

ANSIEDAD GENERALIZADA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA NACIONAL DE LIMA NORTE

GENERALIZED ANXIETY IN HIGH SCHOOL STUDENTS OF A NATIONAL EDUCATIONAL INSTITUTION IN NORTH LIMA

Alexandra Celeste Zegarra Soto¹, Estefany Zegarra Soto¹, Kiara Rocio Sotelo Hoyos¹, Jean Pierre Quispe Ramírez¹

¹ Universidad Ciencias y Humanidades. Lima. Perú.

INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

Historia del artículo

Recibido: 30/06/2024

Aprobado: 03/12/2024

Publicado: 30/12/2024

Autor corresponsal

Alexandra Celeste Zegarra Soto

licalexandrasaludocupacional@gmail.com

Financiamiento

Autofinanciado

Conflictos de interés

Los autores declaran no tener conflictos de interés

Citar como

Zegarra Soto AC, Zegarra Soto

E, Sotelo Hoyos KS, Quispe

Ramírez JP. Ansiedad generalizada

en estudiantes de secundaria

en una institución educativa

nacional de Lima Norte. Rev. Cient.

Cuidado y Salud Pública 2024; 4(2):

33-39. DOI: 10.53684/csp.v2i1.36



Esta obra tiene una licencia de Creative Commons Attribution 4.0 Internacional

RESUMEN

Objetivos: Determinar el nivel de ansiedad generalizada en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de Lima Norte. **Materiales y métodos:** El trabajo de investigación tuvo un enfoque cuantitativo, diseño descriptivo y transversal. La población fue constituida por estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de Lima Norte. La muestra fue de 200 estudiantes. La técnica aplicada fue la encuesta y el instrumento de recolección de datos fue el GAD-7 conformado por 7 ítems. **Resultados:** En cuanto a la edad de los estudiantes, el mínimo fue 12 años, el máximo fue 17 años, y la media fue 14,72 años. En cuanto al sexo predominaron las mujeres con 46,1% (n=175) y los varones con 53,9% (n=205). En cuanto a la ansiedad generalizada, predominó un nivel de ansiedad leve con 40,5% (n=154), seguido de un nivel de ansiedad moderada con 33,7% (n=128), aquellos sin ansiedad con 18,9% (n=72) y un nivel de ansiedad severa con 6,8% (n=26). **Conclusiones:** En cuanto a la ansiedad generalizada predominaron los estudiantes con ansiedad leve, seguido de aquellos estudiantes con ansiedad moderada, no tienen ansiedad y ansiedad severa.

Palabras claves: Ansiedad; Trastornos de ansiedad; Adolescente; Estudiantes (Fuente: DeCS)

ABSTRACT

Objectives: Determine the level of generalized anxiety in high school students of a National Educational Institution in Northern Lima. **Materials and methods:** The research work had a quantitative approach, descriptive and transversal design. The population was made up of high school students from a National Educational Institution in North Lima. The sample was 200 students. The technique applied was the survey and the data collection instrument was the GAD-7 made up of 7 items. **Results:** Regarding the age of the students, the minimum was 12 years, the maximum was 17 years, and the average was 14.72 years. In terms of sex, women predominated with 46.1% (n=175) and men with 53.9% (n=205). Regarding generalized anxiety, a level of mild anxiety predominated with 40.5% (n=154), followed by a level of moderate anxiety with 33.7% (n=128), those without anxiety with 18.9%. (n=72) and a level of severe anxiety with 6.8% (n=26). **Conclusions:** Regarding generalized anxiety, students with mild anxiety predominated, followed by those students with moderate anxiety, no anxiety, and severe anxiety.

Keywords: Anxiety; Anxiety disorders; Adolescent; Students (Source: DeCS).

INTRODUCCIÓN

La adolescencia es un proceso de cambios biológicos y fisiológicos claves relacionados con la pubertad, dichos cambios son físicos, emocionales y sociales, por lo general representan desafíos y obstáculos en la vida de una persona joven ⁽¹⁾.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) indican que, uno de cada siete jóvenes adolescentes entre 10 a 19 años sufren de algún trastorno mental, representando en un 13% de la carga mundial de morbilidad en ese grupo etario. La depresión, la ansiedad y el estrés crónico son las principales causas de enfermedad y discapacidad entre los adolescentes. Asimismo, señalan que el suicidio es la cuarta causa de muerte entre los jóvenes de 15 a 29 años ⁽²⁾.

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) reportó que la ansiedad y la depresión representan el 50% de los trastornos mentales entre los adolescentes de 10 a 19 años en el Mundo y América Latina ⁽³⁾.

El trastorno de ansiedad generalizada (TAG), se caracteriza por ser una ansiedad difusa e incontrolable, el cual está acompañado de síntomas somáticos y cognitivos que tienen un impacto negativo en salud mental y en la vida de los adolescentes ⁽⁴⁾. Otro estudio indica que, la ansiedad es la tendencia del individuo a evaluar situaciones difíciles como amenazantes, las cuales desencadenan un estado emocional transitorio y una alta activación fisiológica basal de ansiedad ⁽⁵⁾⁽⁶⁾.

El trastorno de ansiedad es un problema común en la salud mental de los adolescentes y este problema está asociado a causas multifactoriales, entre ellos están los factores de riesgo potenciales en la adolescencia como los aspectos sociodemográficos, familiares, psicosociales (adversidades infantiles, temperamento) y biológicas ⁽⁷⁾. Por otro lado, expertos señalan que podría asociarse también a la exposición de traumas complejos durante la infancia, los cuales se vinculan de manera directa y significativa a problemas de salud mental y estos se ven reflejados especialmente en la adolescencia ⁽⁸⁾.

Un estudio realizado en Alemania sobre ansiedad en adolescentes, tuvieron la participación de 752 532 participantes pre-pandémicos y 763 582 pandémicos, cuyos resultados señalan que la ansiedad tuvo una media estandarizada (DME) 0,34 y la ansiedad clínicamente de (DME) 1,08. Asimismo, hallaron un aumento de los síntomas de ansiedad en el grupo de 11 a 15 años, debido a factores como las restricciones estrictas relacionadas con la pandemia (SMD 0,52) y el cierre de las escuelas (SMD, 0,44) ⁽⁹⁾.

Una investigación desarrollada en Finlandia, sobre el trastorno de ansiedad generalizada (TAG) en adolescentes, contó con la participación de 37 905 estudiantes de secundaria. Los resultados indicaron que los síntomas de TAG se asociaron a un mayor riesgo de dificultades

académicas y sociales, incluso con el rendimiento escolar. Concluyeron que la preocupación excesiva, es una característica definitoria del TAG y está relacionado con la etapa escolar entre los adolescentes ⁽¹⁰⁾.

Otro estudio llevado a cabo en Irán, sobre TAG, cuyos participantes fueron 29 709 adolescentes. Los hallazgos indicaron que la prevalencia del TAG fue del 2,6% y los factores que contribuyen significativamente a la predicción del TAG fueron: la edad, sexo, antecedentes maternos de hospitalización psiquiátrica, educación materna y residencia. Los participantes con estos factores de riesgo tenían entre 0,23 y 2,91 veces más probabilidades de presentar TAG. Por otro lado, encontraron tasas más altas (57,6%) y más bajas (0,3%) de comorbilidad del trastorno psiquiátrico relacionadas con la ansiedad y los trastornos alimentarios ⁽¹¹⁾.

Una investigación realizada en Nigeria, sobre ansiedad generalizada en adolescentes, donde los participantes fueron 1187 adolescentes. Los resultados indican que el 10,1% tenían probables trastornos de ansiedad generalizada. Asimismo, encontraron que los participantes urbanos tenían un 50% más de probabilidades de desarrollar trastornos de ansiedad en comparación con los participantes rurales (OR = 1,500, IC: 1,002-2,246, p = 0,049). mientras que las mujeres tenían una prevalencia más alta (12%) en comparación con los hombres (8%) ⁽¹²⁾.

Un estudio desarrollado en Corea, sobre ansiedad en adolescentes, cuyos participantes fueron 46 387 participantes. Los resultados indicaron que el 26,1% de los niños y el 39,7% de las niñas tenían una puntuación de ansiedad. También encontraron una mayor prevalencia de ansiedad en participantes con mala calidad de sueño, un bajo nivel económico y altos niveles de estrés percibido ⁽¹³⁾.

De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) en su reciente informe indica que el 88,7% de la población adolescente de 12 a 16 años de edad se matriculó a la educación secundaria, observándose un incremento positivo de 2,7 puntos porcentuales a comparación del año 2023. Resaltando que, el 90% de los adolescentes son del área rural y un 88,2% pertenecen al área urbana ⁽¹⁴⁾.

El Ministerio de Salud (MINSA) señala que, en el presente año 2024 se registraron alrededor de 900 218 casos por trastornos mentales y los más frecuentes fueron por ansiedad con un total de 220 749 casos en adolescentes en los diferentes establecimientos de salud ⁽¹⁵⁾.

Según la secretaria nacional de la Juventud (SENAJU) señala que el Programa de Voluntariado de Orientación Legal y Psicológica está dirigido a los jóvenes adolescentes entre 18 a 29 años con problemas legales y psicológicos, quienes recibirán asesoría y seguimiento por profesionales de salud. Este es una estrategia del SENAJU escucha, donde es un espacio creado para consultas gratuitas y anónimas dirigido a los adolescentes peruanos ⁽¹⁶⁾.

Una investigación informó que la prevalencia de la ansiedad varía según el área geográfica, diferencias

culturales, relaciones familiares y sociales ⁽¹⁷⁾. La ansiedad se asocia con el período de la adolescencia, convirtiéndose en un problema para la salud, que afecta negativamente al rendimiento académico, la autoestima, y puede generar un deterioro en la calidad de vida de la persona ⁽¹⁸⁾.

Un estudio desarrollado en Lambayeque-Perú, sobre ansiedad en adolescentes y su muestra estuvo conformada por 286 estudiantes. Los hallazgos indicaron que la ansiedad predominó un nivel leve (36,4%), seguido del nivel severo (17,5%) y nivel moderado (23,8%). Hallaron una mayor prevalencia de ansiedad en las participantes mujeres en comparación de los participantes masculinos y según el grado académico, hallaron predominio en estudiantes de quinto grado de secundaria (21,33%) ⁽¹⁹⁾.

Un trabajo de investigación efectuado en Arequipa-Perú, sobre ansiedad en adolescentes. La muestra estuvo constituida por 136 adolescentes. Los resultados señalaron que predominó un nivel leve de ansiedad (33,09%), seguido del nivel moderado (32,35%), nivel severo (21,32%) y sin ansiedad (13,24%). Por otro lado, encontraron que, en cuanto al tipo de familia, en una funcional prevaleció una ansiedad leve (35%), en una disfuncional moderada la ansiedad fue (29,41%) y disfuncional grave predomina una ansiedad severa (31,82%) ⁽²⁰⁾.

El trastorno de ansiedad es una de las enfermedades mentales más prevalentes entre los adolescentes, ya que este problema está muy latente en niños y adolescentes asociados a un funcionamiento deficiente, bajo rendimiento educativo y futuros problemas de salud mental ⁽²¹⁾, así como también a una mala calidad de vida, baja autoestima e ideas suicidas ⁽²²⁾.

Ante esta situación es importante que el equipo multidisciplinario de profesionales de salud del primer nivel de atención aumente sus esfuerzos en ejecutar estrategias, programas e intervenciones preventivas promocionales en los centros educativos y contrarrestar el impacto negativo de la ansiedad en la salud mental en escolares ⁽²³⁾.

MATERIALES Y MÉTODOS

Enfoque y diseño del estudio

La investigación fue desarrollada bajo el enfoque cuantitativo ⁽²⁴⁾. Fue cuantitativo porque el instrumento de recolección de datos y las herramientas estadísticas son de tipo cuantificable. Su enfoque fue descriptivo y transversal ⁽²⁵⁾, porque la variable se mantiene en su estado natural. Transversal porque la variable de estudio se midió una sola vez durante el desarrollo del trabajo.

Población y muestra de estudio

La población estaba conformada por estudiantes de secundaria de una institución educativa de lima norte. La

muestra se determinó mediante el programa de EPIDAT quien indicó un total de 380 estudiantes. Así mismo se aplicaron criterios de inclusión y exclusión propiamente dichos.

Variable de estudio

El estudio tuvo como constructo principal a “Ansiedad generalizada”, según su naturaleza de tipo cualitativa y escala de medición ordinal.

Técnica e instrumento de recolección de datos

Para la realización del trabajo de campo se utilizó la técnica de la encuesta, y la herramienta que se empleó es muy sencilla en recoger la información en un tiempo limitado lo cual es elemental de manejar en la investigación ⁽²⁶⁾.

El instrumento aplicado fue la escala de ansiedad generalizada (GAD-7), la presente herramienta de recolección de datos fue diseñada bajo los criterios del Manual Diagnóstico para evaluar y determinar los síntomas del trastorno de ansiedad generalizada en las personas. La escala GAD-7 es un instrumento muy conocido y aplicado en los diferentes estudios en salud que abordan el tema desde una mirada clínica y un enfoque preventivo promocional. El GAD-7 se destaca por sus excelentes propiedades psicométricas, cuyos valores son muy buenos y respaldan su confiabilidad y validez. La presente escala es de tipo unidimensional y está compuesta por 7 preguntas que se califican mediante la aplicación de la escala Likert y sus 4 opciones van desde (Nunca=0 hasta Casi cada día=3). Los valores finales se clasificaron por categorías, siendo las siguientes: No se aprecia ansiedad (0-4 puntos), se aprecian síntomas de ansiedad leves (5-9 puntos), se aprecian síntomas de ansiedad moderados (10-14 puntos) y se aprecian síntomas de ansiedad severos (15-21 puntos) ⁽²⁷⁾.

Validez y confiabilidad del instrumento de recolección de datos

Desarrollaron un estudio donde determinaron la validez de contenido de la escala GAD-7 y la validez fue calculada mediante la prueba de Pearson (r), cuyo coeficiente fue (r > 0,70). Mientras que la fiabilidad fue determinada con la prueba de alfa de Cronbach obteniendo un resultado de 0,80 ⁽²⁸⁾.

Para el desarrollo oportuno del consentimiento informado, se solicitó el apoyo de dirección y de los tutores para hacer extensivo a los padres de familia el consentimiento informado correspondiente.

Para el inicio del proceso de recolección de datos propiamente dicho, se informó previamente a las autoridades correspondientes de la institución y a los estudiantes los detalles y alcances principales del estudio. Posterior a ello, se

les facilitó el cuestionario a los estudiantes con autorización de sus padres y aquellos participantes que presentaron ciertas dificultades y dudas en el proceso del llenado de los enunciados del cuestionario, contaron con la asesoría y soporte de los investigadores. Cada participante contó con un tiempo promedio de 10 a 15 minutos para completar la encuesta. La recolección de datos se realizó en el mes de agosto del presente año 2024.

Análisis estadístico

Para el análisis de los datos se utilizó la estadística descriptiva por medio del programa estadístico SPSS versión 27 en español. Una vez ingresada la información a la matriz, se procedió a las tablas de frecuencia, medidas de tendencia central y operaciones para calcular la variable y sus dimensiones. Los hallazgos se mostraron en gráficos y se continuó con la redacción de la sección de discusión, conclusiones y recomendaciones.

Principios bioéticos

El estudio fue realizado bajo el marco ético desprendidos desde los lineamientos de la Declaración de Helsinki⁽²⁹⁾ y el Reporte Belmont⁽³⁰⁾. Los principios bioéticos aplicados en nuestro estudio en mención fueron autonomía, maleficencia, no maleficencia y justicia⁽³¹⁾. Este trabajo contó con un acta de aprobación de proyecto por parte de un comité de ética de la universidad de Ciencias y Humanidades.

RESULTADOS

Tabla 1. Datos sociodemográficos de estudiantes de secundaria de una institución educativa Nacional de Lima Norte (N=380)

Información de los participantes	N	Total %
Total	380	100
Edad	Min: 12/Max: 17 Media: 14,72	
Sexo		
Femenino	175	46,1
Masculino	205	53,9
Año escolar		
1 año	69	18,2
2 año	61	16,1
3 año	51	13,4
4 año	88	23,2
5 año	111	29,2
Tipo de familia		
Nuclear	170	44,7
Extendida	150	39,5
Monoparental	54	14,2
Reconstituida	6	1,6

Elaboración propia

En la Tabla 1 se puede observar que, en cuanto a la edad, el mínimo fue 12 años, el máximo fue 17 años, y la media fue 14,72 años. En cuanto al sexo, 175 participantes que representan el 46,1% son mujeres, mientras que 205 participantes que representan el 53,9% son varones. En cuanto al año escolar, 69 participantes que representan el 18,2% cursan el 1er año, 61 participantes que representan el 16,1% son del 2do año, 51 participantes que representan el 13,4% son del 3er año, 88 participantes que representan el 23,2% son del 4to año, y 111 participantes que representan el 29,2% son del 5to año. En cuanto al tipo de familia, 170 participantes que representan el 44,7% pertenecen a familias nucleares, 150 participantes que representan el 39,5% son extendidas, 54 participantes que representan el 14,2% son monoparentales, y 6 participantes que representan el 1,6% son reconstituidas.

Tabla 2. Ansiedad generalizada (n=380)

Valores	N	%
No se aprecia ansiedad	72	18,9
Síntomas de ansiedad leves	154	40,5
Síntomas de ansiedad moderados	128	33,7
Síntomas de ansiedad severos	26	6,8
Total	380	100,0

En la Tabla 2 se observa que, en cuanto a la ansiedad generalizada, 154 participantes que representan el 40,5% tienen un nivel de ansiedad leve, seguidos de 128 participantes que representan el 33,7% tienen un nivel de ansiedad moderada, 72 participantes que representan el 18,9% no tienen ansiedad y 26 participantes que representan el 6,8% tienen un nivel de ansiedad severa.

DISCUSIÓN

El problema de la ansiedad generalizada en los escolares o adolescentes se ha convertido en un gran desafío constante para las autoridades, los padres de familia y el equipo multidisciplinario de salud de nuestro país⁽³²⁾, cuyas cifras van en incremento en los últimos años después de la reciente pandemia. Este tema es de preocupación, particularmente en este grupo etario que se encuentra en un contexto de múltiples cambios físicos, emocionales y psicológicos, esta etapa es considerada un proceso de transición crítica principalmente influenciados por factores socioculturales, económicos y educativos⁽³³⁾.

En cuanto a la ansiedad generalizada, 154 (40,5%) participantes tienen un nivel ansiedad leve, seguido de 128 (33,7%) participantes tienen un nivel de ansiedad moderada,

72 (18,9%) participantes no tienen ansiedad y 26 (6,8%) participantes tienen un nivel de ansiedad severa. La ansiedad generalizada es un trastorno mental que se caracteriza por ser un sentimiento de preocupación constante que afecta el correcto desempeño de actividades sociales, académicas y laborales. Este problema desencadena manifestaciones clínicas físicas que afectan el buen funcionamiento del individuo al desarrollar correctamente sus actividades rutinarias⁽³⁴⁾. En el estudio de Barletti y colaborador⁽²⁰⁾, sus resultados muestran que predominó un nivel leve de ansiedad (33,09%), seguido del nivel moderado (32,35%), nivel severo (21,32%) y sin ansiedad (13,24%). Indicaron que estos hallazgos se deberían a la presencia de factores asociados a la disfuncionalidad familiar, la edad, el género y el año escolar. Por otro lado, encontraron que aquellos estudiantes con ansiedad moderada y severa tenían mayor indicio de desarrollar síntomas depresivos. En la investigación de Saavedra y colaboradores⁽¹⁹⁾, sus resultados mostraron que nivel leve (36,4%), seguido del nivel severo (17,5%) y nivel moderado (23,8%). Los autores manifestaron que los factores asociados a los resultados obtenidos se relacionan a los factores biológicos y fisiológicos asociados al proceso de pubertad. Así como también a factores psicológicos como la baja autoestima y el estilo de sus pensamientos, también encontramos a los factores ambientales como los eventos estresantes, el sentimiento de incertidumbre y los cambios en la vida rutinaria del adolescente. En el estudio de Mbanuzuru y colaboradores⁽¹²⁾, en sus hallazgos encontraron que el 10,1% tenían probables trastornos de ansiedad generalizada. Informaron que los factores asociados a ello fueron el lugar de residencia, el género del adolescente, el grado de instrucción de los padres, la presencia de servicios de salud mental preventivos promocionales. Así mismo, encontraron el aspecto social, como la presión académica, las relaciones y la dinámica familiares y sociales, la influencia de los medios de comunicación. En la investigación de Kim y colaboradores⁽¹³⁾, en sus resultados indican que el 26,1% de los varones y el 39,7% de las mujeres tenían una puntuación de ansiedad. Comunicaron que estos hallazgos se deberían a factores biológicos, físicos y mentales. Por otro lado, están presentes otros aspectos como el tipo familia, las variables sociodemográficas y culturales, la calidad de sueño, el estrés percibido, la dependencia a aparatos tecnológicos, el consumo de alcohol - tabaco y los estilos de vida en los estudiantes.

Los estudios muestran que para reducir los niveles de ansiedad generalizada en los adolescentes escolares de nuestro país⁽³⁵⁾, es importante elaborar nuevas estrategias de intervención que refuercen las actividades de mejora frente a este escenario en las instituciones educativas desde un enfoque preventivo promocional, partiendo desde las aquellos programas de apoyo psicológico individualizado, intervenciones psicoeducativas en el aula liderado por

profesionales de la salud que fomenten la educación sobre la salud mental sana y estrategias de afrontamiento al estrés y/o situaciones frustrantes⁽³⁶⁾.

Por otro lado, encontramos a las estrategias de Apoyo Familiar y Comunitario dirigido aquellos estudiantes con trastorno de ansiedad generalizada leve y moderado, dentro ello incluya sesiones de orientación y educación a los padres y la creación de un entorno escolar de apoyo, la reducción de la presión académica y finalmente el reforzamiento de los programas de promoción de estilos de vida saludables y acceso a servicios de salud mental, los cuales ayudarán a promover un entorno escolar saludables que amortigua los efectos de impacto de los factores ambientales y sociales en el espacio familiar donde se desarrollan⁽³⁷⁾⁽³⁸⁾.

Como conclusión hay que señalar que en cuanto a la ansiedad generalizada predominaron los estudiantes con ansiedad leve, seguido de aquellos estudiantes con ansiedad moderada, no tienen ansiedad y ansiedad severa.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Best O, Ban S. Adolescence: physical changes and neurological development. Br J Nurs [revista en Internet] 2021 [acceso 14 de enero de 2022]; 30(5): 272-275. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33733842/>
- World Health Organization. Salud mental del adolescente [sede Web]. Ginebra-Suiza: WHO; 2021 [acceso 5 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Estado Mundial de la Infancia de UNICEF destaca el modelo peruano de atención comunitaria a la salud mental [sede Web]. Lima-Perú: UNICEF; 2021 [acceso 12 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/estado-mundial-de-la-infancia-unicef-destaca-modelo-peruano-atencion-comunitaria-salud-mental>
- Strawn J, Mills J, Schroeder H, Mossman S, Varney S, Ramsey L, et al. Escitalopram in Adolescents With Generalized Anxiety Disorder: A Double-Blind, Randomized, Placebo-Controlled Study. J Clin Psychiatry [revista en Internet] 2020 [acceso 13 de enero de 2024]; 81(5): 13-25. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32857933/>
- Elwood L, Wolitzky K, Olatunji B. Measurement of anxious traits: A contemporary review and synthesis. Anxiety Stress Coping. [revista en Internet] 2012 [acceso 12 de enero de 2024]; 25(6):647-66. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21644113/>
- Cheol S, Kim Y. Anxiety Disorders in the DSM-5: Changes, Controversies, and Future Directions. Adv Exp Med Biol. [revista en Internet] 2020 [acceso 12 de enero de 2024]; 1191(1):187-196. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32002930/>
- Narmandakh A, Roest A, Jonge P, Oldehinkel A. Psychosocial and biological risk factors of anxiety disorders in adolescents: a TRAILS report. Eur Child Adolesc Psychiatry. [revista en Internet] 2021 [acceso 12 de enero de 2024]; 30(12): 1969-1982. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33113027/>
- Pluger V, Rohner S, Eising C, Maercker A, Thoma M. Associations Between Complex Trauma Exposure in Childhood/Adolescence and Psychopathology in Older Age: The Role of Stress Coping

- and Coping Self- Perception. *J Child Adolesc Trauma*. [revista en Internet] 2022 [acceso 10 de enero de 2024]; 15(3): 539-551. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35958721/>
9. Ludwig H, Dannheim I, Pfadenhauer L, Fegert J, Bujard M. Anxiety increased among children and adolescents during pandemic-related school closures in Europe: a systematic review and meta-analysis. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health*. [revista en Internet] 2023 [acceso 10 de enero de 2024]; 17(1):74-80. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37344892/>
 10. Kajastus K, Haravuori H, Kiviruusu O, Marttunen M, Ranta K. Associations of generalized anxiety and social anxiety with perceived difficulties in school in the adolescent general population. *J Adolesc*. [revista en Internet] 2023 [acceso 13 de noviembre de 2023]; 96(2):291-304. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37985185/>
 11. Reza M, Pourdehghan P, Mostafavi S, Hooshyari Z, Ahmadi N, Khaleghi A. Generalized anxiety disorder: Prevalence, predictors, and comorbidity in children and adolescents. *J Anxiety Disord*. [revista en Internet] 2020 [acceso 13 de enero de 2024]; 73(1):22-34. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32470794/>
 12. Mbanuzuru A, Uwakwe R, Sochukwu C, Okwudili A, Chinyere M, Amara C, et al. Generalized anxiety disorder screening using gad-7 among in-school adolescents of anambra state, Nigeria. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health*. [revista en Internet] 2023 [acceso 19 de enero de 2024]; 17(1):91-100. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37468988/>
 13. Kim H, Hoon S, Jang S, Park E. Association Between Sleep Quality and Anxiety in Korean Adolescents. *Journal of Preventive Medicine and Public Health* [revista en Internet] 2022 [acceso 13 de enero de 2024]; 55(2):173-181. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35391529/>
 14. Instituto Nacional de Estadística e informática. Estado de la niñez y adolescencia [sede Web]. Lima-perú: INEI; 2024 [acceso 5 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/inei/informes-publicaciones/5645453-estado-de-la-ninez-y-adolescencia-enero-febrero-marzo-2024>
 15. Ministerio de Salud. Minsa cuenta con 277 centros de salud mental comunitaria para brindar atención en trastornos y Noticias (institucion/minsa/noticias) problemas psicosociales [sede Web]. Lima-Perú: MINSA; 2024 [acceso 5 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/981298-minsa-cuenta-con-277-centros-de-salud-mental-comunitaria-para-brindar-atencion-en-trastornos-y-problemas-psicosociales>
 16. Secretaría Nacional de la Juventud. El 32.3 % de jóvenes de 15 a 29 años presentaron algún problema de salud mental [sede Web]. Lima-Perú: SENAJU; 2023 [acceso 5 de enero de 2024]. Disponible en: <https://juventud.gob.pe/2023/06/el-32-3-de-jovenes-de-15-a-29-anos-presentaron-algun-problema-de-salud-mental/>
 17. Biswas T, Scott J, Munir K, Renzaho A, Rawal L, Baxter J, et al. Global variation in the prevalence of suicidal ideation, anxiety and their correlates among adolescents. *EClinicalMedicine*. [revista en Internet] 2020 [acceso 13 de enero de 2024]; 24(1):39-45. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33015595/>
 18. Sideeq A. Practitioner Review: Anxiety disorders in children and young people – assessment and treatment. *J Child Psychol Psychiatry* [revista en Internet] 2020 [acceso 13 de enero de 2024]; 61(6):628-643. Disponible en: <https://www.semanticscholar.org/reader/190d0814265f87a4d4ea201afb9b37cd2309c95b>
 19. Saavedra C, Ugaz J. Niveles de ansiedad en estudiantes de secundaria en el retorno a la presencialidad en colegio nacional de JLO - Chiclayo, 2022 [tesis titulación]. Lambayeque-Perú: Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo; 2023. Disponible en: <https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/11335>
 20. Barletti F, Canazas B. Relación entre niveles de ansiedad, depresión y funcionalidad familiar en adolescentes de 12 a 17 años durante la restricción social por el estado de emergencia - Arequipa 2021[tesis titulación]. Arequipa-Perú: Universidad Católica Santa María; 2022. Disponible en: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/items/ec600e9f-d261-4e69-9615-15ec8e8eff97>
 21. Viswanathan M, Wallace I, Cook J, Kennedy S, McKeeman J, Hudson K, et al. Screening for Anxiety in Children and Adolescents: Evidence Report and Systematic Review for the US Preventive Services Task Force. *JAMA*. [revista en Internet] 2022 [acceso 19 de enero de 2024]; 328(14):1445-1455. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36219404/>
 22. Walder N, Berger T, Schmidt S. Prevention and Treatment of Social Anxiety Disorder in Adolescents. *JMIR Res Protoc* [revista en Internet] 2023 [acceso 19 de enero de 2024]; 12(1): 44-50. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37342086/>
 23. Hugh S, Beckett S, Tumelty E, Mallikarjun P. Indicated prevention interventions for anxiety in children and adolescents: a review and meta-analysis of school-based programs. *Eur Child Adolesc Psychiatry* [revista en Internet] 2021 [acceso 19 de enero de 2024]; 30(6): 849-860. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32535656/>
 24. Manterola C, Quiroz G, Salazar P, García N. Methodology of the most used study types and designs in clinical research. *Médica Clínica Las Condes* [revista en Internet] 2019 [acceso 10 de enero de 2024]; 30(1): 36-49. Disponible en: <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0716864019300057?token=5E29335F3B4B8FB370CF8AC1D0AECA2725805F5FC8F2E7483CEB28A0BDAED300213464E8DC8E99FB7F930A6D85BF1251&originRegion=us-east-1&originCreation=20230308205636>
 25. Dane F, Carhart D, Carhart E. Evaluating research: Methodology for people who need to read research. 2a ed. California-USA: SAGE Publications; 2022. 360 p.
 26. Arundel A. How to design, implement, and analyse a survey. Cheltenham-Reino Unido: Edward Elgar Publishing; 2023. 168 p.
 27. Spitzer R, Kroenke K, Williams J, Lowe B. A Brief Measure for Assessing Generalized Anxiety Disorder The GAD-7. *Arch Intern Med*. [revista en Internet] 2006 [acceso 19 de enero de 2024]; 166(1):1092-1097. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16717171/>
 28. Villarreal D, Paredes R, Mayo N, Arenas E, Huaracaya J, Copez A. Psychometric properties of the GAD-7 (General Anxiety Disorder-7): a cross-sectional study of the Peruvian general population. *BMC Psychol* [revista en Internet] 2024 [acceso 19 de enero de 2024]; 12(1):183-189. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38566138/>
 29. World Medical Association. WMA Declaration of Helsinki: ethical principles for medical research involving human subjects. *World Medical Association* [revista en Internet] 2024 [acceso 30 de junio de 2024]; 20(59): 1-15 [Internet]. Disponible en: <https://www.wma.net/policies-post/wma-declaration-of-helsinki-ethical-principles-for-medical-research-involving-human-subjects/>
 30. Brothers K, Rivera S, Cadigan R, Sharp R, Goldenberg A. A Belmont reboot: Building a normative foundation for human research in the 21st Century. *J Law Med Ethics* [revista en Internet] 2019 [acceso 20 de enero de 2024]; 47(1): 1-8. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6587582/pdf/nihms-1036525.pdf>
 31. Varkey B. Principles of Clinical Ethics and Their Application to Practice. *Med Princ Pract* [Internet]. 2021;30(1):17-28. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32498071/>
 32. Piscoya J, Heredia W, Morocho N, Zeña S, Hernández P, Díaz C, et al. Prevalence and Factors Associated with Anxiety and Depression in Peruvian Medical Students. *Int J Environ Res Public Health* [revista en Internet] 2023 [acceso 10 de febrero de 2024]; 20(4): 29-35. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36833604/>
 33. Hee D, Kim Y. Factors associated with generalized anxiety disorder in adolescents with cultural diversity: secondary data analysis. *BMC Public Health* [revista en Internet] 2024 [acceso 10 de febrero de 2024]; 24(1): 25-62. Disponible en: <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-024-20078-8#:~:text=Specifically%2C%20economic%20status%20mother's%20educational,GAD%20in%20culturally%20diverse%20adolescents.>
 34. Ahmed I, Hazell C, Edwards B, Glazebrook C, Davies E. A systematic review and meta-analysis of studies exploring prevalence of non-specific anxiety in undergraduate university students. *BMC Psychiatry*. [revista en Internet] 2023 [acceso 10 de febrero de 2024]; 23(1): 240-247. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10088287/>
 35. Moreno L, Trujillo M, Forero D, Baez S. Health, psychosocial and cognitive factors associated with anxiety symptoms. *Current Psychology* [revista en Internet] 2024 [acceso 10 de febrero de 2024]; 43(3): 22376-22388. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-024-05998-3>
 36. Kajastus K, Haravuori H, Kiviruusu O, Marttunen M, Ranta K. Associations of generalized anxiety and social anxiety with perceived difficulties in school in the adolescent general population. *Journal of Adolescence* [revista en Internet] 2023 [acceso 10 de febrero de 2024]; 30(3): 30-35. Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/jad.12275>
 37. Zhang Q, Wang J, Neitzel A. School-based Mental Health Interventions Targeting Depression or Anxiety: A Meta-analysis of Rigorous Randomized Controlled Trials for School-aged Children and Adolescents. *J Youth Adolesc*. [revista en Internet] 2022 [acceso 15 de febrero de 2024]; 52(1). Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9560730/>
 38. James A, Reardon T, Soler A, James G, Creswell C. Cognitive behavioural therapy for anxiety disorders in children and adolescents. *Cochrane Database Syst Rev*. [revista en Internet] 2020 [acceso 15 de febrero de 2020]; 11(16): 131-145. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8092480/>