recinto universitario, la joven recibe apoyo en sus episodios ansiosos, todo esto favoreciendo su bienestar emocional. En la guía de observación se presentaron movimientos en sus pies y al responder las preguntas la joven se mostraba pensativa.

**7. ¿Quiénes fueron tus redes de apoyo que generaron mayor bienestar en tus episodios de ansiedad podrías describir esas acciones?**

Protagonista 1	Protagonista 2	Protagonista 3
Podemos decir que las redes de apoyo fueron una amiga, una amiga y mi mamá.	Siento que mis redes de apoyo fueron la iglesia y de qué manera lo hicieron número uno aconsejando, como te decía anteriormente no dejándome solo, también salíamos a ciertos lugares y lo otro fue como que teniendo tiempo muy bonito de oración de comunión con ellos y eso sí siento que me ayuda mucho, otras redes podrían ser mis amigos, mis amigos igual me apoyaron saliendo siempre es bueno no solo saliendo no es solo como ir allá y listo y todo mundo en lo suyo, sino más bien escucharnos unos a otros y en mi familia pues puede que no tengamos plática tan intensa pero tenemos conversaciones muy buenas también, mi hermano vive pegado a mi casa, es mi hermano mayor, él ya es casado y todo, siento que con él, a veces llega a la casa y me dice la estoy pasando así y así y hablamos, es mutuo todo.	Me dan ánimo, están conmigo, siempre están a mi disposición cuando los necesito y eso son las acciones que a uno lo hacen sentir bien acompañado, apoyada y comprendida.

*Ilustración 19 Redes de apoyo que generaron bienestar.*

Fuente: Entrevista a jóvenes

El apoyo social se considera todo aquel apoyo proporcionado por el grupo de amigos, familiares u otros, centrado en la disposición del afecto, recibir apoyo emocional e información para recibir apoyo emocional e información para tolerar o enfrentar la situación problema o las emociones generadas. (Gantiva, Luna, Dávila, & Salgado, 2010)

En cuanto a las redes de apoyo la protagonista número uno, se menciona una amiga y su mamá, sin embargo, en las crisis de ansiedad como tal no se ha presentado individuo alguno que la sostenga en este aspecto, no se descarta el apoyo de las personas que menciona, pero en esta interrogante se puede observar la falta de veracidad ante su respuesta; lo que nos lleva a considerar que se ha presentado la falta de apoyo emocional y la disposición afectiva de familiares y amigos que menciona el autor.

Se reitera la importancia de las redes de apoyo, en esta ocasión el autor comparte diversas redes, las cuales el protagonista 2 hace mención, como a su padre, hermano mayor, amigos de la iglesia, de igual forma, permanecer en oración lo ha ayudado a sobrellevar momentos de angustia.

En la ficha de caracterización presenta que el entrevistado participa activamente en su iglesia, se reafirma la sinceridad del protagonista y, además, se destaca como las redes de apoyo espiritual llega a beneficiar a las personas en sus momentos de dificultad emocional. Tomando la guía de observación, identificamos repetidos movimientos de piernas y otra vez el joven volvió a cruzar sus piernas aun fue muy colaborativo.

En esta parte la protagonista 3 hace mención a sus redes de apoyo quienes han sido sus padres, hermanos y amistades, quienes han transmitido ánimos, compañía y se presentan en sus momentos de necesidad, también cuenta con el apoyo de su terapeuta quien le brinda herramientas para sentirse mejor. Por otro lado, en la observación se revelan acciones como contestar rápido a la pregunta, mover los dedos mostrando nerviosismo.

**8. ¿Buscaste ayuda profesional para tratar tu ansiedad? si tu respuesta es sí porque consideras que lo hiciste?**

Protagonista 1	Protagonista 2	Protagonista 3
Nunca he buscado una ayuda profesional, así como para que me diagnostiquen o algo así, la verdad que no, pero sí me	Fíjate que no la he buscado la única vez que busqué ayuda profesional fue cuando pasó algo relacionado con mi familia y fue para mi hermanita, porque habíamos sufrido una ruptura familiar, cuando se desligan mamá y papá, el más dañado siempre es el niño chiquito, nuestros héroes siempre son papá y mamá y si se desligan pues, yo nunca lo he buscado sinceramente en cuanto relacionada a la ansiedad siento que ahí chocaron todas mis emociones y lo único malo que sí siento que pasó, fue que yo me enfoqué en que mi papá sanará todas sus heridas, y del mismo modo mi hermanita también sanara sus heridas y me enfocaba que mi mamá estuviera bien y que todos	No, nunca he buscado ayuda porque no me considero una persona muy ansiosa con esa enfermedad, yo si voy con una psicóloga, pero es para

<p>gustaría pues tener la oportunidad algún día de tratar eso pues, de tratar la ansiedad con un profesional, claro que sí.</p>	<p>estuvieran bien, pero incluso se lo decía a alguien de la iglesia, los cuidé al resto y me descuidé a mí mismo, mi familia pasó por todo y siento que todos avanzaron, pero siento que yo he avanzado, pero hay cositas que todavía duelen y siento que habían cosas que yo también tenía que sanar, busqué ayuda para mi hermanita porque mi hermanita estaba muy mal, mi pensamiento era si ellos están bien yo voy a estar bien o sea yo voy a estar bien hasta que a ellos los vea bien a ellos, pedo siento que me equivoqué un poco, es cierto que comenzaron a estar bien ellos, pero yo todavía como que venía arrastrando ciertas cosas, la psicóloga que supo que yo estaba pasando por eso me dijo a vos te está ayudando algo muy grande que es que sos cristiano si no fueras cristiano estuvieras en una posición más difícil. Y siento que como que sí también lo hubiese necesitado tanto ella misma me lo hubiese dicho, me hubiese dado el consejo de que necesitaba eso, pero no me lo dijo.</p>	<p>problemas familiares y no son crisis de ansiedad lo que me provoca.</p>
---	--	--

De acuerdo al estudio realizado por (Gantiva, Luna, Dávila, & Salgado, 2010) se encuentra que “las estrategias como la expresión de la dificultad de afrontamiento y la búsqueda de apoyo profesional, presentan medias significativamente mayores en el grupo con sintomatología ansiosa.

La protagonista número uno detalla que no ha recibido ayuda profesional de ningún tipo en cuanto a su salud mental y más aún en esta condición específica, sin embargo, menciona que le gustaría tener la oportunidad de acudir con un profesional de esta índole que le permita tratar esta patología, sumado a ello, se logra observar la disposición y el interés de ser asistida con un especialista; se puede percibir en su expresión corporal ya que la joven no ha experimentado el soporte necesario durante todo este periodo de crisis recurrentes.

El autor mencionado expresa que, las personas con síntomas de ansiedad buscan ayuda especializada para tratar el problema, sin embargo, el protagonista 2 manifiesta que se encargó de buscar ayuda para su familia al momento del divorcio de sus padres, dejándose

en último lugar, comparte el avance significativo de su familia y como sanaron sus heridas, mientras en lo personal reconoce que hay heridas que no logró sanar y que aún le afectan.

En la ficha de caracterización encontramos que el joven vive únicamente con su padre, de igual forma al momento de llenar dicha ficha, compartió ser hijo de padres divorciados, por tanto, se evidencia la veracidad de dicho instrumento. Con el apoyo de la guía de observación se logró percibir nuevos indicadores como la tristeza al compartir dicha información y su tono de voz descendió y movía sus piernas mientras compartía su experiencia.

La protagonista 3 señala que, asistir a sesiones terapéuticas con el objetivo de afrontar problemas familiares, más no para tratar su ansiedad, lo cual sugiere que aún no ha trabajado su problema de ansiedad con su psicóloga, esto demuestra su intento por reprimir sus emociones. En el momento de la observación focalizada, la joven mostraba impaciencia por terminar su entrevista.



## CAPÍTULO V

### 5.1. CONCLUSIONES

Al concluir esta investigación, se deduce:

En el nivel socioeconómico de los jóvenes involucrados, se caracteriza porque son estudiantes universitarios de V año de la carrera de Trabajo Social provenientes de familias de padres separados, sus edades oscilan entre 22-26 años de edad, dos de ellos solteros y una en unión de hecho estable, gozan de los servicios básicos: servicio de agua potable, energía eléctrica y alcantarillado sanitario, además, dos de ellos cuentan con viviendas propias y 1 en alquiler, dos de ellos en buen estado de salud y un protagonista en situación de estrés laboral.

Las vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los estudiantes, están vinculados con situaciones de tristeza, cuadros de depresión, nerviosismos constantes al momento de presentarse ante ciertos acontecimientos, frustración y bajo rendimiento en el área laboral y/o universitaria, suscitados a raíz de la separación de sus padres, conflictos familiares, acosos escolares, exposiciones al público sin consentimiento, que traducen en heridas emocionales y desgaste emocional.

## 5.2. RECOMENDACIONES

- ❖ Las siguientes recomendaciones van dirigidas a todos los trabajadores sociales y personas de carreras afines que deseen trabajar con esta investigación.

### **A la universidad:**

- ❖ Que promueva este tipo de investigaciones a las carreras que pertenecen al departamento de ciencias y humanidades, para que se concientice sobre esta problemática que hoy en día está aconteciendo en la sociedad.
- ❖ Fomentar actividades o campañas que promuevan la importancia de la salud mental en el ámbito estudiantil.

### **A los estudiantes de la UNAN-FAREM Matagalpa:**

- ❖ A los jóvenes que son parte de esta investigación se les recomienda motivarse y motivar a los miembros de la familia a asistir a sesiones terapéuticas, con el propósito de sanar heridas del pasado, que les permita construir un mejor futuro en todos los ámbitos de su vida.
- ❖ Sugerimos trabajar de la mano con las sesiones terapéuticas que brinda la universidad a sus estudiantes, para así minimizar circunstancias que provoquen descompensaciones emocionales.

### **A las Trabajadoras Sociales:**

- ❖ A los estudiantes de trabajo social se les invita a que continúen y profundicen en esta línea de investigación, tomando en cuenta la empatía hacia los demás, y de igual forma trabajar en conjunto con la carrera de psicología para hacerle frente a una problemática tan latente en la sociedad de hoy en día.

### 5.3. BIBLIOGRAFÍA

- Acevedo, J., Membreño, X., & Morales. (Julio de 2014). *Prevalencia de trastornos psiquiátricos en estudiantes de I a V año de la facultad de ciencias médicas de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua “UNAN-Managua”, en el primer semestre 2012*. Managua: UNAN Managua. Obtenido de Repositorio Institucional UNAN-Managua: <https://repositorio.unan.edu.ni/5418/1/69483.pdf>
- Agudelo, D., Casadiegos, C., & Sánchez, D. (10 de Junio de 2008). *Características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios*. Bucaramanga: Universidad Pontificia Bolivariana. Obtenido de Dialnet - Universidad de La Rioja: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2875674.pdf>
- Alfárez. (Noviembre de 2011). *Trastornos de ansiedad en la población adulta que consulta la unidad de salud las flores, en el departamento de Chalatenango, enero a diciembre 2010*. Chalatenango: UNAN Managua. Obtenido de Repositorio Institucional UNAN-Managua: <https://repositorio.unan.edu.ni/7015/1/t580.pdf>
- Alfárez, E. (Noviembre de 2011). *Trastornos de ansiedad en la población adulta que consulta la unidad de salud las flores, en el departamento de Chalatenango, enero a diciembre 2010*. Chalatenango: UNAN Managua. Obtenido de Repositorio Institucional UNAN-Managua: <https://repositorio.unan.edu.ni/7015/1/t580.pdf>
- Alfárez, E. I. (Noviembre de 2011). *Repositorio Institucional UNAN-Managua*. Obtenido de Repositorio Institucional UNAN-Managua: <https://repositorio.unan.edu.ni/7015/1/t580.pdf>
- Angarita, G., Florez, O., & Romero, Y. (Mayo de 2018). *Caracterización de la población participante de la fundación Fundamor*. Bogotá: Universidad Cooperativa de Colombia. Obtenido de Repositorio Institucional Universidad Cooperativa de Colombia: <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/12375>
- Aranceta, J. (2001). *Factores determinantes de los hábitos de consumo alimentario en la población española*. Barcelona España: Manson.
- Aranda, C., & Pando, M. (2013). *Conceptualización del apoyo social y las redes de apoyo social*. Guadalajara: Universidad de Guadalajara.
- Arrieta, K., Díaz, S., & González, F. (2014). *Síntomas de depresión y ansiedad en jóvenes*

- universitarios: prevalencia y factores relacionados*. Albacete: Revista Clínica de Medicina de Familia.
- Arrivillaga, M., Cortés, C., Goicochea, V., & Lozano, T. (2003). *Redalyc - Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*. Obtenido de Redalyc - Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal: <https://www.redalyc.org/pdf/647/64730103.pdf>
- Bonilla, V., & Alvarez, C. (5 de Marzo de 2010). *Diseños de investigación cualitativa: Parte II*. San Juan: Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. Obtenido de Centro para la Excelencia Académica Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras: [https://cea.uprrp.edu/wp-content/uploads/2013/05/diseos\\_de\\_investigacin\\_cualitativa\\_ii\\_-\\_vbonilla.pdf](https://cea.uprrp.edu/wp-content/uploads/2013/05/diseos_de_investigacin_cualitativa_ii_-_vbonilla.pdf)
- Clark, D., & Beck, A. (2016). *Manual práctico para la ansiedad y las preocupaciones*. Bilbao : Desclée De Brouwer.
- Clinic, M. (2022). *Foundation for Medical Education and Research (MFMER)*. All rights reserved. Arizona Minessota.
- Díaz. (2017). *Investigación cualitativa y análisis de contenido temático, orientación intelectual de revista Universum*. Obtenido de <https://revistas.ucm.es/index.php/RGID/article/download/60813/4564456547606/>
- Díaz, L., & Castro, J. (2020). *Influencia de la ansiedad en el rendimiento académico de estudiantes universitarios*. Cali: Universidad Cooperativa de Colombia. Obtenido de Repositorio Institucional Universidad Cooperativa de Colombia: [https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/18306/3/2020\\_ansiedad\\_rendimiento\\_academico.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/18306/3/2020_ansiedad_rendimiento_academico.pdf)
- DSM-5. (2014). *Manual Diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. Buenos Aires: Editorial panamericana.
- Espinoza, F., García, L., & Martín, M. (18 de Septiembre de 2018). *Instituto de la Juventud de España*. Obtenido de Instituto de la Juventud de España: [http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/06/1.\\_una\\_mirada\\_hacia\\_los\\_jovenes\\_con\\_trastornos\\_de\\_ansiedad.pdf](http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/06/1._una_mirada_hacia_los_jovenes_con_trastornos_de_ansiedad.pdf)
- Espinoza, L., García, L., & Martín, M. (18 de Septiembre de 2018). *Una mirada hacia los jóvenes con trastornos de ansiedad*. Andalucía: Instituto de la Juventud de España.

- Obtenido de Instituto de la Juventud de España:  
[http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/06/1.\\_una\\_mirada\\_hacia\\_los\\_jovenes\\_con\\_trastornos\\_de\\_ansiedad.pdf](http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/06/1._una_mirada_hacia_los_jovenes_con_trastornos_de_ansiedad.pdf)
- Galimberti, U. (2002). *Diccionario de psicología*. Madrid: Siglo XXI de España Editores, S.A. Obtenido de Programa de Investigación en Historia y Teorías Críticas de los Saberes PSI: <https://saberepsi.files.wordpress.com/2016/09/galimberti-umberto-diccionario-de-psicologc3ada.pdf>
- Galimberti, U. (2002). *Programa de Investigación en Historia y Teorías Críticas de los Saberes PSI*. Obtenido de Programa de Investigación en Historia y Teorías Críticas de los Saberes PSI: <https://saberepsi.files.wordpress.com/2016/09/galimberti-umberto-diccionario-de-psicologc3ada.pdf>
- Gálligo, F. (2007). *Drogas: conceptos generales, epidemiología y valoración del consumo*. Madrid: Grupo de Intervención en Drogas de la Sociedad Española de Medicina Familiar y Comunitaria (semFYC). Obtenido de Academia.edu: [https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/57233010/Drogas\\_\\_conceptos\\_generales\\_epidemiologia\\_y\\_valoracion\\_del\\_consumo-libre.pdf?1535012437=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DDrogas\\_conceptos\\_generales\\_epidemiologia.pdf&Expires=1670527437&Sign](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/57233010/Drogas__conceptos_generales_epidemiologia_y_valoracion_del_consumo-libre.pdf?1535012437=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DDrogas_conceptos_generales_epidemiologia.pdf&Expires=1670527437&Sign)
- Gantiva, C., Luna, A., Dávila, A., & Salgado, M. (2010). *Estrategias de afrontamiento en personas con ansiedad*. Bogotá: Universidad de San Buenaventura.
- Garriz, J. (2014). *Diccionario*. Barcelona: Nuevo Océano uno : diccionario enciclopédico color.
- González, J. (2001). *El paradigma interpretativo en la investigación social y educativa: Nuevas respuestas para viejos interrogantes*. Sevilla: Universidad de Sevilla. Obtenido de idUS - Depósito de Investigación de la Universidad de Sevilla: [https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/12862/file\\_1.pdf](https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/12862/file_1.pdf)
- Martínez, G., & Pedroza, M. (21 de septiembre de 2017). *Factores incidentes en el rendimiento académico estudiantil de ingeniería en sistemas de información de la FAREM- Matagalpa, 2012- 2016*. Matagalpa: UNAN Managua - FAREM Matagalpa. Obtenido de Central American Journals Online:

<https://www.camjol.info/index.php/FAREM/article/view/5549/5245>

- Martínez, V., & Pérez, O. (17 de Noviembre de 2014). Ansiedad en los estudiantes: estudio de una muestra de alumnos de la Facultad de Educacion. *Revista de la Facultad de Albacete*, 63-78. Obtenido de Revista de la Universidad de Castilla-La Mancha: <https://revista.uclm.es/index.php/ensayos/article/view/384/562>
- Mata, L. (03 de Marzo de 2020). *La observación en la investigación cualitativa*. San José: Investigaliacr. Obtenido de Investigalia Costa Rica: <https://investigaliacr.com/investigacion/la-observacion-en-la-investigacion-cualitativa/>
- Medina, E., Montoya, W., & Toruño, J. (Julio de 2015). “*Incidencia de la Ansiedad en el Rendimiento Academico e estudiantes del tercer nivel, Escuela preparatoria*. Nicaragua: UNAN Managua. Obtenido de repositorio.unan.edu.ni: <https://repositorio.unan.edu.ni/10426/1/9133.pdf>
- Navas, W., & Vargas, M. (2012). *Trastornos de ansiedad: revisión dirigida para atención primaria*. San José: Revista Médica de Costa Rica y Centroamérica.
- Oñate, M. (26 de Febrero de 2014). *Aislamiento y patología inherente: paralelismo entre el renacimiento en doña Juana I de Castilla y la época actual*. Madrid: Universidad Rey Juan Carlos. Obtenido de Dialnet - Universidad de La Rioja: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4809963.pdf>
- Oñate, M. (26 de Febrero de 2014). *Dialnet - Universidad de La Rioja*. Obtenido de Dialnet - Universidad de La Rioja: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4809963.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2017). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es>
- Quesada, A., & Medina, A. (2020). *Métodos teóricos de investigación: Análisis-síntesis, inducción-deducción, abstracto – concreto e histórico-lógico*. Matanzas: Universidad de Matanzas.
- Rovella, A., & González, M. (2008). *Trastorno de ansiedad generalizada: aportes de la investigación al diagnóstico*. San Luis: Universidad Nacional de San Luis. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/184/18417109.pdf>
- SENDA. (2008). *Información sobre drogas - terminos A a la F*. Chile: SENDA - Servicio Nacional para la prevención y Rehabilitación del consumo de drogas y alcohol.

Obtenido de SENDA - Servicio Nacional para la prevención y Rehabilitación del consumo de drogas y alcohol: <https://www.senda.gob.cl/informacion-sobre-drogas/conoce-mas-sobre-las-drogas/glosario/terminos-a-a-la-f/>

SENDA. (2008). *Información sobre drogas - terminos A a la F*. CHILE: SENDA - Servicio Nacional para la prevención y Rehabilitación del consumo de drogas y alcohol. Obtenido de SENDA - Servicio Nacional para la prevención y Rehabilitación del consumo de drogas y alcohol: <https://www.senda.gob.cl/informacion-sobre-drogas/conoce-mas-sobre-las-drogas/glosario/terminos-a-a-la-f/>

SENDA. (2008). *SENDA - Servicio Nacional para la prevención y Rehabilitación del consumo de drogas y alcohol*. Obtenido de SENDA - Servicio Nacional para la prevención y Rehabilitación del consumo de drogas y alcohol: <https://www.senda.gob.cl/informacion-sobre-drogas/conoce-mas-sobre-las-drogas/glosario/terminos-a-a-la-f/>

Simão, V. (2010). *Formación Continuada y varias voces del profesorado de educación infantil de Blumenau: Una propuesta desde dentro*. Barcelona: Universidad de Barcelona. Obtenido de Tesis Doctorals en Xarxa: [https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/1371/04.VLS\\_METODOLOGIA\\_Y\\_ESTUDIO\\_EMPIRICO.pdf;jsessionid=D23E724A1119F695D7A36859FDFC21E5?sequence=5](https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/1371/04.VLS_METODOLOGIA_Y_ESTUDIO_EMPIRICO.pdf;jsessionid=D23E724A1119F695D7A36859FDFC21E5?sequence=5)

Tejero, J. (2021). *Técnicas de investigación cualitativa en los ámbitos sanitario y sociosanitario*. Albacete: Universidad de Castilla-La Mancha. Obtenido de <https://ruidera.uclm.es/xmlui/bitstream/handle/10578/28529/04%20TECNICAS-INVESTIGACION-WEB-4.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=La%20entrevista%20semi%2Destructurada%20recolecta,muestra%20relativamente%20grande%20de%20participantes>.

Tortella, M. (2014). *Los Trastornos de Ansiedad en el DSM-5*. Revista Iberoamericana de Psicopatología. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4803018.pdf>

Veiga, J., De la Fuente, E., & Zimmermann, M. (2008). *Modelos de estudios en investigación aplicada: Conceptos y criterios para el diseño*. Madrid: Scientific Electronic Library Online - SciELO España. Obtenido de SciELO España - Scientific Electronic Library Online: <https://scielo.isciii.es/pdf/mesetra/v54n210/aula.pdf>

Zubeidat, I. (28 de Junio de 2005). *Evaluacion de las Caracteristicas de la ansiedad social especifica y generalizada de los jovenes*. España: Universidad de Granada. Obtenido de Repositorio Institucional de la Universidad de Granada: <https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/653/15467715.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

**ANEXOS**





## ANEXO 1

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA FACULTAD REGIONAL  
MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA  
UNAN-FAREM-MATAGALPA  
SISTEMA CATEGORIAL

Categorías	Dimensiones	Sub Dimensiones	Aportes teóricos
Ansiedad	Definición		El termino Ansiedad, proviene del Latín “Anexitas”, es un estado de malestar psicofísico caracterizado por una sensación de inquietud, intranquilidad, inseguridad o desosiego ante lo que se evidencia una amenaza inminente y de causa indefinida. La diferencia entre la ansiedad normal y la patológica es que esta última se basa en una valoración irreal o distorsionada de la amenaza. Cuando la ansiedad es muy severa y aguda, puede llegar a paralizar al individuo, transformándose en pánico. (Alfárez E. I., 2011)
		Trastorno de ansiedad generalizada.	El Trastorno de Ansiedad Generalizada (TAG) es mucho más de lo que una persona normal con ansiedad experimenta en su vida diaria. Son preocupación y tensión crónicas aun cuando nada parece provocarlas. El padecer de este trastorno significa anticipar siempre un desastre, frecuentemente preocupándose excesivamente por la salud, el dinero, la familia o el trabajo. (Alfárez E. I., 2011)
	Trastorno de	Este trastorno, se refiere a un episodio inesperado de miedo excesivo que acarrea reacciones físicas severas, aun cuando no exista ningún peligro real o causa aparente. Estos ataques repentinos pueden provocar un miedo tan intenso en la persona que está llega a	

		pánico.	sentir que pierde el control o inclusive que va a sufrir de un ataque cardíaco o morir. (Alfárez E. I., 2011)
		Fobias.	Según Alfárez, (2011) se le llama fobia a cualquier miedo irracional hacia algo en específico que puede ser inofensivo para otros, pero no para quienes las padecen. Dentro de estos padecimientos se pueden encontrar fobias específicas y fobias sociales.
		Trastorno obsesivo-compulsivo.	El trastorno obsesivo-compulsivo (TOC) es un trastorno caracterizado por presentar pensamientos o rituales de ansiedad que la persona siente que no puede controlar. Quien padece de TOC, como se le conoce, puede estar plagado de pensamientos o imágenes persistentes indeseables o por la necesidad urgente de realizar ciertos ritos. Los pensamientos o las imágenes preocupantes se llaman obsesiones y los rituales que se celebran para tratar de prevenirlas o disiparlas se llaman impulsos. (Alfárez E. I., 2011)
		Trastorno postraumático por tensión.	El trastorno postraumático por tensión (TEPT) es una condición debilitante que sigue a un evento de terror. Frecuentemente, las personas que sufren de TEPT tienen persistentemente memorias y pensamientos espantosos de su experiencia y se sienten emocionalmente paralizadas, fue traída a la atención pública por los veteranos de guerra, pero puede ser el resultado de varios otros incidentes traumáticos. Incluyen raptos, graves accidentes como choques de automóviles o de trenes, desastres naturales como inundaciones o temblores, ataques violentos tales como asaltos, violaciones o tortura. (Alfárez E. I., 2011)
Afectaciones físicas	Síntomas	Dolores en el cuerpo	El dolor de cuerpo es la sensación de sufrimiento que se presenta como respuesta subjetiva a un estímulo que el organismo percibe como nocivo o reductor de su bienestar. Desde el punto de vista psicológico el dolor es una de las tonalidades emotivas fundamentales que acompañan a la existencia. (Galimberti, 2002)

		Taquicardia	La taquicardia es el aumento de frecuencia de las pulsaciones cardíacas más allá de los límites considerados normales. Se distinguen una taquicardia paroxística, con inicio y fin bruscos, que se pueden comprobar electrocardiográficamente y que se advierten en términos subjetivos con sensaciones de constricción torácica y palpitaciones; una sinusal, de tipo funcional, consiguiente a un estado de ansiedad crónica, que debe clasificarse más como un trastorno psicofisiológico que como un trastorno verdadero cardiocirculatorio; una ortoestática, que depende del cambio de posición corporal de reclinada a erecta y viceversa. Cuando no es de origen orgánico la taquicardia depende de condiciones psicológicas caracterizadas por estrés, ansiedad crónica y estados de excitación aguda. (Galimberti, 2002)
		Desgaste mental	Agotamiento psíquico, caracterizado por hiperexcitabilidad sensitiva, ansiedad, trastornos de la recepción, la percepción, la coordinación, la concentración, el sueño y el pensamiento. Entre las causas se indicaban frustraciones, disgustos y preocupaciones que, a largo plazo, crean tal estado de tensión que provocan modificaciones físico-químicas de las células del sistema nervioso central en personas excesivamente escrupulosas, sobrecargadas de trabajo y de responsabilidades. (Galimberti, 2002)
		Falta de aire	De acuerdo a Galimberti, (2002) es la dificultad respiratoria caracterizada por la brevedad de la respiración. Cuando no es provocada por causas orgánicas la disnea se clasifica, según S. Freud, entre las manifestaciones de la histeria y de la neurosis de angustia.
		Trauma	Un trauma es una lesión del sistema nervioso o, por trasposición metafórica, una lesión del organismo psíquico debida a acontecimientos que irrumpen bruscamente en forma destructiva; en psicoanálisis, donde la noción de trauma es objeto de una teoría específica.

Factores de riesgo	Causas		La teoría psicoanalítica del trauma la elaboró Sigmund Freud quien, con la noción de trauma, se refiere a la intensidad de un acontecimiento al que el sujeto no es capaz de responder en forma adecuada. (Galimberti, 2002)
		Estrés	Es la intensa reacción emocional a una serie de estímulos externos que activan respuestas fisiológicas y psicológicas de naturaleza adaptativa. Si los esfuerzos del sujeto fallan porque el estrés supera la capacidad de respuesta, el individuo es vulnerable a la enfermedad psíquica, la somática o ambas. (Galimberti, 2002).
		Personalidad	Es un conjunto de características psíquicas y modalidades de comportamiento que, en su integración, constituyen el núcleo irreductible de un individuo, que perdura como tal en la multiplicidad y en la diversidad de las situaciones ambientales en las que se manifiesta y actúa. (Galimberti, 2002).
		Drogas	El término tiene diferentes definiciones, según los criterios que se utilicen para identificarlo. Desde el punto de vista farmacológico, el más correcto y exhaustivo, la expresión “droga” se refiere a cualquier sustancia, sintética o natural, químicamente pura o no, cuya ingestión provoca una modificación de la conciencia, de la percepción y del humor. Tal definición abarca, además de las drogas consideradas ilegales y de uso controlado las bebidas alcohólicas, el café, el té, el tabaco, algunos vegetales y, naturalmente, todos los fármacos que tienen un efecto activo sobre la psique. (Galimberti, 2002).
Afectaciones	Aislamiento		Si tenemos que definir el aislamiento, diríamos que es cuando no existe intercambio de pensamiento, de afectos por la existencia de un encerramiento físico, psíquico, mental o sensorial. Proceso que parte de la incomunicación y daña a la psique. Asociado, siempre

emocionales	Depresión	<p>está la falta de libertad. (Oñate, Dialnet - Universidad de La Rioja, 2014)</p> <p>La depresión frecuentemente acompaña a los trastornos de ansiedad y, cuando esto sucede, también debe atenderse. Los sentimientos de tristeza, apatía o desesperanza, cambios en el apetito o en el sueño, así como la dificultad en concentrarse que frecuentemente caracterizan a la depresión pueden ser tratados con efectividad con medicamentos antidepresivos o, dependiendo de la severidad del mal, con psicoterapia. Algunas personas responden mejor a una combinación de medicamentos y psicoterapia. El tratamiento puede ayudar a la mayoría de las personas que sufren de depresión. (Alfárez E. I., 2011)</p>
	Nervios	<p>Llamado también sistema nervioso de la vida de relación, en cuanto preside las relaciones del organismo con el mundo exterior, el sistema nervioso central está unido a las diferentes partes del cuerpo mediante los nervios que están conectados con los órganos de la sensibilidad (v.) (Receptores cutáneos, oído, ojo, papilas gustativas, papilas del olfato), y con los de la motricidad (v.) voluntaria, que son los músculos esqueléticos. (Galimberti, 2002).</p>
	Abuso de sustancias alucinógenas	<p>El consumo recurrente de sustancias que da lugar al incumplimiento de obligaciones en el trabajo, en la escuela o en casa (ausencias repetidas o pobre rendimiento escolar relacionados con el consumo de sustancias; ausencias, suspensiones o expulsiones de la escuela relacionadas con la sustancia; descuido de los niños o de las obligaciones de la casa). Consumo recurrente de la sustancia en condiciones en las que hacerlo es físicamente peligroso (conducir un automóvil o accionar una máquina bajo los efectos de la sustancia). Problemas legales repetidos relacionados con la sustancia (arrestos por comportamiento escandaloso debido a la sustancia). Consumo continuado de la sustancia, a pesar de tener</p>

			<p>problemas sociales continuos o recurrentes o problemas interpersonales causados o exacerbados por los efectos de la sustancia (discusiones con la esposa o violencia física)</p> <p>Los síntomas no han cumplido nunca los criterios para la dependencia de sustancias de esta clase de sustancia. (SENDA, 2008)</p>
	Depresión universitaria		<p>En lo que se refiere a la depresión, según (Arrivillaga, Cortés, Goicochea, &amp; Lozano, 2003) existen variables individuales que se relacionan con la depresión en los estudiantes universitarios, tales como los antecedentes familiares y personales de depresión, dificultades académicas, inestabilidad económica, diagnóstico de una enfermedad grave, muerte de un ser querido, separación de los padres, consumo de alcohol, planeación y/o intento de suicidio.</p>
Afectaciones sociales	Entorno académico		<p>De acuerdo a Díaz &amp; Castro, (2020) en el ámbito académico, la ansiedad ha sido objeto de amplios estudios que la relacionan con diversas dificultades en el óptimo desempeño académico de los estudiantes, pues algunas situaciones específicas en dicho ámbito que generan ansiedad influyen de manera marcada en el rendimiento académico de los individuos.</p>
	Entorno familiar		<p>Arrieta, Díaz, &amp; González, (2014) manifiestan que dentro de los factores que se asociaron con la sintomatología de ansiedad y depresión estuvieron las dificultades económicas y problemas familiares; estos dos factores se relacionan entre sí, toda vez que las privaciones económicas generan estrés, que a su vez crea un ambiente emocional desfavorable en el hogar, percibiendo los adolescentes un ambiente negativo, caracterizado por carencia de recursos básicos para su desarrollo; esta dificultad disminuye la capacidad de los padres para proveer apoyo económico y estimulación cognitiva y emocional a sus hijos, limitando</p>

			el ajuste adecuado ante las actividades y demandas, reduciendo las oportunidades de interacción social satisfactoria y adquisición de habilidades para el adecuado enfrentamiento a situaciones problemáticas, las cuales se han asociado como un elemento estructural en la relación con pares y la presencia de depresión.
	Entorno de amistades		Según Galimberti, (2002) amistad es el sentimiento que nace del encuentro entre dos o más personas que perciben una comunión de intereses, de valores y de ideales, y que por eso establecen interacciones íntimas fundadas en la comprensión y en la confianza recíproca.
Afectaciones económicas	Consultas médicas		Para el tratamiento de la ansiedad, de las terapias que han sido evaluadas y en las que investigadores y profesionales de la salud mental infanto-juvenil han encontrado evidencia que muestra que se encuentran en el nivel superior de eficacia aparecen las siguientes: la terapia cognitivo-conductual, la exposición, el modelado, la terapia cognitivo-conductual con la implicación de los padres, la psi coeducación y la terapia cognitivo-conductual con medicación. (Espinoza, García, & Martín, 2018)
	Compra de fármacos		Desde el punto de vista farmacológico, el más correcto y exhaustivo, la expresión “droga” se refiere a cualquier sustancia, sintética o natural, químicamente pura o no, cuya ingestión provoca una modificación de la conciencia, de la percepción y del humor. Tal definición abarca, además de las drogas consideradas ilegales y de uso controlado las bebidas alcohólicas, el café, el té, el tabaco, algunos vegetales y, naturalmente, todos los fármacos que tienen un efecto activo sobre la psique (v. psicofarmacología). (Galimberti, 2002)
	Espiritual		En base a la información de Aranda & Pando, (2013) las redes sociales de tipo informal “son aquellas que impulsan y propician los contactos personales a través de los cuales el individuo mantiene su identidad social y recibe apoyo emocional, espiritual ayuda material

Redes de apoyo			y servicios de información
	Familiar y amistades		Según la información expuesta por Aranda & Pando, (2013) el apoyo social puede ser definido como “el apoyo recibido o la interacción entre las personas, sean estos familiares, amigos, vecinos y miembros de organizaciones sociales, ya sea de tipo espiritual, emocional, instrumental e informativo.
	Psicológicas		De acuerdo a Aranda & Pando, (2013) definen al apoyo social como “una práctica simbólica-cultural que incluye el conjunto de relaciones interpersonales que integran a una persona con su entorno social y le permite mantener o mejorar su bienestar material, físico y emocional.





UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA

## ANEXO 2

### UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA UNAN-FAREM-MATAGALPA

- ENTREVISTA A PROFUNDIDAD

Somos estudiantes de la carrera de Trabajo Social, actualmente realizamos una investigación acerca de las vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social de la UNAN-FAREM Matagalpa, segundo semestre 2022, teniendo como objetivo principal comprender las vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social de la UNAN-FAREM Matagalpa. Es por ello que le agradecemos su valiosa colaboración al contribuir con nuestro trabajo, esperando que este llegue a ser útil para las siguientes generaciones.

#### **Preguntas:**

1. ¿Cómo defines la ansiedad?
2. ¿Has sido diagnosticado con ansiedad por algún profesional de la salud mental?  
¿Desde hace cuánto tiempo? ¿Qué tipo de ansiedad?
3. De acuerdo a tu experiencia personal. ¿Qué situaciones, personas o cosas te producen ansiedad?
4. ¿Qué síntomas experimentas a nivel físico y emocional cuando consideras que tienes situaciones, personas o cosas que te producen ansiedad?
5. ¿Qué otros factores crees que influyen en la ansiedad?
6. Puedes describir ¿Qué intensidad tienen los síntomas de ansiedad?

7. En relación con la pregunta anterior, ¿cómo se debería proceder al ver a una persona sufriendo un ataque de ansiedad? ¿Se debería acudir al hospital o al centro de salud?
8. ¿Podrías explicarnos, de qué forma ha afectado la ansiedad tu desarrollo personal familiar académico y laboral en tu vida diaria?
9. ¿Desde tu punto de vista podría expresar si el tratamiento fármaco es el proceso más adecuado contra la ansiedad o valoras qué es mejor la terapia?
10. ¿Qué tipo de acciones realizas al momento de presentarse un cuadro de ansiedad en tu vida?
11. ¿De qué manera consideras que el apoyo de tu familia y amistades es fundamental para afrontar la ansiedad?
12. ¿Desde tu punto de vista y experiencia personal consideras que la ansiedad tiene cura o no?

**ANEXO 3**  
**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA**  
**FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA**  
**UNAN-FAREM-MATAGALPA**

**CARACTERIZACIÓN SOCIOECONÓMICA DE LOS INVESTIGADOS**

<b>Criterios</b>	<b>Caracterización</b>	<b>Informante 1</b>	<b>Informante 2</b>	<b>Informante 3</b>
<b>I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN</b>	<b>Edad</b>	26	23	22
	<b>Sexo</b>	Mujer	Hombre	Mujer
	<b>Nivel de Educación</b>	Universitaria	Universitario	Universitaria
	<b>Procedencia</b>	El chino kuant	Walter Mendoza	Hábitat
	<b>Religión</b>	Evangélica	Evangélico	Católica
	<b>Estado civil</b>	Unión de Hecho	Soltero	Soltera
<b>II. ESTUDIO SOCIAL</b>	<b>Vivienda Propia Alquiler otro</b>	Alquiler	Propia	Propia
	<b>Personas del hogar</b>	1 (su pareja)	1 (papá)	6
	<b>Servicios básicos</b>	Agua potable. Energía. Aguas negras.	Agua potable. Energía. Aguas negras.	Agua potable. Energía. Aguas negras.
	<b>Ocupación</b>	Estudiante y trabajadora	Estudiante.	Estudiante.
	<b>En que trabajas</b>	Secretaria	Área de producción	No trabaja.

		ejecutiva		
	<b>Situación de salud</b>	Estrés laboral	Buena salud	Buena salud.
	<b>Ingresos Económicos</b>	Salario básico propio. Salario de su conyugue.	Papá y el trabajo de medio tiempo	C\$ 1800.
	<b>Actividades Recreativas</b>	Salir a caminar. Ir al gimnasio.	Tocar guitarra. Fútbol. Baloncesto. Ministerio de la iglesia.	Salir a caminar. Dibujo, bisutería y hacer ejercicio.

## ANEXO 4

### UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA UNAN-FAREM-MATAGALPA

#### • ENTREVISTA ESTRUCTURADA

**Objetivo de la entrevista:** Describir las vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social de la UNAN-FAREM Matagalpa, segundo semestre 2022.

Somos estudiantes de V año de trabajo social y requerimos de su aporte en esta entrevista. La información que se obtenga a través de esta será de ayuda al desarrollo de nuestra investigación y no se expondrán los nombres de los protagonistas de investigación. Agradecemos su colaboración y objetividad.

#### **Preguntas:**

1. ¿Cómo te sentiste al experimentar tus primeros cuadros de ansiedad y dónde ocurrieron?
2. ¿Podrías explicarnos en qué lugares aparecen con mayor frecuencia tu episodio de ansiedad y con qué intensidad los experimentas?
3. ¿Qué tipos de lugares te ayudan a minimizar sus episodios de ansiedad y Por qué consideras que contribuyen en tu bienestar emocional?
4. ¿Desde tu experiencia Cuáles son las situaciones que te producen ansiedad y Cuánto tiempo duran durante el día?
5. ¿Durante la semana Cuántas veces experimentas estos episodios?
6. ¿Quiénes te apoyaron durante tus episodios de ansiedad y De qué manera te han ayudado a sobrellevar tus crisis?
7. ¿Quiénes fueron tus redes de apoyo que generaron mayor bienestar en tus episodios de ansiedad podrías describir esas acciones?
8. Buscaste ayuda profesional para tratar tu ansiedad si tu respuesta es Sí porque consideras que lo hiciste



## ANEXO 5

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA  
FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA  
UNAN-FAREM-MATAGALPA

- OBSERVACIÓN FOCALIZADA

- Informante #1:

Nº	Indicadores a observar	Sí	No	Observaciones
1	Hizo algún gesto con los ojos	X		Al mencionarme sus respuestas no miraba a los ojos, sí no que veía hacía otro lado.
2	Hizo algún gesto con movimientos de la cabeza		X	
3	Hizo algún gesto con movimientos con los brazos	X		Movía constantemente los brazos para acomodarse mejor.
4	Hizo algún gesto con movimientos con las manos	X		No dejaba de darle vueltas a su lapicero y en ciertas ocasiones se tocaba el cuello o sobaba sus piernas.
5	Hizo algún gesto con movimientos con los dedos	X		
6	Hizo algún gesto con movimientos con los pies	X		Los pies los movía constantemente.
7	Se levantó de la silla		X	
8	Cruzo los brazos ante la pregunta		X	
9	Cruzo los pies ante la pregunta		X	
10	Bajó la cabeza y la mantuvo baja durante		X	

	un tiempo			
11	Subió la cabeza y la mantuvo así durante mucho tiempo		X	
12	Se puso a llorar con alguna pregunta		X	
13	Se puso triste	X		
14	Se levantó de la silla a meditar		X	
15	Negatividad ante la pregunta		X	
16	Agresividad con algún golpe o mala contestación ante la pregunta		X	
17	Ansioso (a)	X		Se mostró ansiosa en todo el trayecto de la entrevista realizada.
18	Se puso ido (a) con la pregunta		X	
19	Se comporta de una manera tímido con las preguntas que se le hace		X	La entrevistada mostró gran confianza y apertura al momento de realizar cada pregunta.
20	Con lagrimeos en los ojos	X		Al momento de realizarle preguntas acerca de las situaciones en las que sufría crisis de ansiedad y explicaba que influyó mucho la separación de sus padres.
21	Comenzó a toser antes las preguntas		X	

- **Informante #2:**

N°	Indicadores a observar	Sí	No	Observaciones
1	Hizo algún gesto con los ojos		X	
2	Hizo algún gesto con movimientos de la cabeza		X	
3	Hizo algún gesto con movimientos con los brazos		X	
4	Hizo algún gesto con movimientos con		X	

	las manos			
5	Hizo algún gesto con movimientos con los dedos			
6	Hizo algún gesto con movimientos con los pies	X		Movía sus piernas
7	Se levantó de la silla		X	
8	Cruzo los brazos ante la pregunta		X	
9	Cruzo los pies ante la pregunta	X		Cruzo sus piernas en todo momento
10	Bajó la cabeza y la mantuvo baja durante un tiempo		X	
11	Subió la cabeza y la mantuvo así durante mucho tiempo		X	
12	Se puso a llorar con alguna pregunta		X	
13	Se puso triste		X	
14	Se levantó de la silla a meditar		X	
15	Negatividad ante la pregunta		X	
16	Agresividad con algún golpe o mala contestación ante la pregunta		X	
17	Ansioso (a)	X		Movía sus piernas
18	Se puso ido (a) con la pregunta	X		Pregunta 8 estructurada, pregunté cuando sucedió eso y creyó que era una pregunta sobre un baile que lo avergonzó de pequeño
19	Se comporta de una manera tímido con las preguntas que se le hace		X	
20	Con lagrimeos en los ojos		X	
21	Comenzó a toser antes las preguntas		X	



- **Informante #3:**

Nº	Indicadores a observar	Si	No	Observaciones
1	Hizo algún gesto con ojos	X		No me mantuve fijamente
2	Hizo algún gesto con movimiento de la cabeza	X		Miraba hacia abajo
3	Hizo algún gesto con movimientos de brazos	X		
4	Hizo algún gesto con movimientos con las manos	X		Muchos
5	Hizo algún gesto con movimiento con los dedos			
6	Hizo algún gesto con movimientos con los pies	X		
7	Se levantó de la silla		X	
8	Cruzo los brazos ante la pregunta			
9	Cruzo los pies ante la pregunta.	X		Algunas veces
10	Bajó la cabeza y la mantuvo baja durante un tiempo	X		Mucho
11	Subió la cabeza y la mantuvo así durante mucho tiempo	X		A veces poco
12	Se puso a llorar con alguna pregunta		X	
13	Se puso triste		X	
14	Se levantó de la silla a meditar		X	
15	Negatividad ante la pregunta		X	
16	Agresividad con algún golpe o mala contestación ante la pregunta		X	
17	Ansioso(a)	X		Muchos movimientos
18	Se puso ido(a) con la pregunta		X	
19	Se comporta de una manera tímido con las preguntas que se le hace		X	Contestaba rápido y no mostré demora en contestar
20	Con lagrimeos en los ojos		X	
21	Comenzó a toser antes las preguntas		X	



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA

## **ANEXO 7**

### **UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA UNAN-FAREM-MATAGALPA**

#### **• CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Acepto voluntariamente participar en el estudio titulado ““Vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social de la UNAN-FAREM- Matagalpa, segundo semestre 2022””, estamos realizando este proceso como estudiantes de la carrera de Trabajo Social en la UNAN FAREM Matagalpa, por tal razón solicito su apoyo en este proceso, le aseguro que sus respuestas serán de total discreción.

Mi participación consiste en responder entrevistas y me han asegurado que los datos que proporcione serán confidenciales, y el cuestionario es anónimo.

Le aseguramos que sus respuestas serán de total discreción, no se sienta obligado a responder si usted no desea. Aquí no hay respuestas correctas o incorrectas. Su participación es totalmente voluntaria, pero su experiencia podría ser de mucha utilidad para otras personas que deseen conocer más sobre las vivencias sobre los daños producidos por la ansiedad en los estudiantes, una problemática psicosocial necesaria de investigar. Cualquier duda o aclaración puedo acudir a los responsables del estudio ya que ellos serán los únicos que tendrán acceso a la información.

¿Está de acuerdo a participar en esta investigación?

Firma de aceptación: \_\_\_\_\_