

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO**  
**FACULTAD DE MEDICINA**  
**ESCUELA DE PSICOLOGÍA**



**FACTORES PREDISONENTES DE LA ANSIEDAD POR  
CONSECUENCIA DE LA PANDEMIA EN LOS ADOLESCENTES**

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE  
BACHILLER EN PSICOLOGÍA**

**AUTOR**

**JOSSI BRENDY AYALA SOTO**

**ASESOR**

**CORTEZ VIDAL MARILIA SIBELE**

<https://orcid.org/0000-0002-9360-9282>

**Chiclayo, 2021**

## Índice

Resumen.....	3
Abstract.....	4
Factores Predisponentes de la Ansiedad por Consecuencia de la Pandemia en los Adolescentes .....	5
Métodos .....	7
Resultados y Discusión.....	8
Conclusiones .....	12
Recomendaciones.....	13
Referencias.....	14
Anexos .....	16

## Resumen

La situación actual a causa de la pandemia, ha generado en la población incertidumbre y reacciones por los diferentes estresores, siendo la ansiedad, una problemática que se ha desarrollado por miedo a contagiarse y poner en riesgo su salud. Es por ello que, se estableció como objetivo general determinar los factores predisponentes de la ansiedad por consecuencia de la pandemia en los adolescentes. Siendo la investigación de tipo teórico-narrativo, y la búsqueda de la información se realizó a través de bases de datos científicas. Con respecto a los criterios de inclusión, se consideró los artículos científicos con las características de ansiedad, covid-19, factores predisponentes y sintomatología, y en los criterios de exclusión, no se consideraron los artículos de resumen y blog. Se analizó la información mediante la técnica de análisis de documento, así también se respetó el derecho de los autores, siendo citados y referenciados correctamente. Se obtuvo que la ansiedad es una sensación negativa de la percepción anticipada del futuro y se caracteriza por ser persistente y difícil de controlar, lo cual se relaciona con el covid-19, pues genera preocupación y temor en la población. Así también, se relaciona los factores psicológicos, familiares y sociales en el incremento de la ansiedad, conllevando a diferentes síntomas que generan un malestar significativo en las personas. Y se concluyó, que durante la pandemia las personas se han visto perjudicadas de formas diferente, adaptándose y adquiriendo nuevos hábitos para el bienestar de si mismo y de sus seres queridos.

**Palabras clave:** ansiedad, covid-19, factores y síntomas.

## Abstract

The current situation due to the pandemic has generated uncertainty and reactions in the population due to different stressors, anxiety being a problem that has developed out of fear of being infected and putting their health at risk. For this reason, it was established as a general objective to determine the predisposing factors of anxiety as a consequence of the pandemic in adolescents. The research being of a theoretical-narrative type, and the search for information was carried out through scientific databases. Regarding the inclusion criteria, scientific articles with the characteristics of anxiety, covid-19, predisposing factors and symptoms were considered, and in the exclusion criteria, abstract and blog articles were not considered. The information was analyzed using the document analysis technique, thus the authors' rights were also respected, being cited and referenced correctly. It was obtained that anxiety is a negative feeling of the anticipated perception of the future and is characterized by being persistent and difficult to control, which is related to covid-19, as it generates concern and fear in the population. Likewise, psychological, family and social factors are related to the increase in anxiety, leading to different symptoms that generate significant discomfort in people. And it was concluded that during the pandemic people have been harmed in different ways, adapting and acquiring new habits for the well-being of themselves and their loved ones.

**Keywords:** anxiety, covid-19, factors and symptoms.

## **Factores Predisponentes de la Ansiedad por Consecuencia de la Pandemia en los Adolescentes**

Actualmente todos los países del mundo y en especial la sociedad peruana se han visto involucrados en un nuevo desafío, el covid-19, lo cual ha conllevado a cambios significativos en la rutina diaria de cada una de las personas, viéndose en la obligación de adaptarse de manera drástica a esta nueva realidad, puesto a que durante la pandemia, así como menciona la UNESCO (2020), se ha requerido de cuarentenas, cierre de escuelas, distanciamiento social, reducción de interacciones sociales y privación de métodos de aprendizaje tradicionales; generando impacto en el ámbito económico y en la salud tanto física como psicológica de las personas, centrando este trabajo de investigación en la salud mental, específicamente en la variable de la ansiedad, la cual es definida por Beck y Clark (2012) como una emoción que se orienta hacia acontecimientos futuros que la persona los percibe como peligrosos y se caracterizan por ser incontrolables e impredecibles.

Asimismo, según la Organización Mundial de la Salud (2020), durante el primer periodo del covid-19, se produjo un declive de los servicios de salud mental causando un incremento en los problemas psicológicos, lo cual, generó una mayor demanda en los últimos meses, especialmente en la población adolescente-juvenil, por el incremento en el uso de redes sociales y videojuegos como un medio de distracción, así como el desarrollo de síntomas de estrés, ansiedad y disminución en su aprendizaje, generando también preocupación por parte de sus padres.

Ante lo expuesto anteriormente, se plantea la siguiente interrogante ¿Cuáles son los factores predisponentes de la ansiedad por consecuencia de la pandemia en los adolescentes? De esta manera, se tiene como objetivo general determinar los factores predisponentes de la ansiedad por consecuencia de la pandemia en los adolescentes, asimismo como objetivos específicos definir las variables de ansiedad y covid-19, explicar los factores predisponentes y describir los síntomas de la ansiedad.

Por lo tanto, la presente investigación es necesaria debido a que, en los dos últimos años, a consecuencia de la pandemia, se ha incrementado los problemas psicológicos, especialmente sobre los factores que predisponen la ansiedad, como es el estrés, y preocupación, generando inquietud en la población, pues se evidencia un aumento de los síntomas físicos y emocionales como la fatiga, mal humor, cambios en su ciclo de sueño y molestias corporales por causa del confinamiento. Por consiguiente, la investigación ayudará a

la toma de conciencia de las autoridades pertinentes para la intervención de casos de ansiedad que se ha generado en estos años de crisis en el Perú.

De igual manera, servirá para identificar los factores que predisponen y se asocian a la ansiedad, así como los síntomas que generan malestar en la población de adolescentes. Por ello, esta investigación se torna de carácter relevante puesto a que permite a profesionales de ciencias de la salud mental, especialmente en el área educativa a centrar la atención en factores tan enfáticos como lo es la ansiedad; además, de motivar a investigadores a realizar nuevos estudios para aumentar el conocimiento científico de las implicaciones que tiene la ansiedad.

## Métodos

El diseño de la investigación es de tipo teórico-narrativo (Ato et al.,2013). Además, para realizar la búsqueda de la información se utilizará la base de datos científicas como ProQuest, Scielo y ScienceDirect, en las cuales se hará uso de las palabras clave como ansiedad, covid-19, pandemia y sintomatología, para extraer información pertinente.

En relación a los criterios de inclusión se tomará en cuenta artículos científicos que serán extraídos por la base de datos mencionadas, asimismo, que posean características como la variable de ansiedad, el contexto actual de la pandemia, adolescentes, factores que predisponen y los síntomas. De igual manera, se realizará la selección de referencia con una antigüedad máxima de 10 años, reflejando los avances respecto a la variable. Con respecto a los criterios de exclusión, no se considerará los artículos de resumen y blog.

Para el análisis de información, se utilizará la técnica de análisis de documentos, organizando la información de las fuentes consultadas en función de las definiciones, características, sintomatología, factores predisponentes de la ansiedad.

Referente a los aspectos éticos se respetará los derechos de autor de la información seleccionada citando y referenciando cada uno de las investigaciones, en la cual su uso será exclusivamente para la investigación teórica.

Asimismo, se utilizó el programa Turnitin, donde los resultados del porcentaje de similitud obtenido fueron de “16%” (Anexo A).

## **Resultados y Discusión**

### **Factores predisponentes de la ansiedad por consecuencia de la pandemia**

Durante la pandemia surgió en la población una serie de cambios psicológicos, siendo uno de ellos el estrés y, por ende, la ansiedad, los cuales se experimentan en situaciones nuevas y percibidas como amenazantes, así como sucedió con este enigmático virus conocido como covid-19. Cada día que se interactúa con eventos estresores, la forma de actuar y de pensar va cambiando, siendo relevante enfatizar que el virus también ha afectado a nivel psicológico a quienes luchan por sobrevivir, a los que se quedan en casa durante la cuarentena, a las personas que se han visto desfavorecidos en la economía y a los que han perdido sus trabajos; bajo estas circunstancias, resulta evidente la presencia de factores estresantes en las familias, además del aislamiento social que indujo a muchos ciudadanos al incremento de síntomas ansiógenos, siendo necesario el apoyo familiar como un núcleo sólido y estable para superar los momentos difíciles (Apaza, et. al., 2020).

Además, según Rodríguez, et. al. (2020), los factores estresantes que se generan debido a la pandemia son el alargamiento de las cuarentenas, los temores de infección, frustración, aburrimiento, suministros inadecuados, información inadecuada y pérdidas financieras. Por lo cual, se demostró una alta susceptibilidad de las personas ante el surgimiento del covid-19, evidenciándose que las molestias que solían parecer normales y sin riesgos, a causa del problema comenzaron a agravarse y a percibirse como situaciones alarmantes, lo que genera un incremento de los estresores.

Es así que desde que se inició la pandemia, la población tuvo que adaptarse drásticamente a situaciones nuevas y a acatar protocolos para la supervivencia y cuidado de su salud, pues por temor al futuro de su bienestar y economía en su hogar, se desarrollaron una variedad de factores que propiciaron el incremento de la ansiedad y el estrés en la población. Se ha visto también que cada persona busca la manera más adecuada para solucionar sus problemas, algunos de ellos encuentran soluciones de forma rápida y adaptativa, pero en cambio otros ciudadanos tienden a generar hábitos desadaptativos, propiciando comportamientos y pensamientos erróneos y exagerados.

### **Ansiedad y Covid-19**

Según Rojas (2014), manifiesta que la ansiedad es una sensación negativa que el ser humano lo vivencia como una advertencia y un adelanto a negativas premoniciones, caracterizándose por ser persistente y difícil de controlar, lo cual provoca en las personas una

variedad de reacciones físicas y psicológicas. De igual forma, Cascardo y Resnik (2016), manifiestan que la ansiedad se evidencia ante situaciones de conflicto por una necesidad complicada de tomar diferentes decisiones o elegir una alternativa correcta, es por ello que las personas experimentan una serie de reacciones fisiológicas, comportamentales, emocionales y cognitivas que rigen su actuar.

De manera que, durante un suceso nuevo y amenazante los seres humanos tienden a reaccionar de manera diferente, se genera en ellos un desequilibrio en elegir la solución más correcta, pues suelen pensar demasiado si la decisión es correcta o no, además de pensar en lo que pasara en un futuro y, por consiguiente, conlleva a desencadenar una serie sintomatología tanto física como psicológica.

Asimismo, respecto al covid-19 la American Thoracic Society (2020) refiere que es una nueva forma de la enfermedad del Coronavirus la cual se debe al nuevo virus SARS-CoV2 que causa una infección aguda con síntomas respiratorios. Además, los autores Palacios, et.al. (2020), describen que los coronavirus se pueden diferenciar por 4 géneros que son el alfa, beta, delta y gama, siendo los dos primeros los más infecciosos para el ser humano, ya que generan desde un resfriado común a infecciones más graves.

Y a pesar de que el origen sigue siendo un enigma, los investigadores reconocen una estrecha similitud con los coronavirus de los murciélagos que probablemente haya sido un reservorio primario del virus, y también por la coincidencia en los informes documentados de los primeros pacientes, los cuales concurren a mercado de mariscos y animales exóticos. En cuanto a las primeras recomendaciones que declaró la OMS para la prevención del contagio fue el correcto lavado de manos, cubrirse la boca y nariz al toser y estornudar, evitar contacto con personas con síntomas de enfermedades respiratorias y el uso de mascarillas (Palacios, et.al.,2020).

De modo que, a causa de esta nueva y enigmática enfermedad, se produjo en la población diferentes reacciones ansiosas, como es la preocupación excesiva y exagerada por el cuidado de su salud tanto física como psicológica, esto se evidenció cuando las personas confundían un simple resfriado con síntomas del covid-19, ocasionando que estén alerta en todo momento; así también los pobladores comenzaron a obedecer de manera estricta los protocolos brindados por el gobierno, adaptándose a usar constantemente las mascarillas, manteniendo una correcta higiene, acatando cuarentenas y horarios establecidos para salir, aprendiendo a utilizar la tecnología como forma de socializar y mantenerse cerca de sus familiares y amigos cercanos, ya que para prevenir el riesgo de contraer la enfermedad, se restringieron las reuniones sociales.

Y a pesar de que han pasado dos años desde el primer caso de coronavirus, y las cifras de casos ha disminuido, las personas deben seguir protegiéndose, vacunándose y acatando los protocolos establecidos.

### **Factores asociados a la ansiedad**

Para Navas y Vargas (2012), existen múltiples factores que interactúan en los trastornos de ansiedad, siendo uno de los primeros el biológico o genético, que generan en el individuo una predisposición a los trastornos de ansiedad; con respecto a los factores psicosociales, juegan un papel importante en el desarrollo de la ansiedad, pues existen una variedad de estresores ya sea interpersonales, laborales o socioeconómicos, llegando a ser precipitantes, agravantes o causales del trastorno. Los factores traumáticos hacen referencia a enfrentar acontecimientos poco usuales, ya sean accidentes graves, desastres, asaltos, violaciones, los cuales suelen provocar daños biológicos cerebrales asociados a la ansiedad.

Dentro de los factores psicodinámicos explican que la respuesta de alarma ante una situación de peligro provoca adoptar medidas de defensa, las cuales si se logra canalizar con éxito desaparecerá, pero si en caso contrario no sucede, puede conllevar a presentar síntomas conversivos, fóbicos, disociativos y obsesivos compulsivos. Por último, en los factores cognitivos y conductuales, se encuentran los patrones distorsionados que generan a conductas desadaptadas y trastornos emocionales, presentando a la ansiedad como una sobrevaloración amenazante por estímulos externos, mecanismos de condicionamiento y generalización que pueden llegar a aprender o imitar respuestas ansiosas en los demás (Navas & Vargas, 2012).

Por otro lado, Sierra y Zubeidat (2006) refieren otros factores como son los familiares, haciendo mención de ciertos estilos de crianza como la sobreprotección excesiva, el control y intromisión, además del abandono, escaso contacto con situaciones sociales y modelado, que pueden generar una alta probabilidad de sufrir altos niveles de ansiedad. Así también, indican que factores psicológicos, como los sesgos de atención, memoria, juicio e interpretación, a pesar de saber que la ansiedad es considerada una emoción adaptativa para la supervivencia, a menudo la detección de amenazas y peligros es muy excesiva y exagerada, conllevando a retener información amenazante relativa a sus miedos y temores, y a realizar una evaluación negativa sobre la interpretación de sus malestares.

Existen una variedad de factores que conllevan a desarrollar conductas y pensamientos ansiosos, siendo estos difíciles y persistentes de controlar, pues las personas otorgan a estas

creencias una interpretación errónea y exagerada de lo que en verdad puede suceder, originando un malestar significativo en los individuos. Además, en el factor que engloba el ámbito familiar y social, se demuestra una gran cantidad de estresores que generan una alta probabilidad de que una persona padezca de síntomas ansiosos. Así también, se debe saber que, ante situaciones amenazantes y nuevas, la ansiedad ayuda al ser humano en su supervivencia, el problema se hace notar cuando la situación ansiógena se vuelve común y normal en la vida de las personas.

### **Descripción de síntomas de la ansiedad**

Según refiere el DSM-V, el trastorno de ansiedad generalizada se representa por una ansiedad y preocupación excesiva que se produce durante más días de los que ha estado ausente durante un mínimo de seis meses, así también, al individuo le es difícil controlar la preocupación en relación con diversos sucesos o actividades laborales o escolares; además se asocia con diferentes síntomas como es la inquietud o sensación de estar atrapado o con los nervios de punta, sensación de fatiga, irritabilidad y dificultades para concentrarse. Así también de causar un malestar clínicamente significativo o deterioro social, laboral u otras áreas importantes del funcionamiento.

De igual manera, Rodríguez (2008) describe algunos de los síntomas, de los cuales los divide en psicofisiológicos como son las cefaleas, sudoración excesiva y sequedad de la boca, mareos, vértigo, alteraciones visuales, taquicardia, sensación de calor, rubor facial. Y síntomas cognitivos de los cuales se encuentran la preocupación por situaciones que son evaluadas como amenazantes y son injustificada, intensa y constante, el miedo o temor injustificados, desproporcionados e irracionales, impresión de desorganización en sus tareas cotidianas, así también denota un bajo rendimiento, poca atención afectando en su concentración, memoria y aprendizaje.

De este modo, se puede resaltar entre ambas descripciones que los síntomas comunes que se plantean es la preocupación excesiva e incontrolable que le generan a la persona anticiparse a lo pueda suceder y por ello la presencia de diferentes síntomas físicos y cognitivos, generando un cambio de humor, fatiga, dificultad para concentrar y prestar atención en sus tareas cotidianas, lo cual se relaciona con el estudio de Carrasco (2020) que especifica que si la ansiedad de los adolescentes se incrementa, predispone a que los malos hábitos de estudio ocurran y que perjudique al adolescente.

## Conclusiones

Así como refieren los autores Apaza, Seminario y Santa-Cruz, durante la pandemia lo que ha frustrado a las personas y ha incrementado las conductas ansiosas han sido el alargamiento de las cuarentenas, temor de infectarse, el aburrimiento de estar en casa durante todo el día, recibir información inadecuada y pérdidas económicas. Afectando a cada uno de los ciudadanos de forma diferente, teniendo que adaptarse y sobrellevar la situación, cuidándose de la mejor forma, con los protocolos correspondientes.

Respecto a la definición de la variable ansiedad, el autor Rojas enfatiza que es una sensación negativa que se vivencia como una advertencia del futuro, es persistente y difícil de controlar; generando desequilibrio en la toma de decisiones de las personas lo cual conlleva a reacciones físicas y psicológicas. Por otro lado, el covid-19, es una infección aguda con síntomas respiratorios graves, tal virus causó en la población temor, preocupación intensa y reacciones ansiosas por cuidar el bienestar de su salud física y psicológica.

En relación a los factores asociados a la ansiedad, podemos resaltar la propuesta de Sierra y Zubeidat, los cuales destacan a la familia y la sociedad como entidades que pueden propiciar la ansiedad con un manejo no adecuado de la crianza de los hijos. Además, de los factores psicológicos, los cuales conllevan a malas interpretaciones de la amenaza generada, reteniendo información de los miedos haciendo que aquellos causen malestar en la persona.

Referente a los síntomas de la ansiedad, la DSM-V manifiestan de forma clara los criterios que se deben considerar para detectar una ansiedad, como es la preocupación excesiva que tiene la persona durante una situación que es considerada alarmante, es difícil de controlar y afecta de manera significativa áreas importantes del funcionamiento. Además de síntomas como la inquietud, irritabilidad, falta de concentración y sensación de fatiga.

## **Recomendaciones**

Ampliar investigaciones asociadas a los factores de la ansiedad que se han generado por la pandemia, y así también investigaciones correlacionales de los factores familiares y sociales que propician la ansiedad, con la finalidad de enriquecer y propiciar con más información a la comunidad lectora y científica.

Replicar y poner en practica el trabajo de investigación teórica para que las futuras investigaciones puedan proponer estrategias que ayuden a contrarrestar los síntomas y factores causales de la ansiedad.

## Referencias

- Apaza, C, Seminario, R. & Santa-Cruz, J. (2020). Factores psicosociales durante el confinamiento por el Covid-19 – Perú. *Revista Venezolana de Gerencia*. 25 (90) <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29063559022>
- American Thoracic Society (2020, 28 de abril). Salud del paciente. *ATS Patient Education Series*. <https://www.thoracic.org/patients/patient-resources/resources/spanish/covid-19.pdf>
- American Psychological Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed).
- Carrasco, E. (2020). *Ansiedad y hábitos de estudio en los adolescentes de una Institución Educativa de la ciudad de Lima*. [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán] Repositorio del campus USS. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/7562>
- Cascardo, E. & Resnik, P. (2016). *Ansiedad, Estrés, Pánico y Fobias*. (1ª ed). Ediciones B Argentina S.A.
- Clark, D. & Beck, A. (2021). *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad*. Desclée de Brouwer.
- Organización Mundial de la Salud (2020). Los servicios de salud mental se están viendo perturbados por la COVID-19 en la mayoría de los países, según un estudio de la OMS. <https://www.who.int/es/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>
- Rodríguez, M., Padilla, L., Jarro, I., Suárez, B. & Robel, M. (2020). Factores de riesgo asociados a depresión y ansiedad por covid-19 (SARS-Cov-2). *Journal of American Health*. 4 (1) <https://doi.org/10.37958/jah.v4i1.64>
- Rojas, E. (2014). *Como superar la ansiedad* (1ed). Editorial Planeta, S.A.
- Rodríguez, P (2008). *La ansiedad y sobreactivación* (1ed). Editorial Desclée de Brouwer, S.A.
- Sierra, J. & Zubeidat, I. (2006). Factores asociados a la ansiedad y fobia social. *Revista mal-estar e subjetividade*. 6 (2). 472-517. <https://www.redalyc.org/pdf/271/27117044008.pdf>
- Navas, W. & Vargas, M. (2012). Tratarnos de Ansiedad: Revisión dirigida para atención primaria. *Revista Médica De Costa Rica Y Centroamérica*, (604), 497-507.

Palacios, M., Santos, E., Velázquez, M. & León, M. (2020). COVID-19, una emergencia de salud pública mundial. *Revista Clínica Española*. (221), 55-61.  
<https://doi.org/10.1016/j.rce.2020.03.001>

UNESCO (2020). Promoción del bienestar socioemocional de los niños y los jóvenes durante las crisis.  
[https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000373271\\_spa?fbclid=IwAR1BBi6CoRKalki-Yi2IpussZMMzzRtHZvIdsyXyPI4D2P92-IKjLWfyOTQ](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000373271_spa?fbclid=IwAR1BBi6CoRKalki-Yi2IpussZMMzzRtHZvIdsyXyPI4D2P92-IKjLWfyOTQ)

## Anexos

## Anexo A

## Informe del Programa de Turnitin

## INFORME DE ORIGINALIDAD

16%

INDICE DE SIMILITUD

13%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

10%

TRABAJOS DEL  
ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1

[www.redalyc.org](http://www.redalyc.org)

Fuente de Internet

2%

2

[pepsic.bvsalud.org](http://pepsic.bvsalud.org)

Fuente de Internet

2%

3

Submitted to Pontificia Universidad Catolica  
del Peru

Trabajo del estudiante

1%

4

[orientacionpsicologica.es](http://orientacionpsicologica.es)

Fuente de Internet

1%

5

[blog.neuronup.com](http://blog.neuronup.com)

Fuente de Internet

1%

6

Submitted to Universidad Catolica De Cuenca

Trabajo del estudiante

1%

7

[prezi.com](http://prezi.com)

Fuente de Internet

1%

8

[psidinamia.blogspot.com](http://psidinamia.blogspot.com)

1%