









Factores de riesgo en el manejo

emocional de estudiantes universitarios de la Amazonía peruana

Risk factors in the emotional management of Peruvian Amazonian university students

-  Jimmy N. Paricahua Peralta*, Doctor en Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. E-mail: jparicahua@unamad.edu.pe
-  Edwin G. Estrada Araoz, Doctor en Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. E-mail: edwin5721@outlook.com
-  Percy A. Zevallos Pollito, Doctor en Ciencias, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. E-mail: pazpolli@unamad.edu.pe
-  Osbel Mora Estrada, Magíster en Gestión Pública, Universidad César Vallejo, Perú. E-mail: mmoraes1889@ucvvirtual.edu.pe
-  Llen A. Meza Orue, Magíster en Gestión Pública, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. E-mail: lmeza@unamad.edu.pe
-  Libertad Velásquez Giersch, Magíster en Gestión Pública, Universidad Andina del Cusco, Perú. E-mail: lvelasquezg@uandina.edu.pe
-  Miguel Ángel Puma Sacsi, Magíster em Gestión Pública, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. E-mail: pumaabg@gmail.com
-  Fredy Rolando Dueñas Linares, Doctor en Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. E-mail: fduenas@unamad.edu.pe

*Jimmy N. Paricahua Peralta. E-mail: jparicahua@unamad.edu.pe

Los autores declaramos que la investigación fue autofinanciada y no tenemos conflicto de intereses.

Received: 02/26/2021 Accepted: 05/15/2022 Published: 06/25/2022 DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.7225273>

Resumen

El estudio tuvo como objetivo establecer los niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el manejo de emociones de los estudiantes universitarios de la Amazonía peruana. Se realizó una investigación cuantitativa, descriptiva correlacional, no experimental, en base a un diseño transversal. La muestra estuvo conformada por 278 estudiantes, de los cuales 190 (68%) fueron estudiantes mujeres y 88 (32%) varones. Para la recolección de datos se utilizó las escalas DASS-21, que identifica depresión, ansiedad y estrés, asimismo, la escala Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) que mide la atención, claridad y reparación emocional en relación con el manejo de las emociones. Los resultados obtenidos muestran correlación negativa significativa, por tanto, mientras mayor sea la depresión, la ansiedad y el estrés como factores de riesgo, menor será el manejo en la atención a las emociones, la claridad emocional y la reparación emocional. Del mismo modo, los resultados revelan un gran tamaño del efecto, siendo mayor a 0,5, y la potencia estadística en todos los casos fue superior al mínimo establecido del 80%, esto representaría una propensión de los factores de riesgo al manejo de las emociones en los estudiantes universitarios.

Palabras clave: Emociones, depresión, ansiedad, estrés, reparación emocional.

Abstract

The study aimed to establish the levels of depression, anxiety, stress and their relationship with the management of emotions of university students in the Peruvian Amazon. A quantitative, descriptive correlational, non-experimental research was carried out, based on a cross-sectional design. The sample consisted of 278 students, of which 190 (68%) were female students and 88 (32%) male. To collect the information, the DASS-21 scales were used, which identify depression, anxiety and stress, as well as the Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24), which measures attention, clarity and emotional repair in relation to handling of emotions. The results obtained show a significant negative correlation, therefore, the greater the depression, anxiety and stress as risk factors, the lower the management in attention to emotions, emotional clarity and emotional repair; likewise, the results reveal a large effect size, being greater than 0.5, and the statistical power in all cases was greater than the established minimum of 80%, this would represent a propensity of the risk factors to manage emotions in the college students.

Keywords: Emotions, depression, anxiety, stress, emotional repair.

La pandemia por COVID-19 ha generado cambios en el estilo de vida, sobre todo en los estudiantes que debieron realizar sus actividades académicas de manera virtual^{1,2}. Asimismo, enfrentarse a esta nueva modalidad educativa podría haber ocasionado, en parte, problemas físicos, psicológicos o conductuales³.

El ambiente universitario es un contexto de retos, pudiendo generar la presencia de problemas de salud mental debido a las rutinas diarias, vivencias cotidianas y la capacidad de adaptación^{4,5}. Por tanto, ser estudiante universitario significaría formar parte de un grupo comprometido⁶, que implicaría responsabilidad para alcanzar las metas que se tracen⁷, enfrentarse a las exigencias académicas, al ritmo de estudio como a la intensidad en los horarios⁸.

En un primer momento las capacidades adquiridas durante el desarrollo de la vida social, así como la escolar, permitirían a los estudiantes, en la universalidad, poner a prueba su equilibrio físico, mental, como emocional ante situaciones complejas⁹. Sin embargo, enfrentarse exitosamente a las exigencias académicas, pueden generar pensamientos, emociones negativas, ansiedad, desconcentración, desorganización que complicarían, el desenvolvimiento académico como la vida personal¹⁰. La depresión, ansiedad y estrés se encuentran dentro de los problemas más comunes en la salud mental¹¹.

La depresión es un trastorno afectivo con síntomas y signos que pueden presentarse de forma aguda, episódica o recurrente, aislados o como el abatimiento persistente del humor¹². Se le considera además como un trastorno interiorizado debido a las conductas de las personas que la padecen¹³. Respecto al estrés, representa una reacción fisiológica y psicológica del organismo frente a las demandas del medio¹². Se han considerado como factores de estrés o estresores a las situaciones socio-familiares, socio-laborales o académicas, las tareas propias del desarrollo y las diversas transiciones vitales¹⁴. En cuanto a la ansiedad es una sensación de impotencia e incapacidad de enfrentarse a eventos amenazantes, caracterizada por el predominio de la tensión física¹². Cuando la activación generada es excesiva o el organismo se acelera ante estímulos que no suponen un peligro real, podría producirse alteraciones en el funcionamiento psicosocial de la persona¹⁴. De esta manera, el sujeto ante una situación de riesgo, no dispondría de recursos suficientes para afrontar el problema, o los que habría usado serían infructuosos, ocasionando que ponga en marcha estrategias de huida y no de afrontamiento¹⁵.

Estas variables asociadas a los síntomas comunes de la depresión pueden tener relación con la visión negativista, distorsiones y estándares de percepción de la realidad, con la rutina estresante, lo que implica diversas actividades académicas y de estudio, y con la carga horaria elevada de algunos cursos¹⁶. Por lo que no siempre es fácil distinguir a la depresión normal o transitoria de la considerada propiamente clínica o patológica¹⁷.

Al igual que la salud mental, la salud emocional de los estudiantes permitiría la consolidación del aprendizaje en cualquier

nivel y contexto educativo, también es un aspecto básico determinante en el desarrollo de habilidades socioemocionales necesarias para una educación integral¹⁸. Vinculándose con las metas orientadas al logro, que el individuo experimentaría cuando se aproxime a alcanzar los objetivos o los inconvenientes para lograrlos, siendo determinantes en la motivación, resiliencia o resistencia mental¹⁹.

A la actualidad existen estudios cuyos resultados indican el nivel de estrés, depresión o ansiedad en estudiantes universitarios de las carreras profesionales de áreas de la salud como de Enfermería y Medicina Humana, sin embargo, son pocas las investigaciones realizadas a estudiantes de otras áreas del conocimiento, como de las Ciencias de la Educación. Por ello, objetivo de la presente investigación fue establecer los niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el manejo de emociones de los estudiantes universitarios de la Amazonía peruana.

Materiales y métodos

Diseño

Se realizó una investigación cuantitativa descriptiva correlacional no experimental en base a un diseño transversal para obtener información acerca del nivel en el que se encuentran los estudiantes de acuerdo a las variables estudiadas.

Población y muestra

La selección de los participantes se realizó haciendo uso del muestreo probabilístico por conglomerados, seleccionado a la carrera profesional de educación con sus tres especialidades. La muestra estuvo conformada por 278 estudiantes matriculados de la carrera profesional de educación de la Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios. De ellos, 132 (47%) pertenecen a la carrera de educación inicial y especial (EIE), 92 (33%) a educación primaria e informática (EPI) y 54 (19%) a educación matemáticas y computación (EMC). En cuanto a la participación de acuerdo al género 190 (68%) fueron estudiantes mujeres, distribuidas en 118 (62%) para EIE, 53 (28%) en EPI y 19 (10%) en EMC; asimismo, 88 (32%) estudiantes fueron varones, distribuidos en 14 (16%) para EIE, 44 (50%) en EPI y 30 (34%) en EMC. Las edades de los estudiantes se distribuyeron en los intervalos de: 17 a 19 años representaron el 26.3%, 20 a 22 años el 31.6%, 23 a 25 años el 13.2%, finalmente, 26 a más años el 28.9%.

Técnica e instrumentos

La recolección de datos se realizó de manera virtual durante el mes de agosto del año 2021. Para ello se evaluó a las variables depresión, ansiedad y estrés mediante el uso de la escala DASS-21²⁰. Cada una de las tres escalas se compone de: depresión (7 ítems), ansiedad (7 ítems) y estrés (7 ítems), compuesta por una escala de 0 a 3. La consistencia interna se halló a través del coeficiente alfa de Cronbach, cuyos coeficientes fueron: depresión (0,85), ansiedad (0,72) y estrés (0,79) (Alarcón et al., 2014). En cuanto a la recolección de la información de la variable manejo de emociones, se utilizó la escala Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24), adap-

tada a la versión española²¹. Está compuesta por 24 ítems con una escala de tipo Likert en la que (1) corresponde a nada de acuerdo, (2), algo de acuerdo, (3), bastante de acuerdo, (4), muy de acuerdo y (5), totalmente de acuerdo. Mide tres dimensiones atención (8 ítems), claridad (8 ítems) y reparación emocional (8 ítems). La consistencia interna de todas las subescalas estaban todas por encima de 0,85. Fue utilizado para evaluar a estudiantes universitarios²², alcanzó el 54,5% de la varianza, la consistencia interna fue adecuada, observándose coeficientes alfa de Cronbach (entre 0,82 y 0,85) y alfa ordinal entre 0,84 y 0,88, muy buenos para las tres subescalas.

Análisis de datos

Para obtener los resultados se realizó la identificación de los descriptivos por género de cada uno de los factores y las dimensiones del manejo de las emociones. Asimismo, con la finalidad de establecer la relación entre la depresión, ansiedad y el estrés con las dimensiones del manejo emocional se aplicó la prueba de Rho de Spearman, la significancia estadística (sig.), el tamaño del efecto (p) y la potencia estadística (1-β).

Resultados y discusión

En primer lugar, se describieron los niveles relacionados con el estrés, depresión y ansiedad, que a modo de resumen se abreviaron de la siguiente manera: sin estrés (SE), estrés elevado (EM), estrés elevado (EL), estrés severo (ES) y estrés extremadamente severo (EES); sin depresión (SD), depresión leve (DL), depresión moderada (DM), depresión severa (DS) y depresión extremadamente severa (DES) y sin ansiedad (SA), ansiedad leve (AL), ansiedad moderada (AM), ansiedad severa (AS) y ansiedad extremadamente severa (AES). Asimismo, se resume, en primer lugar, en el estrés del género femenino, la suma de los casos afectados fue de 50,5%, siendo mayor a los casos no afectados 49,5%. Para el género masculino, la muestra afectada fue de 43,2%, siendo menor a la no afectada 56,8%. En segundo lugar, los casos con depresión del género femenino fue 60%, mayor a los que no la padecen (40%). En el género masculino, los casos afectados 60,2% y los casos no afectados alcanzaban el 39,8%. Por último, los casos de ansiedad en género femenino afectados representan 66,4%, superior a los que no están afectados 33,6%. En el género masculino, el 63,6% corresponde a los casos afectados y el 36,4% a los que no. Asimismo, se identificó a la depresión y a la ansiedad como los dos problemas que más afectan a los estudiantes, estando en segundo lugar el estrés.

Los resultados obtenidos se corresponden con las conclusiones obtenidas por Cuamba y Zazueta⁴, quienes determinaron que el indicador más elevado era el de la depresión con 50,9% de casos detectados, seguida de la ansiedad con 35,3% de estudiantes que tenían los síntomas relacionados con los problemas en el estado de ánimo. Asimismo, guarda relación con los hallazgos de Ticona et al.², quienes encon-

traron que un 46% de los estudiantes estaban bajo efectos de la ansiedad, el 39% tenían tendencia a la ansiedad, el 53% se ubicaban en un nivel medio de estrés. Finalmente, se coincide con el estudio realizado por Soto y Zuñiga⁸, quienes realizaron un estudio con estudiantes universitarios durante la situación crítica establecida por la pandemia por COVID-19 e identificaron que el 66% de la población padecía de depresión, el 64,1% de ansiedad y el 61,9% de estrés. Los datos expuestos brindan información necesaria para que la institución universitaria pueda implementar políticas de salud mental, así como fortalecer el monitoreo, orientación y prevención en la tutoría académica con los estudiantes en cada especialidad.

En segundo lugar, se analizó el manejo de las emociones de acuerdo a sus dimensiones. Así pues, la atención a las emociones tuvo como niveles: poca atención (PA), adecuada atención (AT) y presta demasiada atención (PDA). La dimensión claridad emocional tiene como niveles: mejorar la comprensión (MC), adecuada comprensión (AC) y excelente comprensión (EC). Por último, la dimensión reparación emocional tiene como niveles: mejorar su reparación (MR), adecuada reparación (AR) y excelente reparación (ER). Los resultados indican que el 57,4% de las estudiantes se encontraban en un nivel favorable de atención a los sentimientos, mientras que el 42,6% debían mejorar su atención. Para el caso de los estudiantes varones, el 54,6% representaban los niveles favorables y el 45,5% prestaba poca atención y debía mejorar. En la dimensión claridad emocional, el 42,1% de las estudiantes debía mejorar su comprensión, el 57,9% tenía una adecuada y excelente comprensión. En el caso de los varones, el 55,7% se encontraba en el nivel favorable y el 44,3% debía mejorar su comprensión. Por último, en lo que respecta a la capacidad de reparación emocional en las estudiantes, el 58,9% tenía una adecuada y excelente reparación, mientras que el 41,1% debía mejorar su reparación. En los estudiantes, el 53,4% tenían niveles favorables, mientras que 46,6% debía mejorar su reparación.

Los resultados descritos en el párrafo anterior podrían responder a las dificultades, limitaciones o barreras que los estudiantes pudieran haber tenido durante el estado de emergencia ocasionado por la pandemia de COVID-19. Como manifiesta Rodríguez et al.²³, el bienestar de los estudiantes podría verse mermado en la medida en que estos interpreten la reducción de sus expectativas de éxito y la percepción de eficacia, lo que haría sentirse poco capaz de mejorar cuando se obtienen malos resultados. Asimismo, los resultados son contrastables con las conclusiones de Corrales et al.²⁴, quienes reportaron que la mayor parte de la muestra presentó una percepción deficiente de sus emociones. Asimismo, el 74,2% de los estudiantes padecieron de depresión, ansiedad 63,2% y estrés 68,7%. De manera general, el 55,6% padecieron de depresión, ansiedad y estrés.

Otro resultado relevante indica que la depresión (-0,511), la ansiedad (-0,475) y el estrés (-0,492) tuvieron una correlación negativa moderada con la atención a las emociones ($p < 0,05$). En segundo lugar, la correlación de la depresión (-0,513), ansiedad (-0,518) y estrés (-0,487) con la claridad emocional fue negativa moderada ($p < 0,05$). En tercer

lugar, el estrés (-0,478), la ansiedad (-0,462) y la depresión (-0,489) tuvieron una correlación moderada negativa con la reparación emocional ($p < 0,05$). Asimismo, los resultados arrojaron un tamaño del efecto superior a 0,50 en intervalos entre 0,691 y 0,719, lo que significaría que los estudiantes que padezcan de síntomas de ansiedad, depresión o estrés se relacionarían con la atención a las emociones, la claridad emocional y la reparación emocional. Por último, la potencia estadística en todas las correlaciones corresponde 0,99, siendo superior al mínimo establecido del $1-\beta = 0,80$.

La información se corrobora con las conclusiones obtenidas por Montero et al.²⁵, quienes establecieron que la ansiedad, la depresión y el estrés se relacionaban con la inteligencia emocional ($p < 0,05$). Del mismo modo, se guarda relación con los hallazgos de Moral y Pérez²⁶, quienes determinaron que la inteligencia emocional se relacionaba y a su vez predecía los niveles de ansiedad durante el contexto de pandemia por COVID-19.

Conclusión

Los resultados obtenidos muestran correlación negativa significativa, por tanto, mientras mayor sea la depresión, la ansiedad y el estrés como factores de riesgo, menor será el manejo en la atención a las emociones, la claridad emocional y la reparación emocional. Asimismo, los resultados revelan un gran tamaño del efecto, siendo mayor a 0,5, y la potencia estadística en todos los casos es superior al mínimo establecido del 80%, esto representaría una propensión de los factores de riesgo al manejo de las emociones en los estudiantes universitarios.

Referencias

1. Estrada, E., Mamani, M., Gallegos, N., Mamani, H. & Zuloaga, M. Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. 2021. 40(1): 88-93. http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/22351
2. Ticona, M., Zela, N. & Vásquez, L. Ansiedad y estrés en la educación virtual en el periodo de emergencia sanitaria por el COVID-19. *Revista Científica de Sistemas e Informática*. 2021. 1(2): 27-37. <https://doi.org/10.51252/rcsi.v1i2.161>
3. Palacios, J., Cadenillas, V., Mayorga, J. & Uribe, I. Rumiación en la ansiedad en universitarios en tiempos de pandemia. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. 2022. 41(1): 45-51. <http://doi.org/10.5281/zenodo.6371217>
4. Cuamba, N. & Zazueta, N. Salud mental, habilidades de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicumex*. 2020. 10(2): 71-94. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v10i2.351>
5. Mena, P. & Vaca, G. Síndrome de Burnout en docentes de la Facultad de Ciencias Médicas UNIANDÉS. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. 2022. 41(1): 13-17. <http://doi.org/10.5281/zenodo.6370084>
6. Suárez, M. Juventud de los estudiantes universitarios. *Revista*

de la Educación Superior. 2018. 46(184): 39-54. <https://doi.org/10.1016/j.resu.2017.12.001>

7. Naigeboren, M., Caram, G., Gil, M. y Bordier, M. ¿Qué significa ser estudiante universitario? representaciones de los alumnos de ciencias de la educación de la UNT. Buenos Aires: Universidad de Buenos Aires; 2013.
8. Soto, I. & Zuñiga, A. Depresión, ansiedad y estrés de universitarios en tiempos de COVID-19: Uso de escala DASS-21. *Espíritu Emprendedor TES*. 2021. 5(3): 45-61. <https://doi.org/10.33970/eetes.v5.n3.2021.263>
9. Paricahua, J., Lazo, T., Quispe, W., Quispe, M. & Mora, O. Estado emocional de estudiantes universitarios con enfermedades respiratorias durante la pandemia por coronavirus. *Revista Información Científica*. 2021. 100(6): e3592. <http://www.revinfocientifica.sld.cu/index.php/ric/article/view/3592>
10. González, L. Estrés académico en estudiantes universitarios asociado a la pandemia por COVID-19. *Espacio I+D, Innovación más Desarrollo*. 2020. 9(25): 158-179. <https://doi.org/10.31644/IMASD.25.2020.a10>
11. Quezada, M. Factores asociados a trastornos psicológicos en estudiantes de medicina. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*. 2017. 17(4): 92-101. <https://doi.org/10.25176/RFMH.v17.n4.1217>
12. Consuegra, N. *Diccionario de Psicología*. Bogotá: ECOE Ediciones, 2010.
13. Díaz, V., Rivera, J., Toledo, P., Pozo, G., Ortega, A., Rendón, J., Ocampo, A. & Mayorga, S. Ansiedad y depresión en pacientes diabéticos durante la pandemia de COVID-19. 2020. 12(1): 11-21. <http://doi.org/10.5281/zenodo.4379332>
14. González, R. & Montoya, I. *Psicología clínica infanto-juvenil*. Madrid: Ediciones Pirámide; 2014.
15. Álvarez, M., Reyes, A., Carrión, L., Villa, A., Arriciaga, A., Pores, K., Aguilar, M. & Pérez, A. Prevalencia de hipertensión arterial y correlación con los factores de riesgo psicosociales en el personal administrativo de una institución de Machala-Ecuador. *Revista Latinoamericana de Hipertensión*. 2020. 15(2): 112-117. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4074349>
16. Ortiz, M. *Psicopatología clínica*. Adaptado al DSM-5. Madrid: Ediciones Pirámide; 2019.
17. Bresolin J., Dalmolin G., Vasconcellos S., Barlem E., Andolhe R. & Magnago T. Síntomas depresivos en estudiantes universitarios del área de la salud. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*. 2020. 28: e3239. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.3210.3239>
18. Smith, M. *Las emociones de los estudiantes y su impacto en el aprendizaje, Aulas emocionalmente positivas*. Madrid: Narcea S.A. de Ediciones; 2019.
19. Fernández, A. Estudiantes, emociones, salud mental y pandemia. *Revista Andina de Educación*. 2020. 4(1): 23-29. <https://doi.org/10.32719/26312816.2021.4.1.3>
20. Lovibond, P. & Lovibond, S. The structure of negative emotional states: comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*. 1995. 33(3): 335-343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-u](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-u)
21. Fernandez, P., Extremera, N. & Ramos, N. Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports*. 2004. 94(3): 751-755. <https://doi.org/10.1016/j.resu.2017.12.001>

22. González, R., Custodio, J. & Abal, F. Propiedades psicométricas del Trait Meta-Mood Scale-24 en estudiantes universitarios argentinos. *Psicogente*. 2020. 23(44): 1-26. <https://doi.org/10.17081/psico.23.44.3469>
23. Rodríguez, S., Piñeiro, I., Regueiro, B., Estévez, I., Valle, A. & Núñez, J. Bienestar emocional de los estudiantes universitarios: el papel de la orientación a metas y las percepciones de control. *PUBLICACIONES*. 2018. 48(1): 173-181. <https://doi.org/10.30827/publicaciones.v48i1.7324>
24. Corrales, I., Villegas, J., Carranza, R. & Mamani, O. Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes cubanos de Estomatología durante el rebrote de la COVID-19. *Revista Cubana de Medicina Militar*. 2022. 51(1): e02201720. <http://www.revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/1720/1239>
25. Montero, B., López, J. & Higareda, J. Inteligencia emocional, ansiedad y depresión en estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19. *Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*. 2022. 11(26): 146-174. <https://revistapsicologia.uaemex.mx/article/view/19075>
26. Moral R. & Pérez, C. Inteligencia emocional y ansiedad en tiempos de pandemia: Un estudio sobre sus relaciones en jóvenes adultos. *Ansiedad y Estrés*. 2022. 28(2): 122-130. <https://doi.org/10.5093/anyes2022a14>