



**Niveles de ansiedad en los niños de 5° grado a causa del retorno a clases presenciales post –
confinamiento.**

Kendri Cuellar Guerra

Código: 20251722937

Álvaro Amaya Romero

Código: 20251722224

Universidad Antonio Nariño

Programa Psicología

Facultad de Psicología

Riohacha, Colombia

2022

**Niveles de ansiedad en los niños de 5° grado a causa del retorno a clases presenciales post –
confinamiento.**

Kendri Cuellar Guerra

Código: 20251722937

Álvaro Amaya Romero

Código: 20251722224

Proyecto de grado presentado como requisito parcial para optar al título de:

Psicólogo

Director:

Yatsira Jaramillo Peñaloza

Línea de Investigación:

Investigación, intervención y cambios en contextos sistémicos.

Grupo de Investigación:

Escuela: Sistema complejo

Universidad Antonio Nariño

Programa Psicología

Facultad de Psicología

Riohacha, Colombia

2022

NOTA DE ACEPTACIÓN

El trabajo de grado titulado

_____, Cumple con

los requisitos para optar

Al título de _____.

Firma del Tutor

Firma Jurado

Firma Jurado

Riohacha, La Guajira, 2022.

Contenido

	Pág.
Lista de Apéndices.....	13
Preliminares.....	14
Resumen.....	18
Abstract.....	19
Introducción.....	20
Planteamiento del problema.....	22
Objetivos.....	31
Objetivo General.....	31
Objetivos Específicos.....	31
Justificación.....	32
Marco Teórico.....	35
Ansiedad en niños.....	37
Ansiedad en el contexto escolar.....	38
Marco Contextual.....	49
Método.....	50
Tipo y Diseño de la investigación.....	50
Población.....	51

Censo Poblacional.....	51
Muestra.....	52
Instrumento.....	52
Fuentes de información.....	53
Procedimiento	56
Análisis y presentación de los resultados.	58
Discusión de los resultados	61
Conclusiones.....	65
Recomendaciones.....	67
REFERENCIAS	68
APÉNDICES	72

Lista de tablas

	Pág.
Tabla 1 Caracterización de la muestra	52
Tabla 2 <i>Puntajes de corte, para calificación de cuestionario</i>	53
Tabla 3 <i>Resultados niveles y Tipo de ansiedad</i>	58
Tabla 4 <i>Resultados ansiedad estado</i>	59
Tabla 5 <i>Resultados de Ansiedad Rasgo</i>	60
Tabla 6 <i>Actividad 1</i>	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 7 <i>Actividad 1- Parte 2</i>	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 8 <i>Actividad 2</i>	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 9 <i>Actividad 3</i>	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 10 <i>Actividad 4</i>	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 11 <i>Actividad 5</i>	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 12 <i>Actividad 6.</i>	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 13 <i>Actividad 7</i>	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 14 <i>Actividad 8</i>	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 15 <i>Actividad 9</i>	¡Error! Marcador no definido.

Lista de Figuras.

Figura 1 <i>Niveles y tipo de ansiedad</i>	58
Figura 2 <i>Resultados de Ansiedad Estado</i>	59
Figura 3 <i>Resultados Ansiedad Rasgo</i>	61

Lista de Apéndices

Apéndice 1 <i>Consentimiento Informado</i>	72
Apéndice 2 <i>Instrumento</i>	73
Apéndice 3 <i>Infografía propuesta.</i>	75

Preliminares

(Dedicatoria)

Dedico con todo mi corazón mi tesis de grado a mi hermosa familia (esposa hijos, hermanos) por haberme motivado a emprender este largo y arduo camino como lo es cursar una carrera universitaria, a dios nuevamente le agradezco haberme mantenido sano, para llegar a la cúspide, al final de esta hermosa experiencia.

Álvaro Amaya.

(Dedicatoria)

Dedico este trabajo primeramente a Dios por haberme dado la vida y permitirme llegar hasta este momento tan importante. A mi madre por ser el pilar más importante y por demostrarme siempre su amor y apoyo incondicional, a mi padre que a pesar de nuestra distancia física siento que está siempre conmigo y aunque nos faltó muchas cosas por vivir juntos sé que este momento hubiera sido muy especial para ti como lo es para mí, a mi tía Adelina quien he querido como una madre por compartir momentos significativos conmigo y por siempre estar dispuesta a escucharme y ayudarme en cualquier momento sin pedirlo, a mi pareja Juan por su compañía y apoyo incondicional, a mis hermanos por estar siempre presentes para mí y brindarme mucho amor, y a mis abuelos que son parte fundamental en mi vida ya que son ellos los que impulsan y me dan fuerzas para seguir adelante.

Kendis Cuellar

Agradecimientos

Agradezco a Dios, por haberme permitido culminar esta etapa de mi vida satisfactoriamente, a mi esposa, mis hijos por mantenerme siempre motivado desde el inicio hasta el fin de este sueño tan anhelado, a la UAN, por abrirme las puertas, para alcanzar este sueño, a mis amigos de clases hoy colegas, por siempre brindarme apoyo y motivación personal.

Álvaro Amaya

Al finalizar este trabajo quiero utilizar este espacio para agradecer a Dios por todas sus bendiciones, sabiduría e inteligencia que me regalo en el transcurso de mi carrera profesional a mi madre y hermanos que han sabido darme su apoyo incondicional y la fuerza para seguir adelante a mi pareja Juan Muñoz por su apoyo, amor y paciencia en toda mi formación académica.

También quiero agradecer a la Universidad Antonio Nariño por brindarme todas las herramientas y conocimientos necesarios durante mi formación profesional y personal, a mis compañeros por ser parte de mi formación a todos mis docentes por entregarme todos sus conocimientos y experiencias que fueron la base fundamental en mi transcurrir como estudiante y sus palabras fueron sabias y sus conocimientos rigurosos y preciosos.

Al finiquitar mi trascender como estudiante son muchas las experiencias vividas las cuales fueron muy enriquecedoras, pero hoy nos toca cerrar un capítulo maravilloso en esta historia de la vida y no puedo dejar de agradecerles a todos por su apoyo y constancia que formaron en mí la profesional que soy.

Kendris Cuellar

Resumen

La ansiedad se entiende como una respuesta emocional o un rasgo de personalidad. La ansiedad rasgo se refiere a la tendencia de un individuo a responder a la ansiedad, mientras que los estados se describen como estados emocionales transitorios que fluctúan con el tiempo (Cano, 2011). Teniendo en cuenta todo lo ocasionado por la pandemia en la salud mental de los seres humanos, el presente estudio surgió con la necesidad de Describir el nivel de ansiedad estado – rasgo que presentan los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha, a causa del retorno a clases presenciales post-confinamiento, para ello, se desarrolló un estudio de tipo cuantitativo y alcance descriptivo, que contó con la participación de 24 estudiantes, a quienes una vez firmado el consentimiento informado por parte de sus padres, se les aplicó el instrumento STAIC versión corta; a partir de dicha aplicación se encontró una mayor prevalencia de ansiedad rasgo en los menores, sin embargo, también se encontró que el tipo de ansiedad estado: el 5.8% tienen nivel bajo, el 63.5% tienen nivel tendencia promedio, el 11.5% tienen nivel promedio, el 19.2% tienen nivel sobre promedio, mientras que el 0.0% tienen nivel alto por lo cual, los autores desarrollaron una propuesta con la finalidad de disminuir dichos niveles.

Palabras Claves: Ansiedad, estado, rasgo, confinamiento, postconfinamiento

Abstract

Taking into account everything caused by the pandemic in the mental health of human beings, the present study arose with the need to describe the level of state anxiety - trait that children in 5th grade of the El Carmen Ecological Educational Institution present. the city of Riohacha, due to the return to post-confinement face-to-face classes, for this purpose, a quantitative and descriptive study was developed, which included the participation of 24 students, who, once informed consent was signed by their parents, the STAIC instrument short version was applied to them; From this application, a higher prevalence of trait anxiety was found in minors, however, it was also found that the type of state anxiety: 5.8% have a low level, 63.5% have an average trend level, 11.5% have a low level. average, 19.2% have a level above average, while 0.0% have a high level, for which the authors developed a proposal in order to reduce said levels.

Keywords: Anxiety, state, trait, confinement, post-confinement

Introducción

De acuerdo con las referencias, es claro que existen una serie de factores en el mundo que afectan la salud mental de las personas, lo que suponen una sobrecarga para el sistema de salud, ya que la mayoría de los diagnósticos se realizan cuando los trastornos se encuentran en etapas avanzadas, por tal razón, los sistemas de salud se han visto en la necesidad de ir invirtiendo cada vez más, recursos que permitan abordar este tipo de enfermedades, especialmente para atender a pacientes crónicos que, en muchos casos, ya no pueden recuperar su salud mental previa.

En este sentido, el creciente declive mundial de la salud mental se debe no solo a problemáticas individuales, sino también a factores psicosociales y situaciones críticas que hacen vulnerables a las personas, tales como: desastres naturales causados por terremotos, fenómenos climáticos, guerras, , accidentes, secuestros, atentados terroristas, inestabilidad económica y laboral, la inestabilidad en las relaciones sociales, altos índices de pobreza, enfermedades físicas, entre otros estresores, los cuales se vuelven factores precipitantes para las enfermedades mentales.

La justificación de este estudio parte de analizar la ansiedad como un problema social, ya que ahora se ha convertido en un problema cotidiano que afecta a un gran número de personas, generando problemas tanto en su salud física, pero sobre todo en la salud mental del individuo, y esto se debe a que las personas carecen de recursos para enfrentar problemas contraproducentes, que conducen a una falta de control sobre sus pensamientos, sentimientos y acciones.

Por tal motivo, la investigación concibiéndose que cada vez más personas padecen este trastorno, consideran pertinente estudiar y analizar los grados de ansiedad que pueden estar presentando los niños de 5° grado a causa del retorno a clases presenciales post – confinamiento,

con el fin de dar cumplimiento a los objetivos, los autores se plantearon una metodología de tipo cuantitativa y alcance descriptivo, que contó con la participación de 24 estudiantes, a quienes una vez firmado el consentimiento informado por parte de sus padres, se les aplicó el instrumento STAIC versión corta.

A partir de lo anterior, en esta investigación se destacan los principales hallazgos con los que se evidencian que el tipo de ansiedad estado: el 5.8% de la población tienen nivel bajo, que un 63.5% de los participantes tienen nivel tendencia promedio, el 11.5% de los estudiantes presentan un nivel promedio, el 19.2% de la población tienen un nivel sobre promedio, mientras que el 0.0% tienen nivel alto.

Este tipo de resultados, basados en la literatura, se atribuye a algunas asociadas a condiciones ambientales o de la vida cotidiana de los participantes como aquellos requisitos exigidos de los mismos pares, los exámenes del colegio, las tareas grupales, hablar en público, salir de la zona de confort, incluido el nerviosismo, el estrés, la ansiedad y la preocupación ante lo que se percibe como una amenaza, o vivencias que se producen por dificultades como las que generadas por las pandemias.

Planteamiento del problema

Esta investigación resulta de gran utilidad para el crecimiento de las bases teóricas sobre el tema a estudiar, ya que se busca definir algunos tratados sobre ansiedad, especialmente en los niños, los cuales desde el punto de vista metodológico es de gran soporte para el abordaje de la investigación con la población, ya que esta cuenta con características similares y pertenecen al mismo grupo correspondiente al personal educativo, de igual forma, estas referencias guían el presente trabajo de grado, permitiendo dar respuesta al objetivo general.

Lo anterior, teniendo en cuenta que la educación es la herramienta social para transformar el comportamiento de los ciudadanos, ha sido una práctica que desde sus inicios se ha desarrollado dentro de las aulas, pero, en la actualidad ha sufrido un drástico cambio provocado por el confinamiento mundial ante la amenaza del covid-19, se han cambiado los paradigmas y el uso de las herramientas, haciendo mayor uso de la tecnología: aplicaciones, plataformas digitales, la creación de aulas virtuales, el uso de nuevos dispositivos y software que han permitido de manera interactiva un nuevo tipo de comunicación y de esta forma romper el distanciamiento social que hay en el mundo.

De acuerdo a las instituciones (Unidas, 2020) UNESCO-CEPAL (2020) la pandemia de enfermedad por coronavirus (COVID-19), ha generado a nivel mundial una crisis sin precedentes en todos los ámbitos en el que el ser humano se mueve. Con respecto a la educación, debido a la gravedad de la emergencia, ha llevado que las Instituciones educativas correspondientes a 190 países, se vean obligadas a realizar un cierre masivo y no se puedan llevar a cabo las actividades de manera presencial, para así evitar que el virus siga propagándose y que su impacto no sea mucho mayor.

El uso de nuevas herramientas ha brindado una alternativa para seguir con los procesos académicos, sin embargo, han desencadenado a que se presente un conjunto de dificultades en diferentes esferas de las personas que están optando por el sistema de educación virtual, en especial los niños que han tenido que afrontar de manera muy repentina cambios abrumadores que han cambiado completamente sus rutinas y se les ha sumado algunas cargas que posiblemente no estaban preparados para enfrentar.

Como señala el Comité de Derechos del Niño de Naciones Unidas (2020), una de las poblaciones con mayor nivel de vulnerabilidad causado por la emergencia sanitaria; son los niños, niñas y adolescentes (NNA), esto debido que están altamente predispuestos a efectos físicos, mentales y emocionales.

Además, debido al cierre de las instituciones educativas, ha llevado que la interacción de forma presencial con sus pares sea reducida o nula, de igual manera están las limitaciones en actividades recreativas. A todo esto, se le suma la carga académica, la dificultad de muchos padres para apoyar a los niños en todo el proceso educativo, la poca experiencia de algunos docentes para dinamizar los procesos logrando que estos sean más fácil y cómodos, además en algunas situaciones se podrían estar violando hasta los derechos fundamentales de los menores.

La emergencia, ha conllevado a la necesidad de reforzar todo lo relacionado a la protección de la niñez, sin embargo, las directrices deben tener en cuenta los intereses de los niños, niñas y adolescentes, dependiendo de su nivel de desarrollo, vínculos afectivos y contextos sociales. De igual forma, es importante entender que los derechos de la niñez, deben ser protegidos y siempre garantizar su cumplimiento, aun si se presentan situaciones de crisis, estos no puede ir en detrimento con sus vínculos familiares y sociales (Cidh, 2020), como tampoco se puede ignorar y prescindir de que los niños, niñas y adolescentes puedan dar a

conocer sus opiniones en la toma de decisiones que los afecten o se encuentren (Comité de Derechos del Niño, 2020).

De lo anterior se toma algo muy importante y es el tener en cuenta la opinión de los niños, saber cómo se sienten en los nuevos procesos académicos virtuales, si se les hace fácil y cómodo aprender de esta forma, desde su perspectiva como podrían mejorar estas condiciones, porque muchos niños están presentando algunos comportamientos que antes no manifestaban y el rendimiento académico ha bajado, sin duda los cambios implementados podrían estar influyendo en esta situación.

En estas circunstancias los niños son particularmente vulnerables al estrés. Aunque se trate de nativos digitales, la virtualidad también supone un desafío para ellos, pues implica redefinir los aspectos más tradicionales de la educación, por ejemplo, los espacios en que esta debe darse. Los niños se han visto obligados a pasar horas frente a un computador escuchando la lección de sus profesores y realizando toda clase de actividades académicas. Tener que estudiar desde casa con la mediación de un computador implica que deben dejar atrás las rutinas de la escuela. Ante este panorama se hace necesario que los niños se adapten de la mejor manera, de modo que se pueda continuar con los procesos educativos.

Sin embargo, la dificultad para asimilar tantos cambios en tan poco tiempo ha llevado a que los niños sientan miedo, trastornos depresivos, angustia y ansiedad. Durante la mayor parte del confinamiento son ellos, quienes, a diferencia de los adultos, no se les han permitido salir de sus hogares, permaneciendo todo el tiempo en sus casas sin poder interactuar con sus pares.

Para Lloyd (2020) la emergencia sanitaria producida por la COVID-19, ha llevado que se aumente de mayor manera las desigualdades educativas. Debido a la exigencia y necesidad de

cancelar las actividades académicas de manera presencial, las instituciones educativas han tenido que reinventarse y hacer uso de una variedad de tecnologías, que permita seguir prestando sus servicios y no vulnerar el derecho a la educación a los NNA. Sin embargo, al iniciar la esta metodología de enseñanza, ha llevado que se presente un conjunto de dificultades y limitaciones, especialmente por la equidad del modelo, mucha población estudiantil no cuenta con las herramientas tecnológicas y se suma efectos negativos que están presentando los estudiantes.

De igual forma, la ansiedad en el contexto escolar ha sido analizada en el ámbito internacional, como es el caso de la investigación realizada por Mychailyszyn, Mendez y Kendall (2010), quienes evaluaron la conducta de alumnos con un rango de edad de siete a catorce años, que presentan trastornos mentales previamente diagnosticados clínicamente, específicamente relacionados con los de trastornos de ansiedad, ya sea por ansiedad de separación, fobia social y desorden de ansiedad generalizada, esto con el objetivo de hacer comparación con otros alumnos que no presentan ningún tipo de enfermedad mental. Durante el estudio se encuentra que entre los factores que se considera necesario hacer ajustes, es el desempeño académico, ya que aquellos que presentan altos niveles de ansiedad demuestran prejuicios en la adaptación en la institución educativa, tanto desde el punto de vista comportamental; como en el desempeño educativo, a diferencia de aquellos que no presentan trastornos de ansiedad.

En Brasil, Costa y Boruchovitch (2014) realizaron una investigación referente a la relación existente entre la ansiedad y la ejecución de estrategias de aprendizaje, en alumnos que se tienen un rango de edad entre seis y dieciocho años. Con este estudio, se encuentra que los alumnos que no tienen estrategias académicas, muestran un bajo rendimiento académico y altos niveles de ansiedad, en comparación de aquellos que si lo hacen uso de las estrategias.

En este mismo ámbito, González, Timón y Riveros, (2015), realizan una investigación en el que obtienen como resultado que los estudiantes que se encuentran escolarizados en instituciones educativas privadas, presentan un mayor nivel de ansiedad, y en cuanto al sexo femenino se presentan mayores niveles de preocupación. De igual forma, Fernández (2015) en su tesis titulada “Relación entre rasgos de ansiedad, sensibilidad a la ansiedad e indicios de ansiedad en niños y adolescentes” encontró que casi un porcentaje del cambio en estas características se debe a la sensibilidad a la ansiedad. Es seguro decir que una cuarta parte de la ansiedad total, se encuentran relacionada con la sensibilidad a la ansiedad más que con las respuestas negativas o depresivas de la población estudiada.

De manera similar, en el mismo año, se sugirió un vínculo entre los problemas emocionales y las dificultades educativas, esto a partir del primer concepto que se tiene de trastorno del aprendizaje, según lo informado por Nelson y Hardwood (2015). Se entiende que en los niños los problemas emocionalmente son causados en gran medida por los problemas presentado en el ámbito educativo, en comparación con los niños sin quejas en la escuela. Sin embargo, los autores destacan que todavía existen muy pocos estudios que tengan en cuenta los métodos cuantitativos y análisis estadísticos, que permitan observar y evidenciar la relación entre la ansiedad elevada y la dificultad de aprendizaje.

Por otro lado, muchos años después, Schmidt y Shoji (2018) se propusieron explorar la relación entre ansiedad estado, ansiedad rango y el desempeño educativo. Durante la investigación hallaron que la ansiedad A/E afecta significativamente el rendimiento académico; sin embargo, la ansiedad como característica de A/R no fue estadísticamente significativa al respecto.

Sin embargo, en un contexto de pandemia, se logra confirmar los resultados de estudios antecedentes. Es así como en China, Cuiyan Wang (2020), en un estudio con población sin distinciones, encontraron que un 53,8% de la población presenta afectaciones psicológicas moderado a severo, en el caso de un 16,5% de la población estudiada, presenta sintomatologías relacionadas con el trastorno de depresivos, con niveles moderados a severos, por otro lado el 28,8% de la población tienen síntomas relacionados con el trastorno de ansiedad con grados moderados a severos, mientras que el 8,1% de la población presentan estrés con niveles moderados a severos. Ahora bien, las personas que fueron estudiadas tienen como características la cantidad de horas de encierro en sus hogares, como es el caso de un 84,7% de sujetos que permanecían en casa entre 20-24 horas. Además, se encuentra que un 75,2% estaban constantemente preocupados porque un familiar contrajera el COVID-19 y un 75,1% estaban satisfechos con toda la información que se le brindaba con respecto a la emergencia sanitaria.

Además, Erades & Morales (2020) desarrollaron un estudio que muestra que el 76,1% de los niños que fueron evaluados, tuvo un aumento considerable en la frecuencia de sintomatologías relacionados con las dificultades en su salud mental, de al menos una de las respuestas evaluadas estando en confinamiento durante la pandemia. Se concluye que se necesitan más estudios que monitoreen las respuestas y hábitos de los niños para lograr determinar los impactos reales que se tiene producto a la pandemia y las medidas que se deben de tomar para la mitigación a corto plazo.

A nivel nacional, según los autores de Vargas & Jairo (2020), en Colombia, las instituciones educativas no se encontraban preparada para utilizar la metodología de educación a distancia que les exigió la pandemia, y mucho menos contaban con los implementos tecnológicos que permite brinda a los alumnos una educación de forma virtual. Pocas escuelas tienen una base

sólida y sus maestros pueden no tener conocimientos de educación a distancia, y las escuelas con esta tecnología y conocimientos de educación virtual pertenecen a la clase socioeconómica más alta.

Pocas escuelas tienen una base sólida tecnológicamente y sus maestros pueden no tener conocimientos que les permite brindar educación a distancia. Lastimosamente las instituciones educativas que cuentan con estas herramientas pertenecen a la clase alta socioeconómica. Todo esto se debe a que las instituciones educativas se encuentran mayormente enfocadas en los procesos de aprendizaje, lo que conlleva a que dejen atrás los cambios que surgen continuamente y el proceso de adaptación del estudiante, por tal razón esta población se ve afectado por altos niveles de depresión, estrés y ansiedad, el cual se agrava debido que estas respuestas emocionales están siendo ignorados y clasificados como mala conducta o conducta negativa.

A partir de los múltiples estudios se puede evidenciar como la emergencia sanitaria producida por la COVID- 19 ha generado grandes afectaciones en la salud mental de la población, sobre todo, la población que se encuentran con edades menores a los 18 años, siendo estas confirmadas por la encuesta que fue realizada en el 2021 por Pulso Social del Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE), con una muestra de 3549 personas con edades superiores a los 15 años, encontraron que un 48% de las personas encuestadas reportó sentirse emocionalmente preocupación o con nervios por la situación presentada por la pandemia.

Consistente con este hallazgo, en el departamento de La Guajira, Durante la pandemia, el número de llamadas a las clínicas psicológicas regionales aumentó en un 30 %, asociado a síntomas de depresión y ansiedad, así como a casos de violencia doméstica. (Secretaria de Salud Departamental de La Guajira, 2020). De igual manera, en cuanto al rendimiento escolar, la

secretaría de Educación municipal de Riohacha reportó que, en el año, que un 30 % de la población de las instituciones educativas desertó, lo que demuestra un aumento significativo teniendo en cuenta que para el año anterior solo se presentó una deserción del 5% (SED Riohacha, 2021).

Durante el proceso de acercamiento a la población de estudio hecho durante la presente investigación, las directivas de la Institución Educativa Ecológica El Carmen han manifestado preocupación, del mismo modo los docentes y padres de familia, dicha preocupación consiste en que los estudiantes del grado 5° de primaria presentan un bajo rendimiento académico, ausencia en las clases virtuales, no cumplimiento de las actividades asignadas y en casa constantemente los estudiantes están mal humorados, algunos con bajo estado de ánimo, frecuentes dolores de cabeza, retraimiento, entre otros comportamientos inusuales. La institución y las familias manifiestan no saber que sucede y aunque reconocen que algo no está bien, han seguido los procesos virtuales sin realizar algún proceso de evaluación a la situación.

Desde la rectoría y coordinación de la institución Educativa Ecológica El Carmen se ha manifestado que la situación de los estudiantes a nivel general se ha visto afectada desde la aparición de la pandemia por el COVID-19, el cambio de las clases presenciales en las aulas, con los docentes y compañeros por las clases virtuales ha generado un sin número de situaciones que en su mayor parte han sido negativas. La coordinadora Castellano (comunicación personal, 27 de abril de 2021) relata que a pesar de que toda la población se ha visto afectada por los cambios, le genera mayor preocupación los estudiantes del grado 5°, porque lastimosamente estos chicos están en el proceso de transición para pasar al nivel de bachillerato, este grado tiene mucha presión y el contenido académico requiere atención del docente para apoyarlos en las temáticas

complejas, sin embargo las clases virtuales y sus múltiples limitaciones y dificultades hace imposible el óptimo desarrollo de los procesos.

Por otro lado, el docente de grupo del grado 5° Mejía. A (comunicación personal, 27 de abril de 2021) manifestó que lastimosamente muchos de sus estudiantes no han podido seguir el proceso académico, algunos por no contar con los recursos tecnológicos, por no contar con el internet para la conexión, en otros casos en los hogares son varios hijos y las horas de las clases virtuales se cruzan y esto impide que todos accedan a ellas; a raíz de todas estas situaciones y sumándose a la dificultad de impartir algunas clases, al cansancio y a la presión de contar con la presencia de los padres en las clases virtuales los estudiantes se están mostrando desanimados, desorientados y con muchas dificultades académicas, además asegura que tiene que reconocer que algunos colegas han generado más cargas académicas de lo habitual, tienen unos niveles de exigencias muy estrictos y esto sin duda les genera mucha más presión a los estudiantes y esto se está viendo reflejado en el estado de ánimo de los estudiantes y la aceptación de los mismos por las clases virtuales .

Del mismo modo la señora Torres. M, madre de familia de estudiante de la institución (comunicación personal, 29 abril de 2021) manifestó que después de un tiempo de estar tomando clases virtuales decidió retirarlo porque era mucho trabajo para ella estar ahí siempre en el proceso del niño y este no mostraba avances a nivel general en la parte académica, sin embargo, junto con su esposo decidieron reintegrarlo pensando que el estado de ánimo del niño mejoraría por estar con sus compañeros, pero, que lo ha notado como estresado, sin deseo de ingresar a ciertas clases y hacer las tareas es cada día más complejo, algunas son realmente difíciles y ellos son padres, no docentes, por ultimo señalo que están pensando nuevamente retirarlo y colocarle

un refuerzo porque cada vez está presentado más cambios de humor, se muestra estresado y muy desanimado.

En este mismo orden, a través de esta investigación se busca como objeto de estudio analizar los niveles de ansiedad que presenta la población a estudiar, como causa del retorno a clases presenciales post – confinamiento, con el fin de describir el nivel de ansiedad estado – rasgo que presentan los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica a causa del retorno a clases presenciales post – confinamiento, del mismo modo, tomar las acciones correctivas para que los estudiantes poseen bienestar social y calidad de vida.

Lo anteriormente descrito permite que surja el siguiente interrogante:

¿Cuál es el nivel de ansiedad que presentan los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha, a causa del retorno a clases post-confinamiento?

Objetivos

Objetivo General

Describir el nivel de ansiedad estado – rasgo que presentan los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha, a causa del retorno a clases presenciales post – confinamiento.

Objetivos Específicos

- Identificar los niveles de Ansiedad - Estado en los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha
- Medir los niveles de Ansiedad-rasgo en los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha.

- Diseñar una infografía para padres y docentes sobre la ansiedad y la manera en la que se puede minorar los niveles de ansiedad de los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha.

Justificación

Se considera la ansiedad como la respuesta anticipada que se tiene ante una posible amenaza que se puede presentar a futuro, mientras que se entiende por miedo aquella respuesta que se obtiene ante una amenaza real, sin embargo, ambas emociones alteran la respuesta conductual, por lo tanto, la persona busca evitar la situación. En cuanto a la ansiedad estado-rango, se conoce como una disposición interna de la persona que reacciona con ansiedad, sin discriminar en la situación en la que se encuentre. Este tipo de ansiedad se basa en características individuales, relativamente estables en la susceptibilidad a la ansiedad. Se puede decir entonces, que la ansiedad es un factor relacionado con la personalidad del sujeto.

A partir de lo antes expuesto, resulta permitente realizar la presente investigación con el objetivo de describir el nivel de ansiedad estado – rasgo que presentan los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha, a causa del retorno a clases presenciales post – confinamiento. En este sentido, la elaboración del presente estudio se justifica desde lo académico porque a través de este se pretende dar cuenta de una problemática que a la fecha ha sido poco estudiada, pues, en la actualidad aún se miden las consecuencias desde el confinamiento, pero, escasos estudios se enfocan en la afectación de los niveles de ansiedad en proceso de retorno a clases presenciales post pandemia, sobre todo, en la población aquí analizada, aportando bases para futuras investigaciones que aborden la misma temática o similar.

Así mismo, desde lo institucional, permite a la institución educativa donde se desarrolla el estudio identificar las afectaciones que presentan los estudiantes y a su vez, recibirán apoyo producto de la aplicación de estrategias psicoeducativas reducir los niveles de ansiedad, generando cambios positivos en la población estudiantil.

Teniendo en cuenta lo expuesto, resulta permitente realizar la presente investigación con el objetivo de describir el nivel de ansiedad estado – rasgo que presentan los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha, a causa del retorno a clases presenciales post – confinamiento y a partir de ello ser una herramienta fundamental que ayudará a los estudiantes en general.

De igual forma, el presente estudio se considera pertinente desde lo psicológico porque, por medio de ella se podría identificar cual es el nivel de afectación emocional de los estudiantes del grado 5° de la institución y además determinar cuáles son los signos y síntomas que se están presentado con mayor relevancia en los niños. Desde el punto de vista institucional, la investigación se justifica porque con el busca que la institución logre identificar si las estrategias de prevención para evitar la afectación emocional de los estudiantes son efectivas o si por el contrario deben mejorarlas y reestructurarlas.

Desde el ámbito profesional, los autores del presente estudio pretenden describir el fenómeno aquí planteado teniendo como criterio el enfoque científico, pero además, los conocimientos adquiridos durante la formación como Psicólogos de la Universidad Antonio Nariño, a la cual, se espera beneficiar con los resultados que aunque se entiende que no puede medir de forma general los niveles de ansiedad de los menores de edad en el proceso de retorno a clases presenciales posterior al Covid-19, intenta proporcionar una orientación para futuras investigaciones.

Así mismo, el presente estudio, se encuentra en la línea de investigación: Investigación intervención y cambios en contextos sistémicos, del grupo de investigación, Escuela: Sistema complejo, la cual busca abarcar o comprender las distintas problemáticas relacionadas con el desarrollo y comportamiento de los individuos en diversos contextos de interacción social.

Marco Teórico

En el siguiente apartado se presentan las principales bases teóricas necesarias para desarrollar la variable objeto de estudio, así como las dimensiones e indicadores del mismo, con el principal fin de lograr dar cumplimiento a los objetivos establecidos por los investigadores. A su vez, se presentan diversas teorías sustentadas por autores a partir de las cuales se establecen las posiciones del equipo investigador. A continuación, se desarrolla la fundamentación teórica.

Ansiedad

La ansiedad es una emoción natural que comprende una reacción que las personas experimentan ante una situación que es considerada como una amenaza o desconocido para ellos. Entre las causas de estas reacciones podemos encontrar la realización de los exámenes o cuando se sienten evaluados, en otros casos puede ser cuando deben hablar en público o en situaciones sociales Spielberger (1972).

Basado en la teoría del autor citado anteriormente, considera que la ansiedad comprende un estado de preocupación e inquietud constante producto a la anticipación de situaciones consideradas peligrosas, además de la predominancia de síntomas psicológicos y la sensación de la pronta presencia de una catástrofe inminente. Todo esto, tienen entonces una combinación de síntomas no solo psicológicos, sino también fisiológicos, en los que la persona anda en búsqueda constante de soluciones al peligro.

Del mismo modo se hará revisión de los diferentes factores de ansiedad según la teoría de Spielberger,

Ansiedad de estado: es un "estado emocional" instantáneo, que cambia con el tiempo, caracterizado por la presencia de sentimientos de ansiedad, estrés y nerviosismo, acompañados por cambios fisiológicos y pensamientos perturbadores y molestos.

Ansiedad rasgo: ese refiere a una variación de la ansiedad relativamente estable, que exhibe una tendencia, predisposición o rasgo (Spielberger, 1972).

De acuerdo con Beck y Clark (2016), ante situaciones consideradas por la persona, como amenazantes, el cuerpo activa dos regiones cerebrales que son la amígdala y el tálamo, esto con el fin de procesar la información. Para ello se debe pasar por tres etapas: Etapa 1: valoración de la amenaza: percepción de la situación, Etapa 2: activación inicial para combatir la amenaza: cuando se detecta una amenaza, los procesos cognitivos se activan (pensamiento automático), al igual que se produce respuestas fisiológicas, emocionales y conductuales, el cual en pueden ser percibidas como una respuesta inconsciente o irracional. Y en la Etapa 3: se da el pensamiento reflexivo: acá la información se procesa de forma consciente y reflexiva.

Este modelo, propuesto por Beck y Clark, está relacionado con la formulación neurobiológica de LeDoux, 1999. Supone que el tálamo procesa inicialmente el estímulo que produce fobia y al mismo tiempo, la corteza cerebral recibe del tálamo la información más completa y precisa, lo que permite al sujeto percibir de manera más consciente el estímulo (etapa 3). En el caso de que la vía entre el tálamo hasta la amígdala más rápida, corta y directa puede desencadenar que las respuestas emocionales sean de evitación o huida, por lo tanto, se genera reacciones consideradas inconscientes (pasos 1 y 2). Asimismo, la información también se transmite desde la corteza cerebral hasta el sistema neuroendocrino, donde la respuesta del cuerpo a la ansiedad y el estrés es generada corto plazo.

Al respecto, Oliver (2015) citó a varios autores que entre sus investigaciones, se han enfocado en hablar sobre la ansiedad. Uno de los autores mencionados se encuentra Sigmund Freud quien consideraba la ansiedad como una emoción desagradable ("algo que sientes") en la que se relacionan 3 elementos, que son: La conducta, la experiencia u lo fisiológico, juntos

conducen a emociones como el miedo y la ansiedad. Según este importante psicólogo, los estímulos considerados potenciales de peligro no solo se pueden encontrar en el exterior, sino también en los impulsos internos de una persona. De igual forma, llama a la ansiedad neurótica como aquello que proviene por impulsos internos y es considerado como amenaza; y por eso se obtiene una reacción típica de ansiedad.

Ansiedad en niños

Con respecto a la ansiedad en la niñez, esta se presenta durante ciertas etapas de forma normal con tiempos cortos, con variaciones relacionada con la edad, sin muchos cambios dependiendo las diferencias culturales. Ahora bien, en el caso de los niños de 0-18 meses, es relativamente común que ante situaciones extrañas y por separación de las figuras de apego, se presente ansiedad. Cuando es en niños con edades escolares, se logra observar temores relacionados con hacerse daño físicamente, enfermarse o que un familiar lo haga. En la adolescencia, se presentan muchas veces temores principalmente a situaciones sociales y ansiedad por comparaciones y competencias en distintas áreas de su vida.

Ahora bien, para que se realice un diagnóstico de trastorno de ansiedad, la persona debe presentar un deterioro significativo en el funcionamiento normal de diferentes ámbitos de su vida; escolar, social, familiar. El comportamiento o conductas de evitación suelen generar consecuencias en el funcionamiento de los niños o niñas, ya que no logran disfrutar momentos que sus pares si hacen. El nivel de angustia que presenta el paciente por un peligro, suele considerarse extremo en relación a lo que sienten y se comportan los otros de su misma edad, la ansiedad es calificada como una emoción anormal.

Una vez que se han identificado los síntomas de ansiedad en un niño o adolescente, se requiere realizar una evaluación completa al paciente, y para ello debe llevarse a cabo entrevistas, tanto con el niño o adolescente, como también con sus padres o cuidadores que hayan vivenciado los síntomas del paciente y los cambios presentados en su comportamiento en relación con su conducta en el pasado. Es necesario también, conocer la historia y antecedentes completa, incluida la historia familiar, también debe evaluarse en busca de influencias genéticas y ambientales en el origen de estas enfermedades, condiciones del neurodesarrollo y uso de drogas y alcohol. Los trastornos de ansiedad en niños se diagnostican en función del cumplimiento de una serie de criterios certificados como es el caso del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5).

La última edición, del 2013, podemos encontrar diferentes cambios concernientes a los trastornos de ansiedad. Podemos observar la clasificación de trastornos de ansiedad; las cuales son: ansiedad generalizada, la agorafobia; que anteriormente estaba ligada con otro trastorno, pero ahora se diagnostica de forma independiente, el trastorno de pánico, trastorno de ansiedad social.

Ansiedad en el contexto escolar

La ansiedad en el contexto escolar, se conoce como un grupo de síntomas, categorizados en respuestas cognitivas, motoras, psicológicas y fisiológicas, los cuales son emitidos por la persona en los momentos en el ámbito escolar y que considera como amenazantes y/o peligrosas (García-Fernández, inglés, Martínez, y Redondo, 2008). Sobre este tema, existen varias investigaciones tanto a nivel internacional como nacional, los cuales mencionaremos en la presente investigación:

En primer lugar, en el ámbito internacional, Mychailyszyn, Mendez y Kendall (2010), llevan a cabo un estudio que busca hacer una comparación del ajustamiento o adaptación escolar de niños que tienen un rango de edad de siete a catorce años y que han sido diagnosticados clínicamente con trastornos de ansiedad, ya sea por separación, generalizada o fobia social, con otro grupo de estudiantes sin diagnóstico de trastornos. Una vez terminada la investigación, se logra obtener como resultado que aquellos niños que presentan niveles altos de ansiedad presentan dificultades para su adaptación en la escuela y en su desempeño académico, a diferencia de aquellos que no presentan un trastorno de ansiedad.

En Brasil, los autores Costa y Boruchovitch (2014), llevaron a cabo una investigación con estudiantes con edades entre 6 y 18 años, con el fin de verificar si existe una relación entre la ansiedad y las estrategias de enseñanza o aprendizaje. Una vez terminada la investigación, se encuentra que los estudiantes pueden presentar altos niveles de ansiedad y bajo desempeño académico cuando no tienen estrategias de aprendizaje.

En este mismo ámbito, González, Timón y Riveros, (2015), desarrollaron un estudio en el que concluyen que existen mayores niveles de ansiedad en niños escolarizados en colegios privados y mayores niveles de preocupación en escolarizados del sexo femenino. Análogamente, Fernández (2015), en su trabajo de tesis doctoral nombrado “Relación entre ansiedad rasgo, sensibilidad a la ansiedad e indicios de ansiedad en chicos y adolescentes” encontró que casi un cuarto de la varianza de estos indicios queda explicado por la sensibilidad a la ansiedad, puede decirse que una cuarta parte de la ansiedad total podría ser atribuible a la sensibilidad a la ansiedad y no a la reacción negativa, o depresión de los sujetos.

De igual manera, Nelson y Hardwood (2015), investigan la relación entre las dificultades escolares y los problemas emocionales, para ello tienen en cuenta el concepto sobre trastornos de

aprendizaje. Durante el estudio logran evidenciar que los niños dificultades educativas presentan más dificultades emocionales que los niños que no tienen problemas académicos. No obstante, se considera que aún falta mucho camino en cuanto a las investigaciones cuantitativas, relacionadas con el tema.

De igual forma, años después Schmidt y Shoji, (2018), se proponen realizar una investigación que les permita conocer sobre la relación entre la ansiedad estado y de rasgo con el rendimiento académico; encontrando que hay relación y consecuencias de la ansiedad estado sobre el rendimiento académico, a diferencia de la ansiedad rasgo que no genera no cuenta con relevancia estadística para el estudio.

Por otra parte, desde el contexto educativo es importante señalar que la vida escolar es un periodo importante para el desarrollo de los niños, niñas y adolescentes. Todo esto porque durante estas etapas de vida se ve marcada por mudanzas biológicas y psicosociales que podrán ser de gran importancia para el fortalecimiento de la personalidad y éxitos futuros. Por esta razón, la vida escolar se convierte en un ámbito habitual para el desarrollo de investigación e intervenciones en diferentes áreas de estudio, principalmente todo lo relacionado con los aspectos psicológicos y educativos, debido a una gran demanda y necesidades de identificar los comportamientos expuestos por los mismos estudiantes y de los profesionales encargados del proceso enseñanza.

En suma, a lo anterior, desde el contexto de la Enseñanza primaria, Fernández y Silveira (2018), a través de una investigación con estudiantes con edades entre siete y once años, verificar las posibles relaciones entre la ansiedad académica y la motivación, además de los niveles de ansiedad. Allí, se encontró que los estudiantes presentan índices por debajo de la media de

ansiedad y rangos moderados de motivación académica. De igual forma, fueron identificados que entre la motivación extrínseca y la ansiedad existe relación significativa y positiva.

Con relación a los estudios a nivel nacional, la cantidad de investigaciones en esta temática son escasos, a pesar que este tipo de análisis so de gran importancia y relevancia para la psicología educativa (Oliveira, 2012; Oliveira & Sisto, 2012; Costa & Boruchovitch, 2014; Bzuneck, 2011). Fueron propuestas varias definiciones del concepto de ansiedad (Barlow, 2012; Castillo, Recondo, Asbahr & Manfro, 2010; Rosen & Schulkin, 2018). Entre las relaciones encontradas en las investigaciones es que se resalta como físicamente hay una excitación produciendo reacciones autónomas y musculares, además la dificultad para establecer relaciones, concentrarse, y comportamiento de evasión y fuga.

Se consideran, además de lo anterior, los relatos que hacen propios pacientes, sobre cómo viven internamente los síntomas y los sentimientos de angustia y miedo, como también las consecuencias físicas que este trastorno conlleva. Es necesario aclarar que la presencia de la ansiedad en niveles adecuados es importante para el ser humano, ya que prepara y permite estar alerta para enfrentar situaciones que nuevas y difíciles pero que trae con ello peligros reales (Craske, 2019). Conforme a la Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y de Problemas Relacionados a la Salud – CID-10 (Organización Mundial de la Salud – OMS, 1993) y el Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales – DSM-IV (Asociación Americana de Psiquiatría - APA, 1995) los síntomas de trastornos de ansiedad son relativamente comunes en niños y estos pueden manifestarse en el contexto escolar.

Con base en lo anterior, se puede concluir que la ansiedad en el contexto escolar puede provenir de muchas situaciones, debido que en este entorno al niño se le hace necesario para su adaptación, la interacción constante con otros niños y adultos. Ciertas situaciones que surgen en

un entorno escolar pueden causar niveles de ansiedad no deseados. Uno de ellos son las situaciones sociales (Ogundokun, 2011). Los niños desarrollan un conjunto de competencias que les permite ser receptivo a las expectativas externas, esto como un deseo de reconocimiento social (Castillo, 2010). El desempeño social de un niño en el ambiente educativo, también puede generar síntomas de ansiedad. En el caso de niños con un alto grado de ansiedad evitan socializar con sus compañeros o personas de su misma edad o similar, por lo tanto, su comportamiento en diversas situaciones de interacción puede ser nulas (Wood, 2016).

Las situaciones de evaluación académica también pueden causar altos grado de ansiedad en los estudiantes. En este sentido, Birenbaum y Pinku (2017) reportan que los síntomas de ansiedad producida por la evaluación del desempeño académico se pueden evidenciar antes y durante esta situación.

Crear ideas falsas sobre tus propios logros en la escuela también aumenta la ansiedad. Así, la ansiedad en el ámbito escolar puede manifestarse a través de diferentes síntomas fisiológicos, lo que a su vez también genera afectaciones en los niños en sus funciones cognitivas, los cuales son esenciales para el aprendizaje y el desempeño escolar (Pereira, Barros & Mendonça, 2012). Por ejemplo, Wood (2016) encontró que la disminución de los síntomas de la ansiedad en 40 niños de seis a trece años que presentaban altos niveles de ansiedad, los cuales estuvieron recibiendo intervención cognitivo-conductual, permitió que no solo se alcanzara una mejora en la presencia de la ansiedad, sino también una mejora en el aprendizaje y las actividades donde tenían que interactuar con otras personas.

Confinamiento por Covid 19 y ansiedad:

Según el Ministerio de Salud de Colombia (2021), el COVID-19 es una enfermedad infecciosa causada por el coronavirus recientemente descubierta. Este virus y sus síntomas eran desconocidos para el mundo hasta que se da el alto contagio en Wuhan, China, en diciembre de 2019, lo que obligó a los países a aislar a sus ciudadanos, a través del confinamiento de las personas en sus hogares, esto como medida de intervenciones a nivel comunitario, ya que otras medidas no habían sido suficiente para evitar la propagación de la enfermedad. Con esto entonces, se buscó la reducir las interacciones sociales y distanciamiento entre las personas, además de uso obligatorio de mascarillas, restringir los horarios de circulación, la prohibición del uso de transporte público, el viajar a otros países, etc. (Rudas, 2020).

Todas estas cosas, ha causado que la salud mental de los ciudadanos se vea afectada, debido a la alta posibilidad de que la persona se vea contagiada con el virus, como también el número de casos confirmados y las muertes registradas día a día. Todo ello conlleva que se produzcan en la persona emociones y pensamientos negativos, como temor a morir y sentimiento tristeza, ansiedad y soledad (Huabrava, 2020).

Un aspecto negativo que ha tenido gran influencia en el deterioro de la salud mental en muchas personas es la información que se encuentran en las redes sociales, la falta o desinformación técnica que tiene sobre el virus y la presencia de las noticias mostradas por algunos medios. Todo esto ha llevado que se dé una comprensión incorrecta de los síntomas y las consecuencias del virus, así como los cuidados que deben tener en cuenta durante la emergencia sanitaria, haciendo que se presente sentimientos de temor y angustia en los humanos (tiempo, 2020)

De la misma manera, el aislamiento social y el confinamiento han causado un aumento en los trastornos psicológicos y mentales, porque las personas creen que han perdido algo básico en sus vidas, por ejemplo, una reunión entre las personas, haciéndolos más sensibles y vulnerables para representar episodios depresivos o ansiosos, y en aquellos que ya han sido diagnosticado con anterioridad con uno de estos trastornos, sus episodios pueden intensificarse (Huabraya, 2020)

Las personas con altos niveles de ansiedad en medio de esta pandemia tienden a asociar cualquier síntoma físico con aquellos que indiquen que se contrajo el virus y caen en situaciones de miedo y desesperación. En cambio, las personas que presentan bajos niveles de ansiedad logran mantener la calma y utilizan mecanismos de defensa, lo que puede ser un poco perjudicial ya que creen que no tienen posibilidad de contagiarse, y no siguen las recomendaciones médicas, las medidas impuestas sobre la interacción con los demás y consideran el virus como algo que no existe (El Tiempo, 2020). Otro determinante de la ansiedad es cuando dentro del círculo familiar se presenta la muerte de personas a causa de la COVID-19, provocando un duelo patológico, comportamientos negativos porque hay prohibiciones para despedirse, provocando síntomas severos como desesperación, pesimismo y culpa, que al estar presente por un tiempo determinado puede generarse episodios depresivos (Huarcaya, 2020).

Los adultos mayores de 65 años es la población que mayormente se han visto afectadas psicológicamente ya que son los más vulnerable a la sintomatología y con mayor riesgo de contagiarse con el virus, al igual que los niños y adolescentes y las personas que tienen antecedentes médicos, como aquellos que tienen enfermedad pulmonares, sistema inmunológico bajo, cardiopatías, diabetes, obesidad severa, enfermedad renal crónica en diálisis, todas estas

personas por decisiones del gobierno deberán permanecer en confinamiento obligatorio por más tiempo, con el fin de prevenir contagios y reducir el número de muertes (CDC, 2020)

La presencia de la pandemia causada por COVID-19, en la población colombiana, ha podido hacer visible la cantidad de alteraciones que pueden presentar las personas en su salud mental, a nivel cognitivo, emocional y conductual, siendo el trastorno de ansiedad el más diagnosticado en la población, como también la depresión; que pueden estar acompañado con la ideación suicida. Otros trastornos comunes como consecuencia de las medidas de prevención, contención, mitigación de la pandemia, se encuentran los trastornos alimenticios (Ramírez et al., 2020). Estas alteraciones en la salud mental también han sido identificadas en otros, evidenciando que existe un alto riesgo que las personas sufran de trastornos ansiosos, depresivos, psicóticos y el consumo de drogas y alcohol.

Debido a la pandemia los problemas en la salud mental se han convertido en una consecuencia preocupante, ya que el impacto que ha tenido la emergencia sanitaria en lo concerniente a las finanzas, el empleo y la interacción social, genera dificultades psicológicamente en las personas (Kluge, 2020).

Un estudio sobre COVID- 19, realizado por la Organización Internacional del Trabajo, donde la población de estudio son jóvenes y adolescentes con un rango de edad de 18 a 29 años, encuentra que por la pandemia 1 de 2 jóvenes presentan depresión y ansiedad. Por ejemplo, en Estados Unidos, el número de personas con trastorno de ansiedad han aumentado, en comparación con el inicio de la pandemia, en este caso se encuentra que en la adultez cuatro de diez presentan síntomas de ansiedad (KFF, 2021). De manera similar, en abril de 2020, una investigación encontró que los síntomas depresivos se triplicaron en las personas, en comparación con el inicio de la emergencia sanitaria (OMS, 2020).

Por otro lado, diversos autores han investigado sobre la variable ansiedad, por ejemplo, en un contexto previo al de la pandemia actual, Martínez, García e Inglés, (2013) en la averiguación ¿Cómo se relaciona la ansiedad estudiantil con el rendimiento académico? encontraron que los alumnos con un índice preeminente en castellano (lengua y literatura), de igual manera denotaron porcentajes altos en ansiedad frente a la derrota y castigo estudiantil, ansiedad frente a la agresión, ansiedad conductual y ansiedad psicofisiológica. De la misma forma esos alumnos que presentaron un grado de rendimiento más grande en matemática, denotaron porcentajes más elevados en ansiedad frente a la derrota, castigo estudiantil, ansiedad frente a la agresión y ansiedad conductual.

Sin embargo, en un contexto de pandemia, los resultados de estudios antecedentes se ratifican. Es así como en China, Cuiyan Wang (2020), en un estudio con población en general, hallaron que presentan síntomas de distintos trastornos en niveles moderados a severos, en donde un 53,8% de ellos presentan un impacto psicológico, el 16,5% de la población manifiestan tener síntomas depresivos, un 28,8% de personas en estudio muestran síntomas de ansiedad y un 8,1% presentan estrés. Además, se menciona que el 75,2% estaban preocupados por la posibilidad de que un miembro de su familia se infecte con el COVID-19 y el 84,7% de la población de esta investigación permanecían en casa entre 20-24 horas.

De manera alterna, Erades & Morales, (2020), desarrollaron una investigación en la que hallaron que de los niños estudiados el 76.1% aumento el nivel de aparición de al menos alguna de los síntomas estudiados durante el aislamiento. Concluyendo que es necesario la realización de nuevos estudios, donde se realice evaluación constante de las conductas y hábitos infantiles, a fin de determinar el impacto real que genera las medidas de confinamiento largo plazo en los niños.

Del mismo modo, los investigadores Xie X, Xue Q, Zhou Y, et al (2020) y Xio Yan (2020) hallaron que 403 y 337 estudiantes representados en el (22,6%) y (18,9%) de la población estudiada respectivamente, informaron síntomas de depresión y ansiedad. Ambos estudios concluyeron que los estudiantes que no presentan preocupación o sus niveles son muy bajos por verse afectados por covid-19 tenían puntuaciones de CDI-S significativamente más bajas que aquellos que si se encontraban con un alto nivel de preocupación

Análogamente, Rodríguez & Díaz, (2020) en su investigación de revisión teórica encontraron que las principales alteraciones en la conducta de los niños son la ansiedad, miedo, rebeldía, enfado, frustración, hiperactividad, cambios de humor. Así mismo, Marón & Sevilla, (2020) encontraron que además del nivel académico, los niños debido a la situación de aislamiento se veían retrasado en su aprendizaje y se redujo su vínculo social.

Sobre lo anterior, es importante mencionar que ambos estudios llegan a conclusiones similares, aunque con metodologías distintas, puesto que consideran que la salud mental de los niños puede verse afectada por esta medida, sin embargo, si los adultos garantizan un clima de paz, armonía, enseñanza y una buena comunicación se podría evitar repercusiones psicológicas y, aunque se presentaran, podrían ser corregidas y minimizadas a través del juego y otras actividades que resulten placenteras para los niños.

Siguiendo el hilo conductor, Ramírez (2021), en su estudio muestra que la pandemia del covid-19 ha tenido un impacto en la salud mental de los niños, niñas y adolescentes trayendo como consecuencia que un 30% de dicha población sufra estrés postraumático, ansiedad, depresión y afectación en los hábitos saludables, además ha alterado de forma drástica los modos de vida de nuestra sociedad. Mientras que, para Sánchez, (2021), los niños y adolescentes

representan un colectivo vulnerable ante la presencia de afectaciones psicosociales debido a que tienen influencia de factores familiares, educacionales y socioeconómicos.

Marco Contextual

Esta investigación se llevará a cabo en la Institución Educativa Ecológica El Carmen, un colegio de carácter oficial, mixto de bachillerato el cual fue creado para aumentar la cobertura educativa del municipio de Riohacha la Guajira, la población estudiantil oscila entre los 3.700 estudiantes, cuenta con una sede principal ubicada en la calle 33A NO. 9-30, en el Distrito Turístico y Cultural de Riohacha, La Guajira.

Según la información publicada por la Institución, uno de los objetivos principales del plantel educativo es educar y proyectar a los adolescentes para su futuro, suministrarle conocimientos y sobre todo excelentes valores para su buen desempeño académico, pero como bien conocemos, se ha venido incrementando la utilización de las redes sociales entre los jóvenes y por supuesto en los mismo estudiantes, los cuales se han visto influenciados por el mal uso que le están dando a las mismas, y esta problemática no solo afecta a los estudiantes a nivel académico, sino también en su entorno y en su desempeño social, afectando así su identidad social y su comportamiento ante su entorno académico, grupos de amigos y familiares.

Una de las tareas principales de esta institución educativa es educar a los niños y jóvenes para su futuro, brindándoles conocimientos y buenos valores para que logren buenos resultados. Sin embargo, el aumento del uso del uso de las redes sociales por parte de los adolescentes entre ellos los estudiantes, se han visto afectados por la mala utilización que le dan, el cual se ve reflejado no solo en el desempeño académico, sino también a su entorno y funcionamiento social, ya que las relaciones interpersonales de manera presencial ha disminuido, afectando así también su identidad social y su comportamiento con familiares, amigos y sociedad

Método

En el presente apartado se define el accionar metodológico implementado por los autores del presente estudio a partir de los procedimientos sugeridos por expertos en metodología de la investigación con el fin de estudiar a profundidad la problemática y dar cumplimiento a los objetivos planteados. Sobre lo anterior, Sabino (2012, p. 165) refiere que esta tarea “consiste en hacer operativos los conceptos y elementos del problema que se está estudiando”. Por lo antes expuesto, a continuación, se establece cual es el enfoque metodológico de la presente investigación; cual es el tipo y diseño en el que se enfoca; las distintas fuentes de búsqueda de la información, las técnicas e instrumentos que se utilizan para la recoger los datos a evaluar; así como el procedimiento que será utilizado durante toda la investigación.

Tipo y Diseño de la investigación

El presente trabajo es una investigación cuantitativa ya que se realiza un tratamiento cuantitativo de los datos, buscando medir los objetivos de manera cuantitativa. Según Arias (2016) el diseño es no experimental ya que no hay manipulación de la variable y no hay experimento. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014) la investigación no experimental, se refiere a aquel estudio que permite conocer sobre un fenómeno después de que ya ha ocurrido, para ellos los investigadores se encuentran en búsqueda de experiencias en el que no tengan el control directo de la variable independiente, las cuales son considerada como intrínsecamente y que por no ser manipulable permite identificar sus efectos o influencia en otras variable.

Teniendo en cuenta la temporalización debido al lapso de tiempo es de diseño transversal puesto que la información es tomada en un solo momento.

Por su alcance, la investigación es descriptiva, ya que lo que se busca es conocer y caracterizar uno o varios eventos o fenómenos. Con relación a lo antes expuesto, Hernández et al, (2014) mencionan que los estudios descriptivos no buscan dar explicación general a través de identificar una relación o hecho causal, este tipo de investigación permite ser flexible, sin la necesidad de hipótesis o a través de los marcos teóricos buscar relación entre un tema con su realidad.

Población

La población del proyecto incluye a todos los estudiantes que pertenecen al grado 5° de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha. Así, se entiende por población como el grupo de personas u objeto de estudio, los cuales deben coincidir o tener una serie de especificaciones (Selltiz et al., 1980 citado por Hernández et al, 2014 pág. 176).

Censo Poblacional

Según Hernández y Col (2006), *“el censo poblacional es el número de elementos sobre el cual se pretenden generalizar los resultados”*.

Por consiguiente, para la presente investigación se considera que el objetivo principal es lograr tener información sobre las características población establecida, que en este caso corresponde a los estudiantes del grado 5-01, los cuales, suman una totalidad de 24 integrantes, cuyas edades oscilan entre 9- 11 años.

Tabla 1 Caracterización de la muestra

No de estudiantes	Genero	Edad	Total, de estudiantes
9	Femenino	9 a 11	24
13	Masculino	9 a 11	

Fuente: Elaboración propia (2021)

Muestra

El tipo de muestreo de esta investigación será no probabilístico por conveniencia debido a que la muestra se conformará de acuerdo a disponibilidad de las personas de participar en el estudio Selltiz et al., 1980 citado por Hernández Sampieri, 2010 pág. 176).

Para este caso en particular se tendrán en cuenta los siguientes criterios de inclusión:

- Que cada uno los estudiantes incluidos en el proyecto investigativo estén matriculados y cursando el grado quinto.
- Que sus acudientes o representantes legales den su consentimiento para la participación de los niños en el proyecto investigativo.

Instrumento

El instrumento a implementar en el presente estudio es una prueba de tipo cuantitativa denominada Inventario de ansiedad estado-rasgo (Staic), en su versión corta adaptada por Castrillón y Borrero (2005), la cual, está constituida por 18 ítems, agrupados en seis factores los cuales son: factor 1 temor (ansiedad- estado), factor 2 tranquilidad (ansiedad- estado), factor 3

preocupación (ansiedad- estado), factor 4 evitación (ansiedad- estado), factor 5 somatización (ansiedad- estado), factor 6 ira y tristeza (ansiedad- estado) (Castrillón y Borrero (2005).

Con relación a la validez y confiabilidad, el instrumento ha sido ampliamente validado por distintos expertos de la psicología, de igual forma, cuenta con una confiabilidad de 82,0 basado en el coeficiente de Alfa de Cronbach. Por otro lado, para la calificación, se debe hacer la sumatoria de los resultados de manera independiente de cada factor y esta puntuación bruta se convierte en centiles en la tabla percentilar. Ahora bien, los factores se reconocen porque sus preguntas están juntas y tienen o no negrilla (Castrillón y Borrero (2005).

Tabla 2 *Puntajes de corte, para calificación de cuestionario*

Percentiles	Clínicamente significativa	Presencia de ansiedad
1-15	SI	Presente
20-80	NO	Ausente
85-100	SI	Presente

Fuente: Castrillón y Borrero (2015)

Fuentes de información

Ahora, teniendo en cuenta lo planteado por Méndez (2011), las fuentes de información, son aquellos documentos en el que el investigador puede acudir para encontrar información sobre el tema de estudio, de igual forma, señala que no basta con la búsqueda de información en fuentes bibliográficas, sino también es necesario acompañarlo con técnicas que permitan recolectar datos sobre lo que se está investigando, además, indica que las fuentes de información se dividen en primarias y secundarias. “Las fuentes de recolección de información son todos los

recursos que contienen datos formales e informales, escritos, orales, multimedia, en los que se apoya el investigador” Hernández et-al (2014.p.178). En este estudio se utilizan ambas, con el objetivo de adquirir datos más exactos, más precisos para el desarrollo de esta investigación.

Fuentes primarias.

Este tipo de fuente es la que proporciona la información a primera mano para la investigación. Bonilla (2005. P.79), citada por Puello y Olaya (2018), manifiesta que “las fuentes primarias son elementos cuyas conclusiones no se basan en estudios, libros y otras fuentes, indican los hechos en base a la experiencia”.

Según, Kinnear y Taylor (2010), se consideran fuentes primarias “aquellas recolectadas específicamente para las necesidades inmediatas de la investigación. Contienen información nueva y original, generada por el propio proceso de la investigación”. En el caso de esta investigación, se utilizarán como fuentes primarias la aplicación del instrumento a los estudiantes que pertenecen al censo poblacional antes relacionado.

Fuentes secundarias.

En estas fuentes se encuentre informaciones ya procesadas y muchas de ellas para sus conclusiones tienen como base las fuentes primarias. Según Hernández (2014.p.179), está basado principalmente en información encontrada en libros, bibliografías, resúmenes, reseñas, entre otras, por lo tanto, no tienen conocimiento a primera mano. Se utiliza aquí como fuente secundaria la consulta de lo que otros autores han investigado sobre la variable, así como artículos sobre el tema en la Web. En el caso del presente estudio, se tiene en cuenta la información relacionada con el tema a tratar encontrada en dichas fuentes.

DEFINICION CONCEPTUAL Y OPERATIVA DE LAS VARIABLES

Objetivo general: Describir el nivel de ansiedad estado – rasgo que presentan los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha, a causa del retorno a clases presenciales post-confinamiento

Objetivos específicos	Variable	Definición conceptual.	Microvariables o factores	Evaluación
Identificar los niveles de Ansiedad - Estado en los niños de 5° grado de la Institución Educativa	Ansiedad	La ansiedad Según Spielberger (1972) es comprendida como una emoción natural que comprende las reacciones que tienen las personas ante lo que consideran como amenaza por ser desconocido para ellos. Una de las situaciones en las que se presenta la ansiedad encontramos: cuando se va a realizar un examen académico, al hablar en público, en actividades sociales u otra situación que le resulte amenazante.	<p>Factor 1: Temor: se refiere al estado emocional que genera de inestabilidad debido que existe confusión y se tienen una percepción exagerada de la amenaza, considerándola inminente, por lo tanto, se produce alto grado de ansiedad del tipo Ansiedad Estado.</p> <p>Factor 2: Tranquilidad: en este caso el estado emocional está relacionado con sensación de tranquilidad, porque sé está en un medio con pocas señales que generen alerta, por lo tanto, se satisface las necesidades de confort. Es del tipo ansiedad-estado.</p>	<p>1,2,3,4</p> <p>5,6,7</p>
Medir los niveles de Ansiedad-rasgo en los niños de 5° grado de la Institución Educativa.			<p>Factor 3: Preocupación; este estado emocional se presenta sin la percepción de una señal de amenaza que se haya identificado, como elemento principal está la anticipación. Es del tipo ansiedad-rasgo.</p> <p>Factor 4: Evitación; se refiere a un mecanismo de afrontamiento, el cual la persona como se percibe a sí mismo en una condición de minusvalía prefiere evitar enfrentar la situación. Es del tipo ansiedad-rasgo.</p> <p>Factor 5: Somatización: se refiere a las reacciones fisiológicas que generan preocupación en la persona. Es del tipo ansiedad-rasgo.</p> <p>Factor 6: Ira y Tristeza: se refiere a los sentimientos encontrados que van desde las ganas de querer un cambio de una situación hasta presentarse estado de ánimo depresivos. Es del tipo ansiedad-rasgo.</p>	<p>8,9,10</p> <p>11,12,13</p> <p>14,15,16</p>
Diseñar una infografía para padres y docentes sobre la ansiedad y la manera en la que se puede minorar los niveles de ansiedad de los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha.			Los resultados se obtendrán al finalizar la investigación.	

Procedimiento

Etapa I. La elaboración de la propuesta de investigación: Se empieza con sugerencias e ideas que se desean trabajar. Acercamiento a la población, diagnóstico preliminar y se determina la problemática a estudiar. Consulta de referentes bibliográficos. Elaboración preliminar de estado del arte, planteamiento del problema, objetivos, justificación, definición de variables a estudiar y aproximación al instrumento, lo cual permite establecer un marco metodológico y ahondar y construcción del marco teórico. Todo lo anterior se planifica con un cronograma de actividades.

Etapa II. Recolección de la información a través de la Aplicación del instrumento Inventario de ansiedad estado-rasgo (Staic).

Etapa III. Procesamiento de la información. Se procesarán los datos recolectados por medio de la aplicación del instrumento, a través del programa estadístico SPSS, a fin de obtener los niveles generales de ansiedad en los niños estudiantes de 5 grado de la IE el Carmen.

Etapa IV. Análisis y discusión de la información obtenida a través del procesamiento estadístico de los datos, en contraste con los antecedentes investigativos plasmados en el estado del arte de la investigación.

Etapa V. Realización del informe final y sustentación de los resultados de la investigación.

Aspectos Éticos.

El presente estudio cumple con lo estipulado en La ley 1090 “por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones” en esta ley podemos encontrar el marco normativo que regula el ejercicio del profesional en psicología. Por otro lado se tiene en cuenta el Código de conducta de la Asociación Psicológica Americana y el reglamento de conducta Ética para el desarrollo y la

práctica responsable de las investigaciones de la Universidad Antonio Nariño, la resolución No. 13 del 2005.

Del mismo modo, debido a que los sujetos del estudio son menores de edad, se establece el diligenciamiento del consentimiento informado del niño por parte de los padres, con el fin de que las acciones que se lleven a cabo sean para promover los intereses legítimos de los demás. Efecto de presión para "eliminar el prejuicio" "basado en el principio de buena fe". El diligenciamiento de este consentimiento es uno de los requisitos más importantes para colocar en práctica la profesión y para la realización de valoración e intervención psicológica.

En la presente investigación los riesgos a los que los participantes están expuestos son mínimos, debido a la clasificación que estipula la resolución 8431 en el artículo 1, por el cual se clasifican los riesgos de las investigaciones y en esta sólo se aplicarán instrumentos psicológicos sin manipular la conducta de los participantes. (Minsalud, 1993).

Análisis y presentación de los resultados.

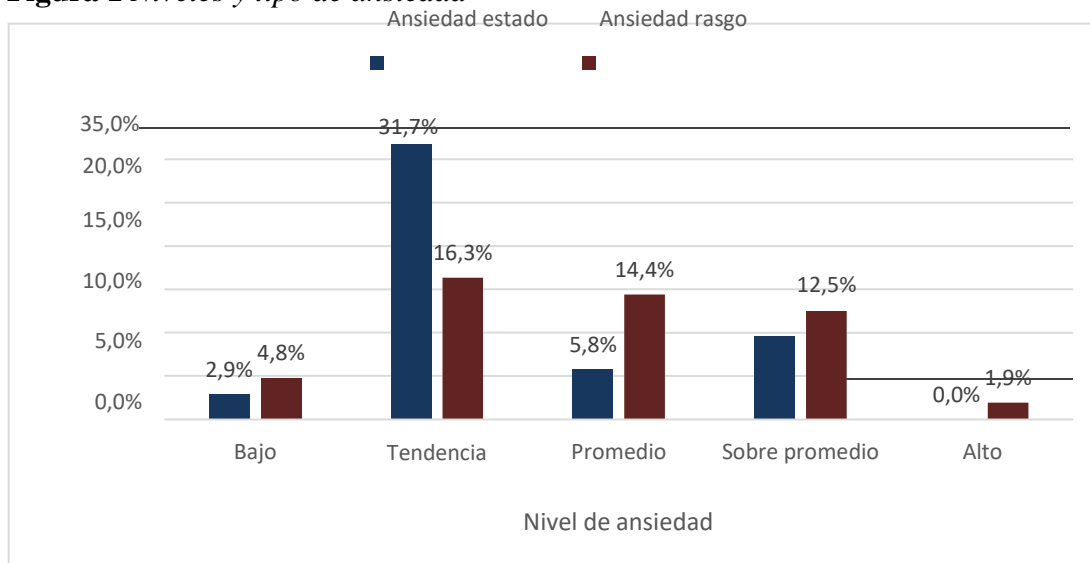
A continuación, se presentan las estadísticas encontradas con la aplicación del instrumento a partir de los cuales se busca describir el nivel de ansiedad estado – rasgo que presentan los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha, a causa del retorno a clases presenciales post-confinamiento.

Tabla 3 Resultados niveles y Tipo de ansiedad

Nivel de ansiedad	Tipos de ansiedad					
	Estado		Rasgo		Total	
	Fi	hi%	Fi	hi%	Fi	hi%
Bajo	2	2.9%	4	4.8%	6	7.7%
Tendencia promedio	15	31.7%	8	16.3%	23	48.1%
Promedio	2	5.8%	5	14.4%	7	20.2%
Sobre promedio	3	9.6%	4	12.5%	7	20.2%
Alto	0	0.0%	1	1.9%	1	1.9%
Total	24	50.0%	24	50.0%	44	100.0%

Fuente: Propia de los autores (2022)

Figura 1 Niveles y tipo de ansiedad



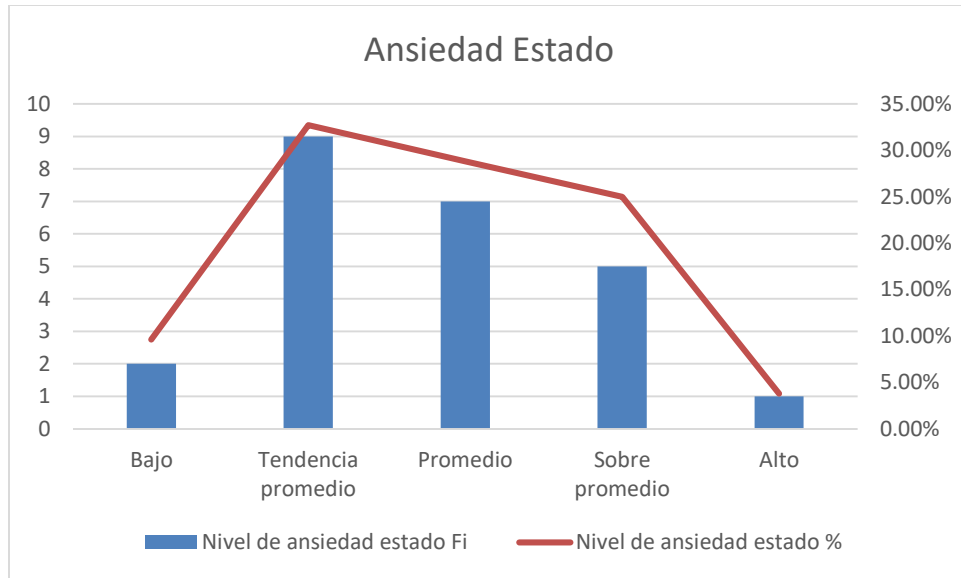
Como se muestra en la Tabla 3 y la Figura 1, de los 24 encuestados que representan el 100% de los estudiantes participantes de este estudio, se encuentra la prevalencia de estados de ansiedad, expresada en los niveles de ansiedad estado: encontrando que el 2.9% de la población tienen nivel bajo, el 31.7% de los sujetos presentan un nivel tendencia promedio, un 5.8% tienen nivel promedio, el 9.6% de la población presentan un nivel sobre promedio, mientras ningún sujeto que participa en el estudio, es decir el 0.0% tienen nivel alto. Ahora bien, con respecto a los porcentajes de población que se encuentra en el tipo de ansiedad rasgo encontramos que: solo un 4.8% tienen nivel bajo, el 16.3% de la población presenta nivel tendencia promedio, el 14.4% de los sujetos tienen nivel promedio, mientras que 12.5% tienen nivel sobre promedio, y el 1.9% tienen nivel alto.

Tabla 4 *Resultados ansiedad estado*

Nivel de ansiedad estado	Fi	%
Bajo	2	5,80%
Tendencia promedio	15	63,50%
Promedio	2	11,50%
Sobre promedio	3	19,20%
Alto	0	0,00%
Total	24	100.0%

Fuente: Propia de los autores (2022)

Figura 2 *Resultados de Ansiedad Estado*



Fuente; Propia de los autores (2022)

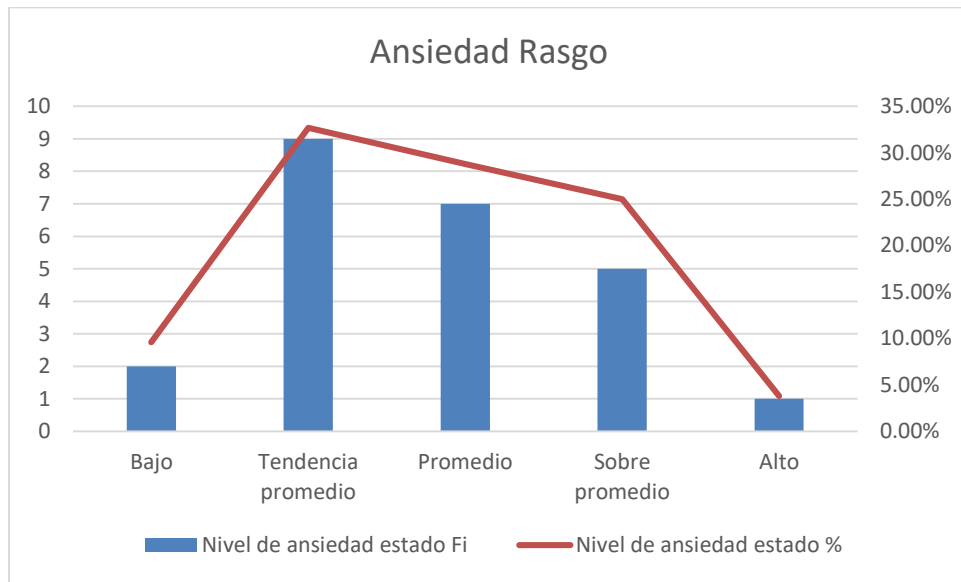
De acuerdo a la Tabla 4 y el Gráfico 2, de 24 encuestados que representan el 100% de estudiantes del grado quinto de la I.E. Ecológica del Carmen, evaluados sobre el nivel de prevalencia de la ansiedad estado-rasgo, se encuentra que en el tipo de ansiedad estado: el 5.8% de la población tienen nivel bajo, el 63.5% de las personas presentan nivel tendencia promedio, el 11.5% tienen nivel promedio, mientras que el 19.2% de la población tienen nivel sobre promedio, y que ninguna persona de las estudiadas; con un 0.0%, tienen nivel alto.

Tabla 5 Resultados de Ansiedad Rasgo

Nivel de ansiedad rasgo	fi	%
Bajo	2	9.6%
Tendencia promedio	9	32.7%
Promedio	7	28.8%
Sobre promedio	5	25.0%
Alto	1	3.8%
Total	24	100.0%

Fuente: Propia de los autores (2022)

Figura 3 Resultados Ansiedad Rasgo



Fuente: Propia de los autores (2022)

De acuerdo a la Tabla 5 y el Figura 3, de 24 encuestados que representan el 100% de estudiantes del grado quinto de la I.E. Ecológica del Carmen, evaluados sobre el nivel de prevalencia de la ansiedad estado-rasgo, donde se demuestra que en el tipo de ansiedad rasgo: el 9.6% tienen nivel bajo, el 32.7% tienen nivel tendencia promedio, el 28.8% tienen nivel promedio, el 25.0% tienen nivel sobre promedio, mientras que el 3.8% tienen nivel alto.

Discusión de los resultados

Con el fin de describir el nivel de ansiedad estado – rasgo que presentan los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha, a causa del retorno a clases presenciales post-confinamiento, los autores del presente estudio se permiten realizar la siguiente discusión de los resultados, teniendo en cuenta los resultados estadísticos anteriormente presentados.

Con relación al primer objetivo *Identificar los niveles de Ansiedad - Estado en los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha se*

encontró que los estudiantes evaluados presentan un nivel de prevalencia de la ansiedad estado-rasgo, donde se demuestra que en el tipo de ansiedad estado: el 5.8% tienen nivel bajo, el 63.5% tienen nivel tendencia promedio, el 11.5% tienen nivel promedio, el 19.2% tienen nivel sobre promedio, mientras que el 0.0% tienen nivel alto.

Por lo tanto, esto se atribuye a la conciencia de las condiciones ambientales, los requisitos del grupo de pares, los exámenes mensuales, las tareas grupales, hablar en público, salir de la zona de confort, incluido el nerviosismo, el estrés, la ansiedad y la preocupación ante lo que se percibe como una amenaza.

Estos resultados son confirmados por la teoría de Spielberg (1966), que enumera la ansiedad como un rasgo históricamente visible a través de eventos tan diversos como las guerras, el progreso científico y la alienación actual de las personas en el entorno humano, la competitividad, el desempleo, las escuelas, exámenes, opciones de carrera, vivir en otra ciudad, préstamos, amenazas, amenazas y pandemias como la recientemente vividas a nivel mundial. Se generan problemas para establecer una identidad psicológica que sea apropiada para un adolescente y su entorno.

La Organización Mundial de la Salud (2020), menciona que el mantenimiento de una salud adecuada implica una de una serie de actividades que están directa o indirectamente relacionadas con el bienestar físico, mental y social. Por tanto, tras obtener los resultados de las Tablas 5 y Figura 2, es concebible que los estudiantes perciban la situación como amenazante y mantengan un nivel moderado de ansiedad.

Con relación al segundo objetivo *Medir los niveles de Ansiedad-rasgo en los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha*, los resultados aplicados a los 24 estudiantes se encontraron que el 28.8% corresponde a los niveles Promedio,

Sobre Promedio y Alto en la variable de ansiedad Rasgo. Lo que permite demostrar que de la totalidad de la población estudiada más de la mitad del total presentan niveles por encima del promedio correspondiente a la ansiedad rasgo, lo que significa que en ellos existe un patrón de sentimientos, pensamientos y conductas que son persistentes en el tiempo, esto se da por la percepciones que se tiene de las situaciones externas, las cuales son consideradas amenazantes o peligrosas.

Sobre lo anterior, el Consejo General de la Psicología de España (2019) realizó un informe donde se encontró que el 80% de los adolescentes experimentan un aumento de la ansiedad en los últimos diez años y el 20% experimentará dificultades funcionales en su adultez, el informe también detalla que un gran porcentaje de los adolescentes de hoy son incorrectamente considerados o etiquetados como "tímidos", por lo que casi el 50% de ellos se consideran tímidos, pero el 12% cumple con la mayoría de los criterios de ansiedad, con la presencia de síntomas tales como; sudoración, temblores, palpitaciones, dificultad para concentrarse, nerviosismo y dificultad para respirar.

La evaluación de los estudiantes encuestados revela así el predominio de la ansiedad individual, precisamente relacionada con la endógena, sobre la base del condicionamiento principalmente desde lo biológico, desarrollando así procesos somáticos relacionados con la genética. Hay estudios que sugieren que la personalidad ansiosa es genética, por lo que Hattema, Neil y Kendler (2011) realizaron investigaciones en familias de gemelos para observar las puntuaciones genéticas.

Esto está respaldado por los hallazgos encontrados en Idrogo (2015) sobre "Niveles de ansiedad estado- rango en estudiantes de primaria y secundaria en Institución Educativa Privada y una Nacional del Distrito de La Victoria "concluyendo que la ansiedad rasgo es un 98% y 97%

por encima de la ansiedad estado en los estudiantes de las instituciones educativas públicas y privadas.

Finalmente, frente al último objetivo *Diseñar una infografía para padres y docentes sobre la ansiedad y la manera en la que se puede minorar los niveles de ansiedad de los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha* los autores diseñaron el material compuesto por información útil para docentes y padres que buscan reducir los niveles de ansiedad rasgo prevalente en los niños de quinto grado de la institución analizada (ver apéndice 3).

Conclusiones

Posterior al proceso investigativo, los autores del presente estudio se permiten establecer las siguientes conclusiones:

Frente al primer objetivo, Identificar *los niveles de Ansiedad - Estado en los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha* se encontró que en el tipo de ansiedad estado: el 5.8% tienen nivel bajo, el 63.5% tienen nivel tendencia promedio, el 11.5% tienen nivel promedio, el 19.2% tienen nivel sobre promedio, mientras que el 0.0% tienen nivel alto. Este tipo de resultados, basados en la literatura, se atribuye a algunas condiciones ambientales o de la vida cotidiana de los participantes como la interacción con los otros, los exámenes académicos, las tareas donde se deben hacer de forma grupal, hablar en público, salir de la zona de confort, incluido el nerviosismo, el estrés, la ansiedad y la preocupación ante lo que se percibe como una amenaza, o vivencias que se producen por dificultades como las que generadas por las pandemias.

Con relación al segundo objetivo *Medir los niveles de Ansiedad-rasgo en los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha*, se concluye que existe evidencia de un porcentaje de los estudiantes presentan nivel alto de ansiedad Rasgo. Esto sugiere que más de la mitad de los evaluados presentaron niveles de ansiedad por encima del promedio, con patrones de pensamientos, sentimientos y comportamientos que se quedan y son persistentes durante el tiempo como resultado de una valoración de la situación externa, el cual es considerada como amenazante.

Finalmente, frente al último objetivo *Diseñar una infografía para padres y docentes sobre la ansiedad y la manera en la que se puede minorar los niveles de ansiedad de los niños de 5° grado de la Institución Educativa Ecológica El Carmen de la ciudad de Riohacha* los

autores diseñaron una infografía compuesta por información para docentes y padres que buscan reducir los niveles de ansiedad rasgo prevalente en los niños de quinto grado de la institución analizada. Del mismo modo, la utilización de las distintas técnicas y estrategias, ofrece la oportunidad para aprender y ayudar, logrando así reducir el nivel de ansiedad o estrés en algunos casos.

Recomendaciones

Con base en los estudios realizados, en los resultados obtenidos y en las observaciones realizadas en el desarrollo de la investigación, se desarrollaron las siguientes recomendaciones:

- Para los directivos de las instituciones educativas, desarrollar un plan de fortalecimiento de competencias incluido en el plan anual de trabajo contra la ansiedad.

- Para el personal docente de las instituciones educativas, el abordaje de temas relacionados con el manejo de la ansiedad se puede realizar en el espacio original de sus actividades de aprendizaje.

- Hacer seguimiento de la mano de la secretaria de salud distrital y departamental sobre los profesionales médicos que visitan cada dos meses para hablar sobre pautas de crianza, la importancia de la salud mental y el manejo emocional.

- Desarrollar un plan de afrontamiento de la ansiedad a través de seminarios, conferencias, cursos, materiales audiovisuales proporcionados por trabajadores de salud o psicólogos a grupos de estudiantes y padres de familia.

REFERENCIAS

- Arias, F. (2016). *El proyecto de investigación* (6ta Edición, Vol. 2). Episteme.
- Álvarez, J., Aguilar, J., Lorenzo, J., (2012) la ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios: Relaciones con variables personales y académicas. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology* [en línea] 2012, 10.
- Bautista, S. (2015). La ansiedad. Sitio web: http://www.cop.es/colegiados/M-13902/Trast_adolescentes.htm#Ansiedad_adol
- Bertoglia L. (2005, junio). La Ansiedad y su relación con el aprendizaje. *PsicoPerspectivas*, IV, pp. 13-18.
- Bonilla Villa, A., Matute Comendador, R. (2016). Síntomas de la ansiedad y rendimiento académico. Universidad San Buenaventura, municipio de Arjona Bolívar.
- Boris, Sánchez, I.M. (2021). Impacto psicológico de la COVID-19 en niños y adolescentes. *MEDISAN*, 25(1). Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192021000100123
- Castro Solano, A. y Casullo, M. (2011). Rasgos de personalidad, bienestar psicológico y rendimiento académico en adolescentes argentinos. *Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal Sistema de Información Científica*, vol. 18, 1, 65-85, De Redalyc.org Base de datos.
- Cano y Arcas (2019). Procesos cognitivos en el trastorno de ansiedad generalizada, según el paradigma del procesamiento de la información. *Revista electrónica de psicología*, vol. 3, n°1.

Cano (2011) ¿Qué es la Ansiedad? Recuperado mayo 18,2015, de Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés -SEAS- Sitio web:

http://www.ansiedadystres.org/content/que_es_la_ansiedad

Cano (2011) Ansiedad, estado rasgo. Junio 5, 2015, de SEAS Sitio web:

<http://www.ansiedadystres.org/>

Casado Morales, I. (1994). Ansiedad, stress y trastornos psicofisiológicos. Universidad Complutense de Madrid.

Castrillón M, & Borrero, P. (2005). Validación Del Inventario De Ansiedad Estado - Rasgo (Staic) En Niños Escolarizados Entre Los 8 Y 15 Años. *Acta Colombiana de Psicología*, 8(1), 79-90. Retrieved October 22, 2021, from http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-91552005000100005&lng=en&tlng=es.

Celis, J., Bustamante, M., Cabrera, D., Cabrera, M., Alarcón, W., Monge, E., (2001). Ansiedad y Estrés Académico en Estudiantes de Medicina Humana del Primer y Sexto Año. *Anales de la Facultad de Medicina*, 62

Clark D. & Beck A. (2016). Manual práctico para la ansiedad y las preocupaciones, la solución cognitivo conductual. New York, USA

Congreso de Colombia (2006). *LEY 1090 DE 2006*.

<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=66205>

Desclée de Brouwer, S.A. Contreras, F; Espinosa, J C; Esguerra, G; Haikal, A; Polanía, A;

Rodríguez, A. (2005). Autoeficacia, ansiedad y rendimiento académico en adolescentes.

Diversitas: Perspectivas en Psicología, vol. 1 n°2, julio-diciembre, 183-194.

Ferragut y Fierro. (2012). Inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en

preadolescentes, de Scielo Sitio web: <http://www.scielo.org.co/>

Ferrando S.; y Prieto C. (2010) “Ansiedad y Rendimiento Académico.” Universidad Católica

Argentina; subsede Paraná.

Fernández-Castillo, A. y Gutiérrez Rojas, M. Atención selectiva, ansiedad, sintomatología

depresiva y rendimiento académico en adolescentes. Electronic Journal of Research in

Educational Psychology.

Fernández J.M.; Martínez-Monteagudo, M., Inglés, Cándido J. (2013). ¿Cómo se relaciona la

ansiedad escolar con el rendimiento académico? Revista Iberoamericana de Psicología y

Salud., vol. 4, núm. 1, pp. 63-76. 2016, marzo 18, 2015 de Redalyc Base de datos.

Hernández, R; Fernández, C & Baptista, M. (2014). *Metodología de Investigacion*. Mexico.

Editorial MC Graw Hill Education, 6ta edición.

LeDoux, J. (1999). El cerebro emocional. Revista *Emoción y prevención*

<http://reme.uji.es/articulos/aortib173231199/texto.html>

Ministerio De Salud (Ed.). (1993). *Resolución n° 8431*. MinSalud.

Montes Gutiérrez y Lerner Matiz. (2011). Rendimiento académico en los estudiantes de pregrado

de la universidad EAFIT de eafit Sitio web: <http://www.eafit.edu.co/>

Narvarte, M. (2017). Neurociencia y educación. En Guía práctica de la psicopedagogía para el aula (11-14). Quilmes- Bs As.-Argentina: LESA Editorial.

Spielberger, C. D. (1972). Review of Profile of Mood States [Review of the book *Profile of mood states*, by D. M. McNair, M. Lorr & L. F. Droppleman]. *Professional Psychology*, 3(4), 387–388. <https://doi.org/10.1037/h0020742>

APÉNDICES

Apéndice 1 *Consentimiento Informado*

CONSENTIMIENTO INFORMADO (APLICACIÓN DE INSTRUMENTO)

Nombre completo del adolescente a Examinar/Evaluar:

Nombre del Representante Legal:

Yo, _____, mayor de edad, identificado(a) con la cedula de ciudadanía número _____ de _____ y en mis facultades mentales, acepto voluntariamente como padre o tutor de _____ identificado con T.I () R.C () _____ de _____ que este participe como sujeto de estudio en el diligenciamiento del Instrumento de evaluación elaborado por los estudiantes

De igual manera se informa que con la participación no se presentaran riesgos de alteración o afectación de ningún tipo a mi integridad o salud mental y física, además de que a partir de la colaboración no se generaran intervenciones ni seguimientos de índole psicológica, ni de otro tipo.

Otorgo libremente mi consentimiento **SI** _____ **NO** _____

FIRMA REPRESENTANTE LEGAL
CC. N°

NOMBRE DEL NIÑO

PSICÓLOGA EN FORMACIÓN
CC N°

PSICÓLOGO EN FORMACIÓN
CC N°

Apéndice 2 Instrumento

**INVENTARIO DE ANSIEDAD ESTADO – RASGO
(STAIC) (ADAPTACIÓN COLOMBIANA)**

NOMBRE Y APELLIDOS _____			
EDAD _____ FECHA _____			

Parte Única			
1. Me siento angustiado	1	2	3
2. Me encuentro confuso	1	2	3
3. Me siento molesto	1	2	3
4. Tengo miedo	1	2	3
5. Me encuentro descansado	1	2	3
6. Estoy relajado	1	2	3
7. Me siento calmado	1	2	3
8. Me preocupan las cosas del colegio	1	2	3
9. Me preocupan cosas que puedan ocurrir	1	2	3
10. Me preocupo demasiado	1	2	3
11. Me cuesta decidirme en lo que tengo que hacer	1	2	3
12. Me cuesta enfrentarme a mis problemas	1	2	3
13. Me cuesta tomar una decisión	1	2	3

- | | | | |
|---|----------|----------|----------|
| 14. Noto que mi corazón late más rápido | 1 | 2 | 3 |
| 15. Tengo sensaciones extrañas en el estomago | 1 | 2 | 3 |
| 16. Me cuesta quedarme dormido por las noches | 1 | 2 | 3 |
| 17. Me encuentro molesto | 1 | 2 | 3 |
| 18. Siento ganas de llorar | 1 | 2 | 3 |

ANSIEDAD EN NIÑOS



¿ Que es la ansiedad?

La ansiedad puede ser definida como una emoción que provoca tanto en niños como adultos, gran inquietud, miedo, ira, nerviosismo. Es normal que en algunos de reto o difíciles de nuestras vidas se pueda experimentar.

¿ Cuándo la ansiedad se convierte en problema?

- Se intensifica
- Aparece sin razón aparente
- Dura más tiempo



¿ Que desencadena la ansiedad?

- **Genética:** Si alguien de su familia padece trastornos de ansiedad
- **Situaciones familiares de estrés:** Un cambio de casa, problemas de salud de algún integrante, Violencia, abuso, etc.
- **Conductas aprendidas:** Algunos niños pueden replicar las conductas ansiosas de los adultos.
- **Conductas externas:** eventos naturales, robo, secuestro, estímulos inadecuados.

¿ QUE HACER CUANDO LOS NIÑOS TIENEN ANSIEDAD?



Mantente tranquilo (a)

Es importante que te mantengas paciente y sereno, de lo contrario la situación puede empeorar.



Habla con él

Ayúdalo a hablar todo lo posible sobre el tema, sobre cómo se siente y las ideas que pasan por su mente; hazle saber que lo que le sucede, será pasajero



Descubre que le ocasiona la ansiedad

En los casos en que es posible determinar cuál fue el disparador, es más fácil poder platicar sobre eso y poco a poco irle quitando poder.



Distráelo

Es necesario ayudarlo a pasar de eso y a distraerse con otras cosas, de modo que cuando creas que es momento, cambia suavemente el tema. y distráelo

ESTRATEGIAS PARA QUE LOS NIÑOS MANEJEN LA ANSIEDAD

Respirar

Enseña al niño a respirar y en momentos de ansiedad pídele que lo haga como practicarón.



Establece rutinas

Establece un horario para todo: estudio, sueño, diversión



Dibujando lo que le incomoda

Pídele que dibuje aquello que le genera ansiedad o miedos y que le dé forma de animal o de monstruo chistoso.. así que ponerles forma y nombre a sus miedos hará que sea más fácil lidiar con ellos como algo externo y nada aterrador.



Actividad física

El ejercicio mejora el estado de animo y ayuda a manejar las emociones



Y RECUERDA....

Es importante visitar al especialista.

En terapia, los niños hablan y aprenden cómo afrontar y solucionar sus problemas. Ir a terapia les ayuda a afrontar mejor las cosas, a encontrarse mejor y a comportarse mejor.

