



**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**UNIDAD DE SEGUNDA ESPECIALIDAD**



**ANSIEDAD Y CALIDAD DE VIDA DURANTE EL  
APRENDIZAJE REMOTO EN LOS ESTUDIANTES DE LA  
INSTITUCIÓN MIRASOL DEL MEDIO RURAL DEL  
DISTRITO – MUÑANI EN EL 2021**

**TESIS**

**PRESENTADA POR:**

**RODOLFO DOZA ÑAUPA**

**PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN:**

**PSICOLOGIA EDUCATIVA**

**PUNO – PERÚ**

**2023**



## DEDICATORIA

*A mi amada madre que es mi soporte y compañía durante la etapa de mi formación académica, quien me brindo su amor, comprensión y aliento para seguir hasta el final y lograr cumplir mis metas.*

*A mis hermanos, porque pensar en ustedes me dio fuerza para no rendirme.*

***Rodolfo Doza***



## AGRADECIMIENTOS

*Ante todo, agradecer a Dios por su grandeza, y por haberme guiado en este proceso de suma importancia.*

*A la Universidad Nacional de Altiplano Puno, por brindarnos la oportunidad de continuar y desarrollar nuestro espíritu investigador.*

*A nuestro asesor por su constante apoyo y guía para poder culminar nuestro trabajo de investigación.*

*A la directora de la I.E.P MIRASOL, quien nos autorizó y facilitó el acceso para realizar la investigación.*

*A los estudiantes de la I.E.P MIRASOL, que nos permitieron disponer de su tiempo para llenar las encuestas.*

***Rodolfo Doza***



# ÍNDICE GENERAL

**DEDICATORIA**

**AGRADECIMIENTOS**

**ÍNDICE GENERAL**

**ÍNDICE DE FIGURAS**

**ÍNDICE DE TABLAS**

**RESUMEN ..... 9**

**ABSTRACT..... 10**

## **CAPITULO I**

### **INTRODUCCION**

**1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA..... 12**

**1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA ..... 13**

**1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN ..... 13**

1.3.1.Hipótesis general..... 13

1.3.2.Hipótesis específicas ..... 14

**1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO ..... 14**

**1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN..... 15**

1.5.1. Objetivo general..... 15

1.5.2. Objetivos específicos ..... 15

## **CAPÍTULO II**

### **REVISIÓN DE LITERATURA**

**2.1. ANTECEDENTES ..... 16**

**2.2. MARCO TEÓRICO ..... 18**

2.2.1. Definición de la ansiedad..... 18

2.2.1.1. Ansiedad y adaptación ..... 19



2.2.1.2. Ansiedad como emoción .....	19
2.2.1.3. Consecuencias positivas.....	19
2.2.1.4. Consecuencias negativas.....	20
2.2.1.5. Cuando la ansiedad es un problema .....	20
2.2.1.6. Ansiedad por la evaluación .....	21
2.2.1.7. Respuestas y síntomas de ansiedad elevada.....	22
2.2.1.8. Tipos de Trastornos de Ansiedad y sus características .....	22
2.2.1.9. Características de la ansiedad .....	23
2.2.1.10. Tipología de ansiedad y características.....	23
2.2.2. Calidad de vida.....	25
2.2.2.1. Factores de la calidad de vida .....	25
2.2.2.2. Indicadores de la Calidad de Vida .....	26
2.2.2.3. Factores que Inciden en la Calidad de Vida.....	27
2.2.2.4. Calidad de Vida Individual .....	27
2.2.2.5. Mejorar o Mantener la Calidad de Vida.....	28
<b>2.3. MARCO CONCEPTUAL .....</b>	<b>29</b>

### **CAPÍTULO III**

#### **MATERIALES Y MÉTODOS**

<b>3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO.....</b>	<b>31</b>
<b>3.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO .....</b>	<b>31</b>
<b>3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO .....</b>	<b>31</b>
<b>3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DEL ESTUDIO .....</b>	<b>31</b>
<b>3.5. DISEÑO ESTADÍSTICO .....</b>	<b>32</b>
<b>3.6. PROCEDIMIENTO.....</b>	<b>33</b>
<b>3.7. VARIABLES .....</b>	<b>33</b>



**3.8. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS ..... 33**

**CAPÍTULO IV**

**RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

**4.1. RESULTADOS..... 34**

**4.2. DISCUSIÓN ..... 44**

**V. CONCLUSIONES..... 46**

**VI. RECOMENDACIONES ..... 47**

**VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... 48**

**ANEXOS..... 51**

**ÁREA:** Educación – Psicología Educativa

**TEMA:** Ansiedad y calidad de vida

**FECHA DE SUSTENTACIÓN:** 13 de enero del 2023



## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	Porcentaje del Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Ansiedad de Separación, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.....	35
Figura 2	Porcentaje del Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Fobia, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021. ....	36
Figura 3	Porcentaje del Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Obsesivo-Compulsivo, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.....	36
Figura 4	Porcentaje del Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Panico-Aragofobia, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.....	37
Figura 5	Porcentaje del Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Temores de lesiones físicas, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021. ....	38
Figura 6	Porcentaje del Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Ansiedad generalizada, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.....	39
Figura 7	Porcentaje del Nivel de Ansiedad Infantil, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.....	41
Figura 8	Porcentaje de la Calidad de vida durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021. ....	41



## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Número de estudiantes matriculados en la I.E.P MIRASOL 2021 .....	32
Tabla 2.	Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Ansiedad de Separación, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021 .....	34
Tabla 3.	Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Fobia, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.....	35
Tabla 4.	Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Obsesivo-Compulsivo, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021. ....	36
Tabla 5.	Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Panico-Aragofobia, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021. ....	37
Tabla 6.	Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Temores de lesiones físicas, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.....	38
Tabla 7.	Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Ansiedad generalizada, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021. ....	39
Tabla 8.	Nivel de Ansiedad Infantil, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021. ....	40
Tabla 9.	Calidad de vida durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021. ....	41
Tabla 10.	Correlación de Nivel de ansiedad y Calidad de vida durante el aprendizaje	



remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año  
2021..... 44



## RESUMEN

El objetivo general fue determinar la relación entre la ansiedad y calidad de vida durante el aprendizaje remoto de los estudiantes en la I.E.P.MIRASOL del medio rural del distrito de Muñani en el periodo 2021, los objetivos específicos fueron identificar los niveles de ansiedad durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021 e identificar la percepción de calidad de vida de los estudiantes durante el aprendizaje remoto en la I.E.P.MIRASOL del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021, el diseño de investigación fue descriptiva correlacional, el lugar geográfico donde se realizó la investigación fue el distrito de Muñani en el año 2021, haciendo el estudio con una muestra de 56 estudiantes, a los cuales se aplicó dos instrumentos para recolectar la información, teniéndose como principal conclusión que existe una correlación positiva media significativa, significando que existe directa relación entre ansiedad y calidad de vida durante el aprendizaje remoto de los estudiantes en la I.E.P. MIRASOL del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.

**PALABRAS CLAVE:** Ansiedad, aprendizaje remoto, calidad de vida, estudiantes, instituciones primarias.



## ABSTRACT

The general objective was to determine the relationship between anxiety and quality of life during remote learning of students in the I.E.P.MIRASOL in the rural environment of the Muñani district in the period 2021, the specific objectives were to identify anxiety levels during remote learning of the students of the rural environment of the Muñani district in the year 2021 and to identify the perception of quality of life of the students during remote learning in the I.E.P.MIRASOL of the rural environment of the Muñani district in the year 2021, the research design was correlational descriptive, the geographical place where the research was carried out was the district of Muñani in the year 2021, carrying out the study with a sample of 56 students, to whom two instruments were applied to collect the information, having as main conclusion that there is a significant mean positive correlation, meaning that there is a direct relationship between anxiety and quality of life given during student remote learning at the I.E.P. MIRASOL from the rural environment of the Muñani district in the year 2021.

**KEY WORDS:** Anxiety, remote learning, quality of life, students, primary institutions.



## CAPITULO I

### INTRODUCCIÓN

El problema investigado se dio a causa de que la mayor parte de los alumnos perciben erradamente sobre lo que es calidad de vida lo que conlleva a generarles ansiedad, los niños de primario y en tiempos de pandemia requieren orientación sobre esta temática, por ello hemos creído que era necesario conocer la relación que existen entre estas dos variables para poder orientarlos.

El trabajo está organizado para su mejor comprensión en cuatro capítulos: El capítulo primero tiene en su contenido el problema de investigación descrito y formulado con precisión; asimismo aquí también está planteado aquí la hipótesis de investigación general y las hipótesis específicas, del mismo modo en este capítulo se encuentra la justificación del estudio realizado, el objetivo general y los objetivos específicos.

En el capítulo segundo se considera la revisión teórica para la investigación, del mismo modo aquí se encuentra los antecedentes de estudio relacionados con la presente investigación en cuestión, plasmado en trabajos que se han realizado con anterioridad y un marco de conceptos relacionados a conceptos básicos utilizados y asumidos por el investigador.

En el capítulo tercero se da a conocer lo relacionado al diseño en cuestión metodológica de la investigación misma, donde se indican métodos y sus técnicas usadas en el proceso sistémico de la investigación. También se precisa el tipo de investigación que se realizó, cuanta población abarcó el estudio, las técnicas e instrumentos usados en



la recolección de datos, especificándose procesos metódicos de recolección, procesamiento de datos y análisis con interpretación de resultados.

Finalmente, el capítulo cuarto, capítulo final, se aborda todos los resultados que se obtuvieron como producto investigativo, que fueron analizados y a la vez interpretados en forma estadísticamente para comprobar el objetivo general planteado primigeniamente. Así también presentamos de forma adecuada las conclusiones investigativas y la formulación de las sugerencias, como también las referencias de bibliografía y los anexos que corresponden.

### **1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

La ansiedad y calidad de vida son los aspectos poco estudiados en el campo educativo, y más si lo enfocamos dentro de esta emergencia sanitaria que está viviendo la humanidad; sabemos que como medida sanitaria el gobierno ha declarado medidas de confinamiento de la población, por lo que los diversos servicios se han tenido que atender en forma remota o a distancia, incluidos el servicio educativo, las escuela del país han tenido que ofrecer sus servicios a través de la educación a distancia utilizando diversos medios como la televisión, la radio, el internet por citar algunos, ello ha llevado a que los estudiantes tenga que recibir sus clases desde sus hogares, cambiando enormemente la forma en que estaban acostumbrados a estudiar.

Pero al mismo tiempo ha traído otros problemas, por citar algunos, problemas de conectividad, no contar o no tener los medios tecnológicos necesarios para recibir este tipo de educación, y ello ha traído consecuencias como la ansiedad que ha afectado de sobremanera su calidad de vida y por ende su aprendizaje, por lo que es necesario conocer



objetivamente los grados de ansiedad que tiene y su calidad de vida, ya que a partir de ello podremos dar algunas alternativas de solución y mejorar las condiciones mínimas aceptables que deben tener.

## **1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

Se ha planteado el siguiente problema general investigación:

- ¿Qué relación existe entre la ansiedad y calidad de vida durante el aprendizaje remoto de los estudiantes en las I.E.P. MIRASOL del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021?

Del mismo modo se tiene como problemas específicos:

- ¿Cuál es el nivel de ansiedad durante el aprendizaje remoto en las instituciones del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021?
- ¿Cuál es la percepción de calidad de vida de parte de los estudiantes durante el aprendizaje remoto en las instituciones del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021?

## **1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.3.1. Hipótesis general**

- Existe una relación directa y significativa entre la ansiedad y calidad de vida durante el aprendizaje remoto de los estudiantes en la I.E.P. MIRASOL del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021



### 1.3.2. Hipótesis específicas

- El nivel de ansiedad durante el aprendizaje remoto en las instituciones del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021 es alta en todas sus dimensiones
- La percepción de calidad de vida de parte de los estudiantes durante el aprendizaje remoto en las instituciones del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021 es regular

### 1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

Se justifica el trabajo presentado porque permite medir adecuadamente los niveles de ansiedad que presentan los estudiantes frente a su aprendizaje remoto, así mismo conocer su percepción sobre la calidad de vida que tienen, dado que es muy poca la información sobre estos datos que se tiene en el país, y esta información podrá ser generalizada por otros investigadores sobre esta materia y de esta manera contribuir con la teoría en esta temática, sumándole valor teórico.

Así mismo aparte de conocer estos niveles que se midieron a través de la presente investigación, esto datos nos posibilitara buscar alternativas de solución para esta problemática, dándose un valor practico, dado que conociendo ello, permitirán disminuir los niveles negativos que presentan estas dos variables e indirectamente mejorar su aprendizaje mientras dure esta pandemia producto de la emergencia de salud indicada en todo el país por el gobierno central.

Por otro lado, la presente investigación permite dar a conocer a la comunidad educativa y gobiernos locales y nacionales un aspecto poco conocido por la población,



dado que muchas veces se desconoce que los estudiantes son seres que aparte de estudiar, tienen sentimiento, miedos, aspiraciones, anhelos, problemas emocionales y entre otros que afectan su desarrollo académico, por lo que al momento de estar en los procesos de enseñanza aprendizaje tendremos que tomar en cuenta estas características.

Así mismo servirá para sensibilizar y dar a conocer, a todos los docentes, sobre las condiciones que viven los estudiantes en la educación a distancia y buscar alternativas para mejorar o disminuir los niveles de ansiedad y que mejoren sus percepciones sobre su calidad de vida, que como sabemos se genera en estos contextos actuales de emergencia sanitaria y de esta manera mejorar los aprendizajes en cada uno de nuestros estudiantes, considerándose este último un aspecto fundamental como contribución

## **1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.5.1. Objetivo general**

- Determinar la relación entre la ansiedad y calidad de vida durante el aprendizaje remoto de los estudiantes en la I.E.P. MIRASOL del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021

### **1.5.2. Objetivos específicos**

- Identificar los niveles de ansiedad durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021
- Identificar la percepción de calidad de vida de los estudiantes durante el aprendizaje remoto en la I.E.P. MIRASOL del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021



## CAPÍTULO II

### REVISIÓN DE LITERATURA

#### 2.1. ANTECEDENTES

##### 2.1.1. A nivel internacional

Vázquez-Ramírez & González-Pedraza Avilés (2014) en su investigación relacionado a la Ansiedad, donde incluye depresión además de calidad de vida estudiado en médicos en la ciudad de México, de un total de 12 estudiantes el 15.5% tenía algún grado de ansiedad y a su vez depresión que estaba relacionado con la calidad de vida, otro aspecto sobresaliente se relaciona con la dimensión al relacionado al dolor con un promedio de 1.94%, por otro lado, se tuvo un alto resultado concerniente a sentimientos con un 2.51%. Y en la relación ansiedad - depresión y la calidad de vida se tuvo un estadísticamente una significancia en casi todas las dimensiones.

Bertoglia (2005) en su investigación titulada La ansiedad y su relación con el aprendizaje, indica que el efecto que tiene la ansiedad sobre el aprendizaje depende en gran medida del tipo de tarea a aprender, puesto que, si la tarea exige una elaboración intelectual, es decir, su aprendizaje requiere comprensión y creatividad, la ansiedad juega un papel interferido de dicho aprendizaje.

Furlan et al. (2010) en el artículo de investigación titulado Estrategias de aprendizaje y ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios, indica que la falta de confianza correlacionó negativamente con estrategias de estudio reflexivo, repetición,



búsqueda de ayuda académica y regulación del tiempo y esfuerzo. En sentido opuesto, la preocupación de las personas se asoció positivamente con tres de las estrategias.

Lepadatu (2014) indica en su artículo de investigación *How Children See their Parents – A Short Intergeneration Comparative Analysis* el estilo de crianza predominante, tanto en padres como en hijos, es el estilo de crianza con autoridad; además, se encontraron correlaciones significativas entre las variables estilo de crianza con autoridad y calidad de vida familiar.

Castillo Pimienta et al. (2016) en *Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud* indica que Las tres principales fuentes de estrés resultaron ser: sobrecarga académica, falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas y realización de un examen.

Gaeta & Martínez-Otero (2014) en *ansiedad en alumnos mexicanos de primaria* variables personales, escolares y familiares, sus resultados muestran significativos niveles de ansiedad en los alumnos, principalmente en las niñas. Las variables estudiadas fueron: grado académico, tipo de institución, estado civil de los padres y la escolaridad afectan los niveles en cuanto a la de ansiedad. A partir de este trabajo realizado se revisaron cuestiones de carácter teórico relevantes en relación a las causas y consecuencias del flagelo de la ansiedad en niños, indicándose pautas de prevención en los centros educativos.

Gonzales-Celis & Martínez (2009) manifiesta que la calidad vida es afectada por la ansiedad en estudiantes en una universidad de Mexico.



### **2.1.2. A nivel nacional**

Armas et al. (2021) en la investigación relacionado a trastorno del sueño y ansiedad aplicado en estudiantes de Medicina del primer y último año en Lima, Perú, dentro de su principal conclusión indica que encontró que ansiedad y trastornos de los sueños están relacionado en ambas direcciones.

Ñaupari (2019) indica en su tesis titulada Ansiedad ante los exámenes y estilos de aprendizaje en estudiantes de la academia preuniversitaria Pitágoras, de la ciudad de Lima, 2019, dentro de una sus conclusiones indica que respecto a la ansiedad antes los exámenes, se encontró predominancia de nivel alto tanto para los puntajes generales, como en sus dimensiones emocional y preocupación, ya que refiere que la ansiedad durante el desarrollo y ejercicio de un examen, está presente.

Villanueva & Ugarte (2017) manifiesta que no existe una relación significativa entre niveles de ansiedad y la calidad de vida en estudiantes de una universidad nacional.

## **2.2. MARCO TEÓRICO**

### **2.2.1. Definición de la ansiedad**

La ansiedad viene a constituir una emoción, que es muy parecida al miedo, y que tiene una serie de características con otra emisión el enfado. Cuando se dice por ejemplo me siento nervioso, se está manifestando un estado emocional de ansiedad, mientras que cuando se dice estoy enfadado el estado emocional al que se está refiriendo es el de ira o enojo (Ministerio de Sanidad, n.d.).



### **2.2.1.1. Ansiedad y adaptación**

Se dice que ansiedad viene a constituir una emoción que se presenta naturalmente y que pone en alerta al individuo ante una posibilidad de tener un resultado adverso, por lo tanto, se va tener un valor adaptativo: así mismo la ansiedad nos prepara para poder actuar ante un posible resultado adverso. La reacción ante la ansiedad en principio se puede considerar buena, dado que nos va a ayudar a preparar para movilizar nuestros recursos, la energía necesaria para actuar y poder obtener resultados positivos, podemos decir por ejemplo al dar una buena imagen o aprobar una evaluación. Sin embargo, esta ansiedad puede ser no tan agradable e incluso a constituir un serio problema.

### **2.2.1.2. Ansiedad como emoción**

- Situación: se presenta valoración de amenazas
- Activación de los procesos relacionados a la cognición: estamos en alerta
- Activación de tipo fisiológico: nos va preparar para actuar
- Experiencia no agradable: existirá temor, una especie de anticipación ante resultados desfavorables
- Aceleración de conductas de tipo motora.
- Adaptación: nivel adecuado de una ansiedad (ni alto ni bajo) ayudara a la mejora de rendimientos

### **2.2.1.3. Consecuencias positivas**

Se debe tener en cuenta que la ansiedad presenta aspectos positivos que son:

- La ansiedad actuara en forma directa en procesos de carácter cognitivo
- El efecto se dará en forma positiva o negativa, esto dependiendo de la cantidad del estrés que se sienta. En primeras etapas (en niveles no muy altos) producirá mejoras en el rendimiento



- La preocupación primigenia va poner en acción todo
- La ansiedad está vinculada con el nivel de atención, que en inicio nos pondrá prestos
- Con ansiedad tenemos mayor capacidad para relacionar conceptos
- La ansiedad aumenta el ritmo de procesar, pensamos más deprisa, nos anticipamos, etc.
- La activación fisiológica que produce la ansiedad dota de más recursos al individuo
- La conducta se muestra más ligera, más rápida.

#### **2.2.1.4. Consecuencias negativas**

Es necesario saber que la ansiedad tiene consecuencias negativas que debemos tener en cuenta:

- La ansiedad es un problema no sólo por el alto porcentaje de individuos afectados que presentan altas sintomatologías de la ansiedad, que puede también ser un aspecto riesgoso que puede desarrollar de trastornos, además que puede propiciar efectos negativos sobre el propio rendimiento.
- Un numeroso grupo de alumnos con fracasan en la escuela, no presentan necesariamente problemas en su aprendizaje o capacidades de aprendizaje, pudiendo decir que está relacionado con niveles elevados de ansiedad en el proceso evaluativo.

#### **2.2.1.5. Cuando la ansiedad es un problema**

El tener miedo ante una reacción producida por la ansiedad (síntomas que producen malestar psicológico) conlleva a que una minoría de individuos evite estas



situaciones.

Por ejemplo, algunos individuos evitan realizar evaluaciones, o por decirlo de otra manera, presentan fobia al presentarse a los exámenes y simplemente no lo hacen, llegando a desarrollar diversas reacciones fisiológicas como náuseas, vómitos, diarreas, etc., incluso tan solo si intentan entrar al salón de clases.

Evitando las anteriores situaciones, conseguirán evitar tener ansiedad; pero el evitar esta situación hará aumentar el temor y la inseguridad ante las mismas, de manera que cuando no se pueda evitar y cuando se tenga que volver a enfrentarnos a una estas situaciones, volverán a surgir reacciones de ansiedad mucho más fuertes. Esto se dirá que se ha desarrollado la fobia a esa situación.

#### **2.2.1.6. Ansiedad por la evaluación**

- En la actualidad el aspecto que ocasionan ansiedad con mayor frecuencia son las evaluaciones.
- Para poder acceder a las instituciones educativas es necesario rendir pruebas de ingreso.
- El rendimiento escolar se evalúa con frecuencia a través de evaluaciones
- Para poder acceder a un puesto de trabajo casi siempre es necesario rendir y aprobar evaluaciones de distinto índole
- En el trabajo se hace necesario tener buenas técnicas de oratoria

En España, estimaron que, en educación primaria y secundaria, un aproximado de 15 a 25% de alumnos tenía altos niveles relacionados con la ansiedad, gracias a las evaluaciones.

En cuanto a expresarse en público se podía ver que alrededor del 20% de personas no la pasan nada bien y un 2% presentaban en su diagnóstico el temor social.



### **2.2.1.7. Respuestas y síntomas de ansiedad elevada**

- Palpitaciones, pulso rápido, la tensión arterial alta.
- Respiración rápida y superficial, sensación de ahogo
- Molestias intestinales, náuseas, diarrea, vómitos, aerofagia
- Hay tensión muscular, temblores, sensación de hormigueo, dolor de cabeza ocasionada por la tensión
- Resequedad de boca, dificultad para comer, sudoración en exceso, lipotimia
- Preocupación, temor
- Ideas de inferioridad o no ser capaz
- Dificultad de concentración, sensación de estar desorganizado y una pérdida del control y presenta inseguridad
- Ideas anticipatorias de sensación de peligro y amenaza
- Dificultad al momento de tomar decisiones
- Movimientos repetitivos, e inquietud motora
- Hiperactividad
- Paralización motora
- Evitaciones
- Tartamudeo
- Movimientos torpes
- Consumo de comida, alcohol o tabaco sin necesidad de desearlo

### **2.2.1.8. Tipos de Trastornos de Ansiedad y sus características**

La ansiedad es una respuesta normal; que se da antes de dar una evaluación, frente a la existencia de un problema en el centro de trabajo o en el momento anterior de tomar una decisión. Ante situaciones inciertas o estresantes es normal experimentar ansiedad.



Cuando afecta a los individuos provocando un mal funcionamiento en alguna de las áreas de su vida, se habla de un trastorno provocado por la ansiedad. (Psicología y mente, n.d.)

#### **2.2.1.9. Características de la ansiedad**

Los individuos presentan ansiedad de diferente manera, algunos tienen ataques agudos de pánico ocasionados por pensamientos negativos, en cambio otros experimentan estos en entornos sociales.

Existen individuos que presentan preocupaciones y ansiedad en exceso, dándose de manera irracional y en forma seguida. Los trastornos de ansiedad causan un sufrir en exceso en los individuos, además es motivo en muchas ocasiones de terapia.

Por otro lado, la ansiedad viene a constituir una condición que provoca síntomas de carácter físico y psicológico, que afecta a una infinidad de individuos en todo lado. (Psicología y mente, n.d.).

Así mismo, los síntomas de la ansiedad se pueden clasificar en tres grupos:

- De carácter conductual: produciendo cambios en la forma de actuar del individuo.
- De carácter cognitivo: produciendo cambios en la manera de pensar o percepción.
- De carácter fisiológico: provocando respuestas fisiológicas, como palpitaciones, la resequedad de boca, entre otros.

#### **2.2.1.10. Tipología de ansiedad y características**

La ansiedad viene a constituir un grupo de elementos psicológicos y fisiológicos que tienen su inicio en la evolución.



La ansiedad es un mecanismo que permite la adaptación resultando útil para poder elevar las posibilidades de supervivir: permitiendo que el individuo reaccione anticipadamente a las primeras señales de peligro, o de que están dándose oportunidades que no se debe dejar de pasar.

La ansiedad no es un trastorno psicológico. Pero, puede generar problemas muy significativos al manifestarse en algunas circunstancias, al igual que puede ocurrir con los órganos del cuerpo y desarrollar enfermedades.

La primera situación a considerar: la ansiedad patológica y la ansiedad de carácter no patológica. Dentro del primer concepto se encuentra lo que conocemos como los trastornos de ansiedad, que es un conjunto de trastornos psicológicos que se basan en la angustia y en la ansiedad.

Se experimentan estos trastornos de ansiedad de diferentes maneras, los profesionales de la psicología y psiquiatría han especificado categorías para cada uno tipo de ansiedad. Las más representativas son las siguientes. (Psicología y mente, n.d.)

- Trastorno por Estrés Post Traumático (TEPT)
- Trastorno de pánico
- Trastorno de Ansiedad Generalizada (TAD)
- Fobia Social
- Agorafobia
- Fobia específica



### **2.2.2. Calidad de vida**

La calidad de vida constituye factores que dan bienestar a las personas, en aspectos materiales y emocionales. Conceptuar calidad de vida es indicar una variedad de condiciones de las que debe tener una persona para poder satisfacer sus necesidades; esto de modo que le sirva para sobrevivir, sino que le sirva para vivir con comodidad.

La calidad de vida abarca aspectos diversos, los cuales pueden ser muchos de ellos subjetivos, ejemplo el disfrutar del tiempo libre para un hobby, u cualquier objetivo, el disponer de una casita con los servicios básicos. (Westreicher, 2021)

#### **2.2.2.1. Factores de la calidad de vida**

Los factores que inciden en la calidad de vida son:

El bienestar físico: se refiere a la salud y el vivir en un lugar con bajos niveles de delincuencia, con acceso a la alimentación buena, con información necesaria para que se pueda consumir productos nutritivos.

El bienestar material: Son los ingresos y a la posesión de bienes. Se debería tener dinero indispensable para poder cubrir sus necesidades básicas.

El bienestar social: Lo relacionado a la interacción con otras personas. Se refiere a gozar con un grupo de amistades y un ambiente familiar saludable.

El bienestar emocional: Se trata del aspecto psicológico, está relacionado con el desarrollo de una alta autoestima y una la estabilidad mental.

El desarrollo personal: Considera si los individuos sienten que está realizando sus aspiraciones, sintiéndose realizadas. (Westreicher, 2021)



### 2.2.2.2. Indicadores de la Calidad de Vida

Los indicadores de calidad de vida tienen su base en las estadísticas por países, en base a estudios con diferentes parámetros que permiten conocer estos aspectos como la esperanza de vida, el producto interno bruto per cápita y los niveles educativos en los diferentes estratos sociales de cada zona o país.

Hay organizaciones que evalúan los niveles de calidad de vida en cada país:

- Organización Panamericana de la Salud (OPS).
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE).
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO).

Otro grupo de indicadores a revisar, es el Índice de Eficiencia Ambiental (IEA), que está emparejado con el ambiente natural saludable que se necesita para tener una adecuada calidad de vida. (Irigoyen Rivera, 2011)

¿Para qué medir? Sobre el Índice de Desarrollo Humano de la ONU

La ONU ha propuesto el Índice de Desarrollo Humano (IDH), que se basa en datos como longevidad, nivel educativo y PBI, y de esta manera establecer el grado de calidad de vida de cada país.

Se busca con ello identificar los niveles de que presentan las diferentes naciones, y saber la nación aporta a su población condiciones para tener su proyecto de vida adecuada. (Indicadores de La Calidad de Vida, 2021)



### **2.2.2.3. Factores que Inciden en la Calidad de Vida**

Se tiene factores que nos permiten conocer de manera más directa acerca de la calidad de vida: (Indicadores de La Calidad de Vida, 2021)

- Económicos: ingresos del país, de los habitantes; la empleabilidad y la vivienda.
- Sociales: Existe paz o guerra, servicios básicos, las políticas públicas y la seguridad.
- Culturales: Educación, recreación y tiempo libre.
- Ambientales: Recursos naturales y calidad del aire.
- Salud: atención médica, estado físico y emocional de los individuos y esperanza de vida.

### **2.2.2.4. Calidad de Vida Individual**

Los factores de calidad de vida mencionados se pueden aplicar a nivel individual solamente; sin embargo, pueden diferir entre cada individuo, principalmente por la desigualdad que puede existir en diferentes regiones o naciones.

Siete indicadores que determinan e Influyen en la calidad de vida de las personas se deben evaluar cada factor a nivel individual, para determinar si es buena o mala es la calidad de vida del individuo y si es posible realizar ajustes para poder lograr el nivel deseado. (Indicadores de La Calidad de Vida, 2021)

Se puede evaluar siete indicadores determinantes en la calidad de vida buena:

1. Estado de la salud física y emocional
2. El nivel de felicidad
3. El nivel de conocimiento/educativo



4. La satisfacción personal
5. Las relaciones sociales e interpersonales
6. El entorno saludable y seguro
7. La situación económica

#### **2.2.2.5. Mejorar o Mantener la Calidad de Vida**

***Hábitos Saludables:*** Como tener una dieta saludable y bien balanceada; hacer los ejercicios; dormir ocho horas diarias; beber suficiente agua, evitar el consumo de tabaco y el exceso de cafeína. (Venancio Reyes, 2018)

***Tu Salud:*** Chequeos médicos regulares para prevenir enfermedades o complicaciones en la salud.

***Planifica a Futuro:*** Planifica un plan que garantice una calidad de vida en el futuro, considerar los factores que te mencionamos, así como realizar un aporte obligatorio para tu pensión o jubilación.

***Desarrolla tu Inteligencia financiera:*** Para que los ahorros en tu vida sean posibles y cada vez mayores, debes manejar tus finanzas inteligentemente donde gastes lo necesario, sin gastar en excesos.

Los gastos hormiga, son desembolsos que parecen pequeños, como comer seguidamente fuera de casa, comprar muchas golosinas, etc. Gastos que terminan agotando el presupuesto planificado. (Indicadores de La Calidad de Vida, 2021)



### 2.3. MARCO CONCEPTUAL

**Ansiedad.** Es un sentimiento de miedo, temor e inquietud. Puede hacer que sude, se sienta inquieto y tenso, y tener palpitaciones. Puede ser una reacción normal al estrés.

**Calidad de vida.** La percepción que tiene una persona sobre su posición en la **vida** dentro del contexto cultural y el sistema de valores en el que vive y con respecto a sus metas, expectativas, estándares y preocupaciones.

**Trastorno:** En el campo de la medicina, una alteración del funcionamiento normal de la mente o el cuerpo. Los trastornos pueden ser causados por factores genéticos, enfermedades o traumatismos.

**Hábito:** Es cualquier conducta o comportamiento que se repite de un modo regular y que no supone un esfuerzo.

**Salud:** Es un estado de completo bienestar físico, mental y social.

**Conducta:** La conducta es el conjunto de actos, comportamientos, exteriores de un ser humano, que resultan visibles y plausibles de ser observados por otros.

**Cognitivo:** Es la facultad de un ser vivo para procesar información a partir de la percepción, el conocimiento adquirido y características subjetivas que permiten valorar la información.

**Estrés:** Es un sentimiento de tensión física o emocional. Puede provenir de



cualquier situación o pensamiento que lo haga sentir a uno frustrado, furioso o nervioso.

**Rendimiento académico:** Es una medida de las capacidades del alumno, que expresa lo **que** éste ha aprendido a lo largo del proceso formativo. También supone la capacidad del alumno para responder a los estímulos educativos.

**Adaptación:** Es el proceso de adaptarse está relacionado **con** cambios durante la vida del organismo.



## CAPÍTULO III

### MATERIALES Y MÉTODOS

#### 3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO

La investigación se realizó en el distrito de Muñani, que se encuentra ubicado en las coordenadas  $14^{\circ}45'49''S$   $69^{\circ}57'9''O$ . El INEI indica que Muñani tiene una superficie de 764,49 km<sup>2</sup>. Y se encuentra ubicado en el sector Este de la Provincia de Azángaro, zona norte de la Región Puno y en la parte sur del territorio peruano. Muñani se encuentra a una altura de 3.916 msnm. Su población está compuesta por 7.582 personas, dentro de las cuales se encuentran la población estudiantil a nivel de la educación básica regular, quienes son una población vulnerable en cuanto a su calidad de vida, sumándose aún más el problema de la ansiedad que se vive en la actualidad propio de la pandemia que nos aqueja.

#### 3.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO

El periodo de estudio estuvo comprendido en el mes de diciembre del año 2021

#### 3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO

Los instrumentos utilizados para la presente investigación son instrumentos ya validados por otras entidades dado que solo han sido aplicados directamente.

#### 3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DEL ESTUDIO

##### 3.4.1. Población

La población de estudio estará constituida de 56 estudiantes de la Institución Educativa Primaria MIRASOL del distrito de Muñani en el año académico 2021, como se señala en la siguiente tabla:



**Tabla 1**

*Número de estudiantes matriculados en la I.E.P MIRASOL 2021*

<b>INSTITUCIÓN</b>	<b>GRADO</b>	<b>Nº DE ESTUDIANTES</b>
<b>EDUCATIVA PRIMARIA</b>		
MIRASOL	Del 1ro a 6to grado	56
<b>TOTAL</b>		56

*Nota.* Nómina de matrícula MINEDU 2021

### **3.4.2. Muestra**

Para la presente investigación al tratarse de una población reducida se trabajará con la población total determinada en la tabla anterior.

### **3.5. DISEÑO ESTADÍSTICO**

Según Charaja (2011) la presente investigación es descriptiva correlacional. Según Hernández (2006) El diseño de investigación no experimental, transaccional o transversal recolecta datos en un solo momento, en un tiempo único; dado que su propósito es describir variables y analizar su incidencia en un momento dado. La presente investigación no manipula variables en busca de su interpretación todo lo contrario solo observa estos fenómenos de su interés en su ambiente natural, para luego describirlos y analizarlos.



M= Muestra

O= Observación de la variable única (Estresores, síntomas, estrategias de afrontamiento)



### **3.6. PROCEDIMIENTO**

Para la recolección de datos se realizó los siguientes pasos:

- Coordinación – con oficio se solicitó al director la autorización de Ejecución de Proyecto de Tesis a la Dirección de la Institución Mirasol del medio rural del distrito de Muñani
- Posteriormente se coordinó con los docentes de cada una de las instituciones para el ingreso a las aulas y la aplicación de los cuestionarios.

### **3.7. VARIABLES**

Las variables de estudio y que fueron medidos son la Ansiedad como primera variable y la calidad de vida como segunda variable.

### **3.8. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS**

Para el análisis de los resultados se elaboró tablas y figuras con su respectiva interpretación.



## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 4.1. RESULTADOS

A continuación, se muestra los resultados de la Ansiedad y calidad de vida durante el aprendizaje remoto en los estudiantes de la I.E.P. MIRASOL del medio rural del distrito – Muñani en el 2021.

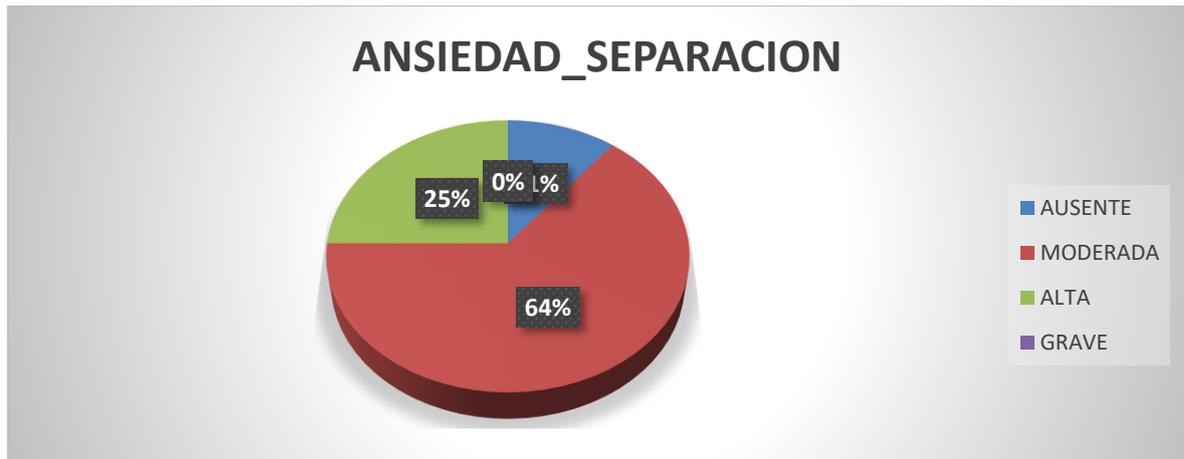
##### 4.1.1. Resultados de la ansiedad infantil

**Tabla 2**

*Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Ansiedad de Separación, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021*

Ansiedad de separación	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
<b>Ausente</b>	6	11%	11%
<b>Moderada</b>	36	64%	75%
<b>Alta</b>	14	25%	100%
<b>Grave</b>	0	0%	100%
<b>Total</b>	56	100%	

*Nota.* Escala de Ansiedad Infantil de Spence



**Figura 1**

*Porcentaje del Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Ansiedad de Separación, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.*

*Nota.* Resultados de la tabla 1

### INTERPRETACIÓN:

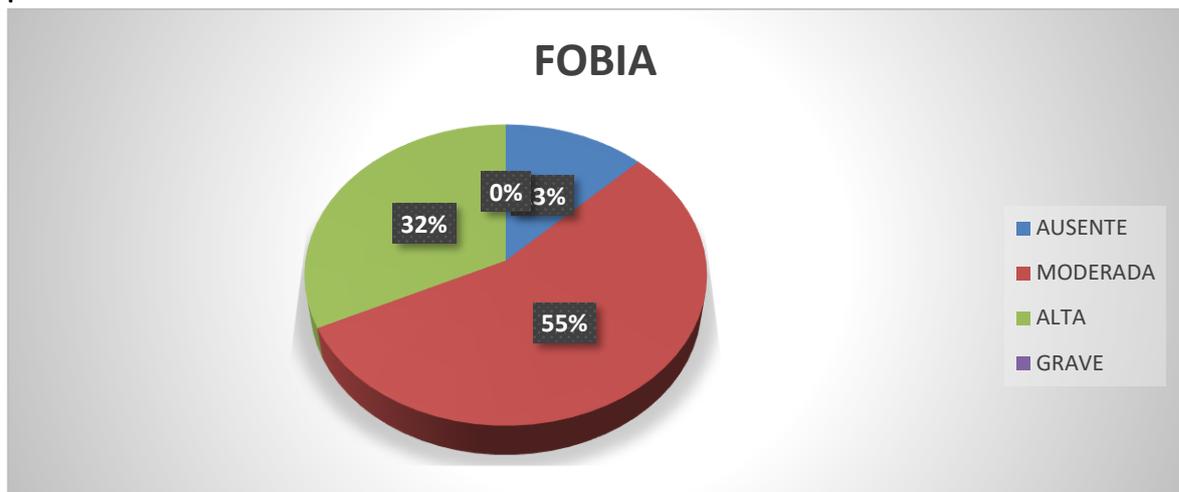
En la tabla y figura 1 se puede observar el nivel de ansiedad infantil en su dimensión **Ansiedad de Separación**, la que muestra que en un 64% muestra una ansiedad moderada, seguida de un 25% con ansiedad alta y un 11% con ansiedad ausente.

**Tabla 3**

*Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Fobia, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.*

FOBIA	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
<b>AUSENTE</b>	7	13%	13%
<b>MODERADA</b>	31	55%	68%
<b>ALTA</b>	18	32%	100%
<b>GRAVE</b>	0	0%	100%
<b>TOTAL</b>	56	100%	

*Nota.* Escala de Ansiedad Infantil de Spence



**Figura 2**

Porcentaje del Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Fobia, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021

*Nota.* Resultados de la tabla 3

### INTERPRETACIÓN:

En la tabla y figura N 2 se puede observar el nivel de ansiedad infantil en su dimensión

**Fobia**, la que muestra que en un 55% muestra una ansiedad moderada, seguida de un 32% con ansiedad alta y un 13% con ansiedad ausente.

**Tabla 4**

*Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Obsesivo-Compulsivo, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.*

OBSESIVO-COMPULSIVO	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
<b>Ausente</b>	10	18%	18%
<b>Moderada</b>	27	48%	66%
<b>Alta</b>	17	30%	96%
<b>Grave</b>	2	4%	100%
<b>Total</b>	56	100%	

*Nota.* Escala de Ansiedad Infantil de Spence



**Figura 3**

*Porcentaje del Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Obsesivo-Compulsivo, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.*

*Nota.* Resultados de la tabla 4

### INTERPRETACIÓN:

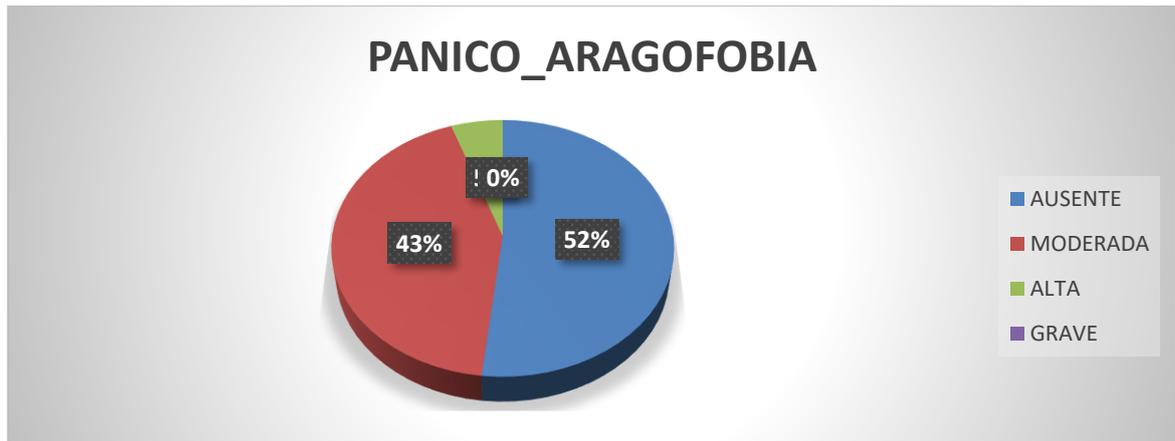
En la tabla y figura N°03 se puede observar el nivel de ansiedad infantil en su dimensión **Obsesivo-Compulsivo**, la que muestra que en un 48% muestra una ansiedad moderada, seguida de un 30% con ansiedad alta y un 18% con ansiedad ausente.

**Tabla 5**

*Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Panico-Aragofobia, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.*

PANICO-ARAGOFOBIA	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
<b>Ausente</b>	29	52%	52%
<b>Moderada</b>	24	43%	95%
<b>Alta</b>	3	5%	100%
<b>Grave</b>	0	0%	100%
<b>Total</b>	56	100%	

*Nota.* Escala de Ansiedad Infantil de Spence



**Figura 4**

*Porcentaje del Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Panico-Aragofobia, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.*

*Nota.* Resultados de la tabla 5

### INTERPRETACIÓN:

En la tabla y figura N°04 se puede observar el nivel de ansiedad infantil en su dimensión **Panico-Aragofobia**, la que muestra que en un 43% muestra una ansiedad moderada, seguida de un 5% con ansiedad alta y un 52% con ansiedad ausente.

**Tabla 6**

*Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Temores de lesiones físicas, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.*

TEMORES DE LESIONES FISICAS	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
<b>AUSENTE</b>	13	23%	23%
<b>MODERADA</b>	29	52%	75%
<b>ALTA</b>	12	21%	96%
<b>GRAVE</b>	2	4%	100%
<b>TOTAL</b>	56	100%	

*Nota.* Escala de Ansiedad Infantil de Spence



**Figura 5**

*Porcentaje del Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Temores de lesiones físicas, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.*

*Nota.* Resultados de la tabla 6

### INTERPRETACIÓN:

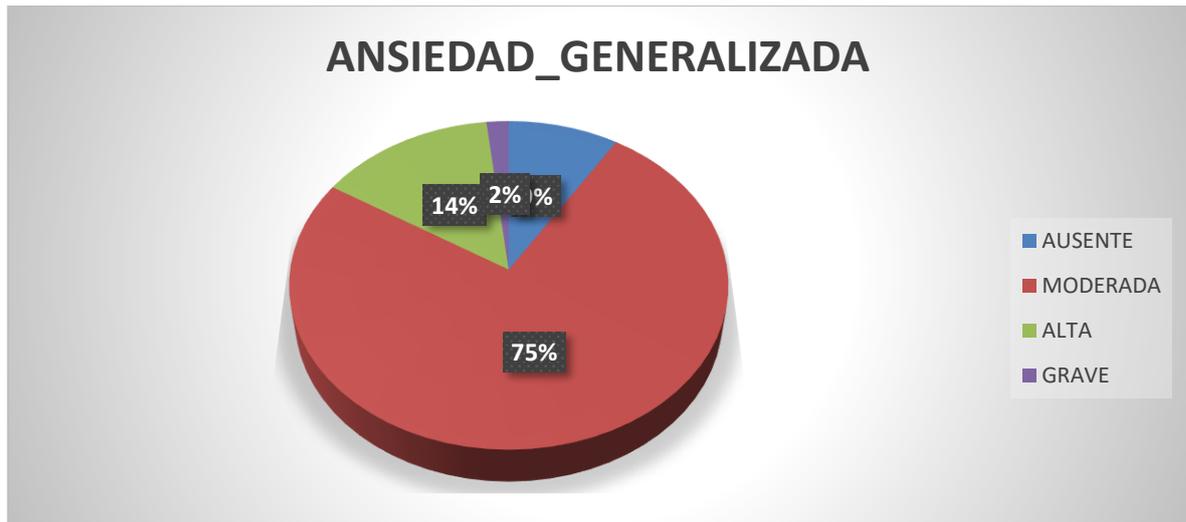
En la tabla y figura N°05 se puede observar el nivel de ansiedad infantil en su dimensión **Temores de lesiones físicas**, la que muestra que en un 52% muestra una ansiedad moderada, seguida de un 23% con ansiedad ausente, 21% ansiedad alta y un 04% con ansiedad grave.

**Tabla 7**

*Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Ansiedad generalizada, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.*

ANSIEDAD	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
<b>GENERALIZADA</b>			
<b>Ausente</b>	5	9%	9%
<b>Moderada</b>	42	75%	84%
<b>Alta</b>	8	14%	98%
<b>Grave</b>	1	2%	100%
<b>Total</b>	56	100%	

*Nota.* Escala de Ansiedad Infantil de Spence



**Figura 6**

*Porcentaje del Nivel de Ansiedad Infantil en su dimensión Ansiedad generalizada, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.*

*Nota.* Resultados de la tabla 7

### INTERPRETACIÓN:

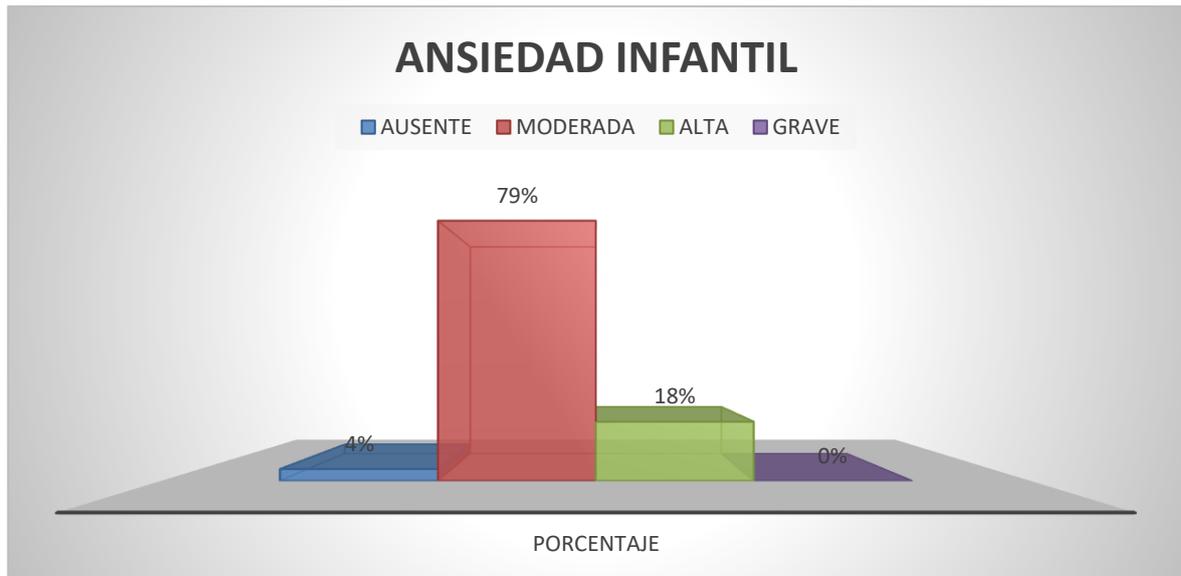
En la tabla y figura N°06 se puede observar el nivel de ansiedad infantil en su dimensión Ansiedad generalizada, la que muestra que en un 75% muestra una ansiedad moderada, seguida de un 14% con ansiedad alta, 9% ansiedad ausente y un 2% con ansiedad grave.

**Tabla 8**

*Nivel de Ansiedad Infantil, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.*

ANSIEDAD INFANTIL	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
<b>Ausente</b>	2	4%	4%
<b>Moderada</b>	44	79%	82%
<b>Alta</b>	10	18%	100%
<b>Grave</b>	0	0%	100%
<b>Total</b>	56	100%	

*Nota.* Escala de Ansiedad Infantil de Spence



**Figura 7**

*Porcentaje del Nivel de Ansiedad Infantil, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021* Nota. Resultados de la tabla 8

### INTERPRETACIÓN:

En la tabla y figura N°07 se puede observar el nivel de ansiedad infantil durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021, la que muestra que en un 79% muestra una ansiedad moderada, seguida de un 18% con ansiedad alta, 4% ansiedad ausente.

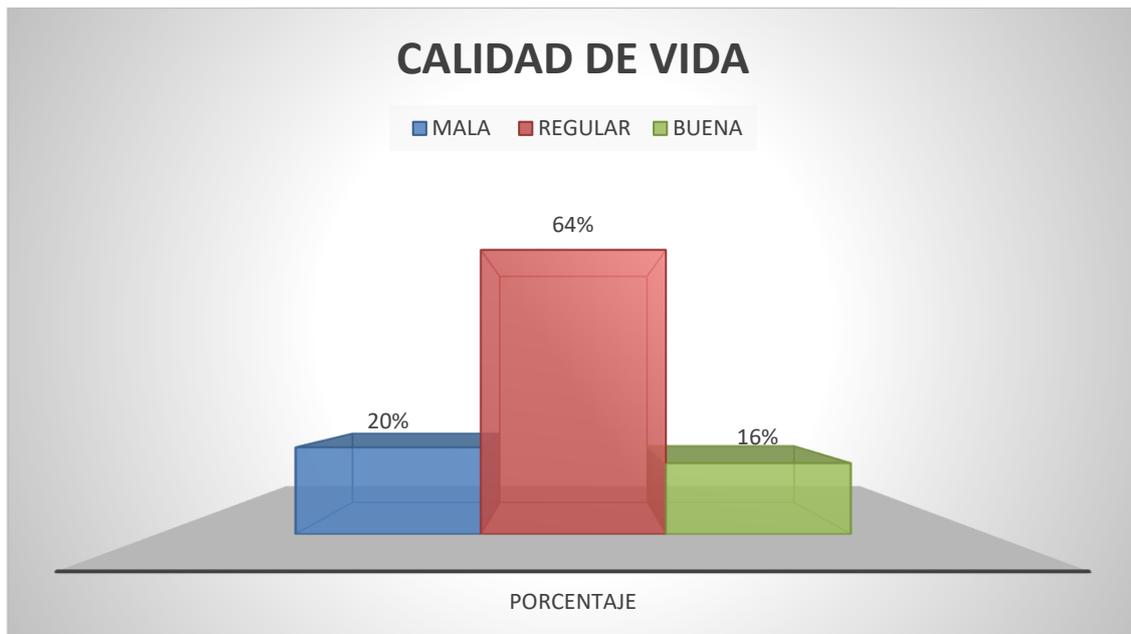
### 4.2. Resultados de la calidad de vida

**Tabla 9**

*Calidad de vida durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.*

CALIDAD DE VIDA	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
<b>MALA</b>	11	20%	20%
<b>REGULAR</b>	36	64%	84%
<b>BUENA</b>	9	16%	100%
<b>TOTAL</b>	56	100%	

Nota. Cuestionario sobre calidad de vida



**Figura 8**

*Porcentaje de la Calidad de vida durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.*

*Nota.* Resultados de la tabla 9

#### **INTERPRETACIÓN:**

En la tabla y figura N°08 se puede observar la calidad de vida, durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021, la que muestra que en un 64% muestra una calidad de vida regular, seguida de un 20% con calidad de vida mala y un 16% con calidad de vida buena.

#### **4.3. CORRELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE ANSIEDAD INFANTIL Y CALIDAD DE VIDA DURANTE EL APRENDIZAJE REMOTO DE LOS ESTUDIANTES DEL MEDIO RURAL DEL DISTRITO DE MUÑANI EN EL AÑO 2021**

A continuación, se muestra los resultados de las dos variables en estudio, con el fin de hallar el nivel de correlación que muestran ambas variables.

Representados con “X” para la variable Nivel de Ansiedad Infantil y “Y” para la Calidad de vida durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021; del cuadro se desprende los resultados que se reemplazara a la fórmula planteada



$$r = \frac{n \sum xy - \sum x \sum y}{\sqrt{[n \sum x^2 - (\sum x)^2][n \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

**DESICIÓN:**

- 1.00 = correlación negativa perfecta. (“A mayor X, menor Y”)
- 0.90 = Correlación negativa muy fuerte.
- 0.75 = Correlación negativa considerable.
- 0.50 = Correlación negativa media.
- 0.25 = Correlación negativa débil.
- 0.10 = Correlación negativa muy débil.
- 0.00 = No existe correlación alguna entre las variables.**
- +0.10 = Correlación positiva muy débil.
- +0.25 = Correlación positiva débil.
- +0.50 = Correlación positiva media.
- +0.75 = Correlación positiva considerable.
- +0.90 = Correlación positiva muy fuerte.
- +1.00 = Correlación positiva perfecta.

**Tabla 10**

*Correlación de Nivel de ansiedad y Calidad de vida durante el aprendizaje remoto de los estudiantes del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.*

		<b>Ansiedad infantil</b>	<b>Calidad de vida</b>
<b>Ansiedad infantil</b>	Correlación de Pearson	1	.317*
	Sig. (bilateral)		.392
	N	56	56
<b>Calidad de vida</b>	Correlación de Pearson	.317*	1
	Sig. (bilateral)	.392	
	N	56	56

**INTERPRETACIÓN:** Resolviendo la fórmula se obtuvo (0.317\*), una Correlación positiva media significativa, lo que quiere indicar existe una relación directa entre la ansiedad y calidad de vida durante el aprendizaje remoto de los estudiantes en la I.E.P. MIRASOL del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.

## 4.2. DISCUSIÓN

De los resultados obtenidos en la investigación observamos que existe una correlación positiva media entre la ansiedad y la calidad de vida en los estudiantes, este resultado puede corroborarse de alguna manera en la investigación de Gonzales-Celis & Martinez (2009) quien indica que la calidad de vida es afectada por la ansiedad; por esta misma línea de resultados tenemos a Vázquez-Ramírez & González-Pedraza Avilés (2014) quien entre uno de sus resultados encontró significativa entre relación ansiedad - depresión con calidad de vida sin embargo nuestros resultados obtenidos son diferentes con la investigación de Villanueva & Ugarte (2017) quien no encontró relación significativa entre niveles de ansiedad y calidad de vida, por lo que podemos decir que estos resultados distintos pueden deberse a la diferencia de poblaciones y el entorno del estudio, dado que el nuestro se llevó a cabo en relación a la pandemia.



Así también investigaciones de Bertoglia (2005), Furlan et al. (2010), Ñaupari (2019) encontraron una relación de la ansiedad con otras variables como el aprendizaje, estrategias de aprendizaje y exámenes respectivamente, concluyendo en términos generales que la ansiedad afecta no solo la calidad de vida sino otros aspectos de la vida académica de los estudiantes.

Por otro lado, la variable calidad de vida es afectada también por el estilo de crianza como lo manifiesta Lepadatu (2014), lo que nos indica que son diferentes aspectos que pueden afectar tanto la ansiedad como la calidad de vida, dependiendo de otros factores por lo que estos resultados hay que considerarlos con sumo cuidado y no generalizarlos a todo ambiente y momento dado.



## V. CONCLUSIONES

**PRIMERA:** Existe una Correlación positiva media significativa de 0.317\*, lo que quiere indicar existe una relación directa entre la ansiedad y calidad de vida durante el aprendizaje remoto de los estudiantes en la I.E.P. MIRASOL del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021.

**SEGUNDA:** Existe un nivel de ansiedad moderada en un 79%, seguido de una ansiedad alta con un 18% y un 4% con ansiedad ausente

**TERCERA:** Existe una percepción de calidad de vida de los estudiantes durante el aprendizaje remoto en la I.E.P MIRASOL del medio rural del distrito de Muñani en el año 2021 del 64% como regular, seguida de un 20% de percepción calidad de vida mala y un 18% de calidad de vida buena.



## VI. RECOMENDACIONES

**PRIMERA:** Al director IEP Mirasol que realice campañas para que los estudiantes tengan una mejor percepción de calidad de vida.

**SEGUNDA:** A los docentes de la IEP Mirasol que orienten a los estudiantes para bajar sus niveles de ansiedad.

**TERCERA:** A los docentes del IEP Mirasol que capaciten a los padres de familia para mejorar su calidad de vida priorizando los aspectos más importantes del medio.



## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bertoglia, L. (2005). LA ANSIEDAD Y SU RELACIÓN CON EL APRENDIZAJE. *Psicoperspectivas*, IV, 13–18.  
<https://www.psicoperspectivas.cl/index.php/psicoperspectivas/article/viewFile/18/18>
- Castillo Pimienta, C., Chacón de la Cruz, T., & Díaz-Véliz, G. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación En Educación Médica*, 5(20), 230–237. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.03.001>
- Donolo, D., Chiecher Y María, A., & Rinaudo, C. (2004). ESTUDIANTES EN ENTORNOS TRADICIONALES Y A DISTANCIA Perfiles motivacionales y percepciones del contexto. In *Revista de Educación a Distancia (RED)* (Issue 10).  
<http://www.um.es/ead/red/10/chiecher.pdf>
- Fuentes Miranda, M. (2001). *Ansiedad, rendimiento académico y educación a distancia*.  
<https://digibuo.uniovi.es/dspace/handle/10651/16150>
- Furlan, L. A., Sanchez, J., Heredia, D., Piemontesi, S., & Illbele, A. (2010). Estrategias de aprendizaje y ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios | Pensamiento Psicológico. *Pensamiento Psicológico*.  
<https://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/pensamientopsicologico/article/view/109>
- Gaeta, L., & Martinez-Otero, V. (2014). La ansiedad en alumnos mexicanos de primaria variables personales, escolares y familiares. *Revista Iberoamericana de Educacion*.  
<https://rieoei.org/historico/documentos/rie66.pdf#page=44>
- Galindo, S. B., Morales Moreno, I., & Guerrero Muñoz, J. (2009). *Prevalencia de Ansiedad y Depresión en una Población de Estudiantes Universitarios: Factores Académicos y Sociofamiliares Asociados*. 20, 2009–2177.



Gonzales-Celis & Martinez (2009). Análisis comparativo de la calidad de vida y la ansiedad en jóvenes estudiantes universitarios y adultos mayores  
<http://www.revistamexicanadeinvestigacionenpsicologia.com/index.php/RMIP/article/view/95/8>

*Indicadores de la Calidad de Vida ¿Cómo Se Mide la Calidad de Vida? Ahora te podrías preguntar, ¿Cómo se mide la calidad de vida? Para que el concepto no sea tan subjetivo, se han diseñado indicadores que permiten medir el nivel en que se encuentra una persona. - Buscar con Google. (2021).*

[https://www.google.com/search?q=Indicadores+de+la+Calidad+de+Vida+¿Cómo+Se+Mide+la+Calidad+de+Vida%3F+Ahora+te+podrías+preguntar%2C+¿Cómo+se+mide+la+calidad+de+vida%3F+Para+que+el+concepto+no+sea+tan+subjetivo%2C+se+han+diseñado+indicadores+que+permiten+medir+el+nivel+en+que+se+encuentra+una+persona.&rlz=1C1GCEA\\_enPE934PE934&oq=Indicadores+de+la+Calidad+de+Vida+¿Cómo+Se+Mide+la+Calidad+de+Vida%3F+Ahora+te+podrías+preguntar%2C+¿Cómo+se+mide+la+calidad+de+vida%3F+Para+que+el+concepto+no+sea+tan+subjetivo%2C+se+han+diseñado+indicadores+que+permiten+medir+el+nivel+en+que+se+encuentra+una+persona.&aqs=chrome..69i57j1150j0j15&sourceid=chrome&ie=UTF-8](https://www.google.com/search?q=Indicadores+de+la+Calidad+de+Vida+¿Cómo+Se+Mide+la+Calidad+de+Vida%3F+Ahora+te+podrías+preguntar%2C+¿Cómo+se+mide+la+calidad+de+vida%3F+Para+que+el+concepto+no+sea+tan+subjetivo%2C+se+han+diseñado+indicadores+que+permiten+medir+el+nivel+en+que+se+encuentra+una+persona.&rlz=1C1GCEA_enPE934PE934&oq=Indicadores+de+la+Calidad+de+Vida+¿Cómo+Se+Mide+la+Calidad+de+Vida%3F+Ahora+te+podrías+preguntar%2C+¿Cómo+se+mide+la+calidad+de+vida%3F+Para+que+el+concepto+no+sea+tan+subjetivo%2C+se+han+diseñado+indicadores+que+permiten+medir+el+nivel+en+que+se+encuentra+una+persona.&aqs=chrome..69i57j1150j0j15&sourceid=chrome&ie=UTF-8)

Irigoyen Rivera, E. W. (2011). *La Autoestima y su relación con el Clima Institucional en los docentes de primaria de la I. E. N° 00500 German Rojas Vela de Soritor – Moyobamba - 2011* [Universidad Cesar Vallejo].  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31543/irigoyen\\_re.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31543/irigoyen_re.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Lepadatu, I. (2014). How Children See their Parents – A Short Intergeneration Comparative Analysis. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 127, 245–249.  
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.03.249>

Mamani Huallpa, E. (2020). Liderazgo pedagógico del director y el desempeño docente en sesión de aprendizaje, en instituciones educativas secundarias públicas, en el segundo trimestre del distrito de Yunguyo, 2018 [Universidad Nacional del



Altiplano]. In *Universidad Nacional del Altiplano*.  
<https://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/16444>

Ministerio de Sanidad. (n.d.). *Bienestar Emocional - ¿Qué es la ansiedad?* Retrieved April 18, 2021, from  
<https://bemocion.sanidad.gob.es/emocionEstres/ansiedad/aspectosEsenciales/queEs/home.htm>

Psicología y mente. (n.d.). *Tipos de Trastornos de Ansiedad y sus características*. Retrieved April 18, 2021, from <https://psicologiaymente.com/clinica/tipos-de-trastornos-de-ansiedad>

R., Á. F., & D., L. R. (2012). EL CLIMA ORGANIZACIONAL Y EL COMPROMISO INSTITUCIONAL EN LAS IES DE PUERTO VALLARTA. *Investigación Administrativa*, 21–30. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=456045214002>

Vázquez-Ramírez, L. A., & González-Pedraza Avilés, A. (2014). Ansiedad, depresión y calidad de vida en un grupo de médicos residentes de la ciudad de México. *Atención Familiar*, 21(4), 109–112. [https://doi.org/10.1016/s1405-8871\(16\)30030-x](https://doi.org/10.1016/s1405-8871(16)30030-x)

Venancio Reyes, G. A. (2018). *Estrés académico en estudiantes de una universidad nacional de lima metropolitana* [Universidad Nacional Federico Villarreal]. <http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2383/VENANCIO>

Villanueva & Ugarte (2017). *NIVELES DE ANSIEDAD Y LA CALIDAD DE VIDA EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE AREQUIPA*  
<https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/351/8>

Westreicher, G. (2021). *Calidad de vida - Qué es, definición y concepto | 2021 | Economipedia*. <https://economipedia.com/definiciones/calidad-de-vida.html>



## ANEXOS



## Escala de Ansiedad Infantil de Spence

NOMBRE.....

FECHA.....

Marca con una **X** la frecuencia con la que te ocurren las siguientes situaciones. No hay respuestas buenas ni malas.

1	Hay cosas que me preocupan	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
2	Me da miedo la oscuridad	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
3	Cuando tengo un problema noto una sensación extraña en el estomago	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
4	Tengo miedo	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
5	Tendría miedo si me quedara solo en casa	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
6	Me da miedo hacer un examen	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
7	Me da miedo usar aseos públicos	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
8	Me preocupo cuando estoy lejos de mis padres	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
9	Tengo miedo de hacer el ridículo delante de la gente	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
10	Me preocupa hacer mal el trabajo de la escuela	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
11	Soy popular entre los niños y niñas de mi edad	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
12	Me preocupa que algo malo le suceda a alguien de mi familia	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
13	De repente siento que no puedo respirar sin motivo	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
14	Necesito comprobar varias veces que he hecho bien las cosas (como apagar la luz, o cerrar la puerta con llave)	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
15	Me da miedo dormir solo	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
16	Estoy nervioso o tengo miedo por las mañanas antes de ir al colegio	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
17	Soy bueno en los deportes	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
18	Me dan miedo los perros	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
19	No puedo dejar de pensar en cosas malas o tontas	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
20	Cuando tengo un problema mi corazón late muy fuerte	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre



21	De repente empiezo a temblar sin motivo	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
22	Me preocupa que algo malo pueda pasarme	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
23	Me da miedo ir al médico o al dentista	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
24	Cuando tengo un problema me siento nervioso	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
25	Me dan miedo los lugares altos o los ascensores	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
26	Soy una buena persona	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
27	Tengo que pensar en cosas especiales (por ejemplo en un número o en una palabra) para evitar que pase algo malo	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
28	Me da miedo viajar en coche, autobús o tren	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
29	Me preocupa lo que otras personas piensan de mi	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
30	Me da miedo estar en lugares donde hay mucha gente (como centros comerciales, cines, autobuses, parques)	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
31	Me siento feliz	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
32	De repente tengo mucho miedo sin motivo	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
33	Me dan miedo los insectos o las arañas	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
34	De repente me siento mareado o creo que me voy a desmayar sin motivo	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
35	Me da miedo tener que hablar delante de mis compañeros de clase	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
36	De repente mi corazón late muy rápido sin motivo	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
37	Me preocupa tener miedo de repente sin que haya nada que temer	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
38	Me gusta como soy	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
39	Me da miedo estar en lugares pequeños y cerrados (como túneles o habitaciones pequeñas)	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
40	Tengo que hacer algunas cosas una y otra vez (como lavarme las manos, limpiar, o poner las cosas en un orden determinado)	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
41	Me molestan pensamientos tontos o malos, o imágenes en mi mente	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
42	Tengo que hacer algunas cosas de una forma determinada para evitar que pasen cosas malas	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre



43	Me siento orgulloso de mi trabajo en la escuela	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
44	Me daría miedo pasar la noche lejos de mi casa	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
45	¿Hay algo más que realmente te dé miedo?	Si	No		
	Escribe que es?				
	¿Con qué frecuencia te pasa?	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre



## CUESTIONARIO SOBRE CALIDAD DE VIDA

FECHA:

Marca con una **X** la frecuencia con la que te ocurren las siguientes situaciones. No hay respuestas buenas ni malas.

Nro	ITEMS	Nunca	Aveces	Muchas veces	Siempre
1	¿Te levantas con ánimo y optimismo para afrontar el nuevo día?				
2	¿Tienes lo necesario para alimentarte sanamente, mantenerte aseado y vestirte?				
3	Si no lo tienes hoy, ¿Podrías conseguirlo si quieres?				
4	¿Tu empleo actual te motiva y te hace sentir satisfecho?				
5	¿Estás a gusto con tu nivel educativo? Si tu respuesta es no, ¿Tienes la posibilidad de acceder a la educación necesaria?				
6	¿Cómo te sientes física y emocionalmente? ¿Tu estado de salud ha sido revisado por un especialista en el último año?				
7	¿Te sientes seguro donde vives, trabajas y, en general, en los espacios donde desarrollas tu vida normalmente?				
8	¿Tus ingresos actuales son suficientes para gastos fijos como alimentación, vivienda, educación, vestuario, recreación, ocio, salud y ahorro para tu futuro?				
9	¿El entorno en el que vives tiene condiciones ambientales y sociales saludables y seguras?				
10	¿Tienes manera de mantener o mejorar tu calidad de vida actual a corto y largo plazo?				