

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 1 de 92

INSTRUCTIVO: El siguiente formato es para ser registrado en este, el Documento Consolidado de PAT Colectivo que da evidencia del ejercicio investigativo desarrollado por el colectivo (docentes y estudiantes) del nivel de formación (semestre o año).

En esta consideración el documento consolidado de PAT Colectivo debe contener:

Portada

1. Ficha de Identificación

Facultad: Ciencias de la salud		Colectivo Docente		Asignatura
Programa: Enfermería				
Semestre:	3er semestre	Periodo académico:	IIP 2024	
		1.Nedsy Tatiana González Cifuentes.		1.Habilidades de la comunicación.
		2.Pedro Isaac León Julio.		2.Ingles
		3.Sandra Lorena Vallejo Arias.		3.Vida universitaria.
		4.Camen Inés Martínez Ruiz.		4.Promocion y protección en salud.
		5.Yolima Manrique Anaya.		5.Procesos de enfermería.
Docente Orientador del seminario				
Claudeth María Romero Castro				
Título del PAT Colectivo				
Nivel de ansiedad y factores predisponentes en adolescentes de una institución educativa. Cartagena, 2024.				
Núcleo Problémico				
¿Cuál es el nivel de ansiedad y los factores predisponentes, que tienen los adolescentes de una institución educativa en Cartagena, 2024?				
Línea de Investigación				
Medio ambiente y comunidad (cuidado de enfermería a grupos humanos, familia y persona).				

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 2 de 92

2. Informe del Proyecto Académico de Trabajo Colectivo (PAT Colectivo)

- Resumen/Abstract – Palabras Claves/Keywords
- Descripción del Problema
- Justificación
- Objetivos
- Marco Teórico o Referente Teórico
- Metodología
- Consideraciones éticas y de propiedad intelectual
- Resultados (análisis y discusión)
- Conclusiones y Recomendaciones
- Bibliografía

3. Aporte del PAT Colectivo al DHS (Desarrollo Humano Sostenible)

4. Aportes puntuales del PAT Colectivo al plan de estudios del programa académico

5. Impacto del PAT Colectivo en la producción del Programa. De acuerdo con la apreciación del Colectivo Docente, indique como valor agregado, si desde el PAT Colectivo desarrollado entre otros: a) se generará un artículo, o una presentación en evento (divulgación), b) se derivará un trabajo de grado, o una intervención comunitaria; c) se convertirá en insumo para Investigación estricta.

Nota: Adjuntar la lista de estudiantes participantes en el desarrollo del PAT Colectivo.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 3 de 92

- Resumen

Introducción: En la actualidad, la ansiedad se ha convertido en un fenómeno creciente entre los adolescentes, siendo reconocida como una de las principales preocupaciones de salud mental a nivel mundial. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que aproximadamente el 10-20% de los adolescentes sufren de trastornos de ansiedad como lo son el miedo, la preocupación de manera intensa y a su vez la tensión física u otros síntomas conductuales. **Objetivo:** Nivel de ansiedad y factores predisponentes en adolescentes de una institución educativa, Cartagena, 2024. **Materiales y Métodos:** Cuantitativo, descriptivo y transversal, la población en estudio fue 199 Jóvenes y adolescentes con rango de edad entre los 11 Y 18 años de edad el cual se empleó el instrumento sobre aspectos sociodemográficos, Apgar y la escala DASS-21 **Resultados:** Se evidencio que el 22% de los encuestados no podían sentir ningún sentimiento positivo, y solo el 3% siempre tienden a sentir sentimientos negativos, la población estuvo comprendida principalmente por adolescente entre 11 a 18 años, con un igual porcentaje de 25% en cuanto al sexo. se evidencio que los encuestados con un 51.3% usa las redes sociales y celular entre 1 a 4 horas, en cuanto a la falta de sueño un 71.4% duerme de 7 a 12 horas. **Conclusión:** La mayoría de los encuestados son jóvenes que se encuentran en un ambiente familiar y académico favorable. Sin embargo, algunos presentan señales de estrés leve o intermitente, lo que podría ser indicativo de presiones propias de la edad o del entorno académico. Estos resultados podrían señalar la necesidad de estrategias de bienestar emocional y manejo de estrés dentro de sus entornos.

Palabras claves: Salud mental, Adolescentes, Educación, Factores de riesgo, Bienestar.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 4 de 92

- Abstract

INTRODUCTION: Nowadays, anxiety has become a growing phenomenon among adolescents, recognized as one of the main mental health concerns worldwide. According to the World Health Organization (WHO), approximately 10-20% of adolescents suffer from anxiety disorders, which include intense fear, worry, physical tension, and other behavioral symptoms. **OBJECTIVE:** To assess the level of anxiety and predisposing factors in adolescents from an educational institution in Cartagena, 2024. **MATERIALS AND METHODS:** Quantitative, descriptive, cross-sectional study. The study population consisted of 199 young people and adolescents aged between 11 and 18 years. Instruments used included sociodemographic aspects, APGAR scale, and other scales. **RESULTS:** It was found that 22% of respondents could not feel any positive emotions, while only 3% always tended to feel negative emotions. The population was mainly comprised of adolescents aged 11 to 18, with an equal percentage of 25% for each gender. Additionally, 51.3% of respondents used social media and cell phones for 1 to 4 hours, and 71.4% reported sleeping between 7 and 12 hours. **CONCLUSION:** Most respondents are young people in a favorable family and academic environment. However, some show signs of mild or intermittent stress, possibly indicating pressures related to age or academic environment. These results suggest a need for emotional well-being and stress management strategies within their environments

Keywords: Mental health, Adolescents, Education, Risk factors, Well-being

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 5 de 92

- **Introducción**

La organización Mundial de la Salud (OMS), define la ansiedad como una respuesta normal a una amenaza o situación de estrés psicológico, caracterizada por una sensación de miedo y tensión que cumple una función vital en la supervivencia. Sin embargo, cuando la ansiedad se presenta de manera excesiva, frecuente o persistente, puede convertirse en un trastorno que interfiere en la vida cotidiana de las personas. En la adolescencia, este trastorno puede ser particularmente perjudicial, ya que puede afectar el desarrollo emocional y social, el rendimiento académico y las relaciones interpersonales. Es fundamental comprender los factores que contribuyen a la ansiedad en este grupo etario para implementar estrategias de prevención y tratamiento efectivas [1].

No obstante, este estudio se centra en identificar los niveles de ansiedad y los factores predisponentes en adolescentes de una institución educativa en Cartagena, con el objetivo de proporcionar información valiosa para el desarrollo de programas y políticas que aborden esta problemática. Al analizar los síntomas, frecuencia y severidad de la ansiedad, así como los factores sociales, familiares, académicos y personales que la predisponen, este estudio busca contribuir al bienestar integral de los adolescentes en esta región [1].

Por lo tanto, es fundamental identificar y abordar los factores de riesgo que pueden llevar a los adolescentes a desarrollar trastornos de ansiedad. Una formación adecuada permitirá la detección precoz y la intervención oportuna, garantizando que los jóvenes reciban la atención necesaria desde una etapa temprana. Los adolescentes enfrentan múltiples elementos de estrés, como presiones académicas y expectativas sociales, que pueden afectar su desarrollo personal, social y académico. Fomentar un entorno seguro y de apoyo es crucial, así como la colaboración entre profesionales de la salud, educadores y padres. Invertir en esta capacitación y en redes de apoyo puede marcar una diferencia significativa en la vida de los adolescentes, promoviendo su bienestar emocional y preparándolos para enfrentar los desafíos de la vida con resiliencia [2].

A nivel internacional, La ansiedad en adolescentes escolarizados en Lima, Perú, es un problema complejo que afecta su bienestar psicológico y rendimiento académico,

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 6 de 92

manifestándose en inquietud, dificultades de concentración y bajo desempeño. Un estudio preliminar muestra una correlación significativa entre la ansiedad y la capacidad de adaptación conductual, con un 96% de probabilidad de que la ansiedad influya negativamente en esta. Los factores personales explican el 66% de la variabilidad en los niveles de ansiedad, mientras que los factores familiares contribuyen en un 33%, lo que indica que tanto aspectos individuales como familiares son clave en el desarrollo de la ansiedad [3].

Por otra parte, un estudio en Soledad, Atlántico, Colombia, revela que un 27% de los adolescentes presenta niveles graves de ansiedad, mientras que el 20% y el 16% reportan niveles leves y moderados, respectivamente. Además, el 52% ha sufrido bullying, lo que agrava su estado emocional [4].

Así mismo, En Bolívar, el 45,5% de los adolescentes enfrenta trastornos afectivos, con un 35% de casos de ansiedad y depresión. Estos datos destacan la necesidad urgente de abordar los factores de riesgo familiares y sociales, y de investigar medidas protectoras que mitiguen estos problemas [5].

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 7 de 92

- Descripción del Problema

En la actualidad, la ansiedad se ha convertido en un fenómeno creciente entre los adolescentes, siendo reconocida como una de las principales preocupaciones de salud mental a nivel mundial. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que aproximadamente el 10-20% de los adolescentes sufren de trastornos de ansiedad como lo son el miedo, la preocupación de manera intensa y a su vez la tensión física u otros síntomas conductuales. Es así, como existen algunos obstáculos que impiden su atención oportuna y temprana, entre esos están: la concientización de que este es una afección de salud que puede ser tratada, la falta de inversión en los servicios de salud mental y la ausencia de capacitación para atender y orientar a las personas que la padecen. Es por esto que es importante que el personal educativo y profesional de enfermería conozcan e identifiquen los factores que conllevan a padecer estas afecciones en la población adolescente [6]. Por lo tanto, a nivel mundial se calcula que un 4% de la población padece actualmente un trastorno de ansiedad. En el año 2019, se logró evidenciar que 301.000.000 de personas en el mundo tenían un trastorno de ansiedad, siendo uno de los más comunes en la población adolescente [6].

Por consiguiente, en el ámbito internacional en Lima Perú, la ansiedad en adolescentes escolarizados se presenta como un problema complejo que impacta considerablemente su bienestar psicológico y su capacidad para enfrentar las demandas de la vida diaria. En el entorno educativo, esta ansiedad se refleja en síntomas como la inquietud, dificultades de concentración y una disminución en el rendimiento académico. El estudio de este fenómeno es esencial, ya que sus repercusiones abarcan tanto el desarrollo emocional como la integración social y familiar de los adolescentes. Así mismo, los hallazgos preliminares evidencian una correlación significativa entre los niveles de ansiedad y la capacidad de adaptación conductual, con un 96% de probabilidad de que la ansiedad afecte dicha adaptación. Además, se encontró que los factores personales explican el 66% de la variabilidad en los niveles de ansiedad, mientras que los factores familiares

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 8 de 92

contribuyen en un 33%. Esto sugiere que tanto los aspectos individuales como los del entorno familiar son determinantes en el desarrollo de estas afecciones [7].

Así mismo en Colombia, en una institución educativa del municipio de soledad atlántico, realizaron una investigación usando un método mixto, la muestra fue de 56 estudiantes del grado 10, los resultados obtenidos con un 54% los adolescentes viven en un familia nuclear, el 50% y 55% afirma que sus padres alcanzaron la educación primaria básica, un 41% dice tener una relación buena con sus padres, el 38% confirma presencia de enfermedades mentales en sus familias y el 52% ha sufrido bullying alguna vez en la escuela. En relación a la ansiedad, los niveles de ansiedad grave fueron de 27%, leve 20% y moderada 16% [8]

No obstante, en el departamento de Bolívar, en un estudio realizado en una institución educativa de la ciudad de Cartagena, se evidencio que el 45,5% de los adolescentes presenta trastornos afectivos, destacando la depresión y la ansiedad en un 35%. Aunque estos problemas son cada vez más frecuentes en jóvenes de entre 11 y 18 años, generan una creciente preocupación entre los profesionales de la salud, ya que afectan negativamente el desarrollo de la personalidad y la conducta en la edad adulta. Por ello, es fundamental identificar y abordar de manera urgente los factores de riesgo a nivel familiar y social, además de fomentar la investigación sobre factores protectores. De esta forma, se busca prevenir y tratar estos trastornos de manera integral y oportuna, mejorando la calidad de vida de los niños y adolescentes en riesgo, especialmente aquellos provenientes de familias disfuncionales [9].

Lo anterior nos permitió generar la siguiente pregunta problema:

PREGUNTA PROBLEMA

¿Cuál es el nivel de ansiedad y los factores predisponentes, que tienen los adolescentes de una institución educativa en Cartagena, 2024?

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 9 de 92

- **Justificación**

La propuesta de investigación es relevante y oportuna, ya que aborda un creciente problema de salud pública relacionado con la ansiedad en adolescentes. Este estudio busca contribuir a la mejora de la salud mental de esta población al identificar los niveles de ansiedad a nivel local, lo que es fundamental para fomentar la atención oportuna y la concientización sobre este trastorno. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se estima que el 4% de la población mundial padece ansiedad, pero solo una de cada cuatro personas recibe el tratamiento necesario [10].

Por lo tanto, es fundamental que el personal de enfermería esté capacitado para identificar y abordar los factores de riesgo que pueden llevar a los adolescentes a desarrollar trastornos de ansiedad. Una formación adecuada permitirá la detección precoz y la intervención oportuna, garantizando que los jóvenes reciban la atención necesaria desde una etapa temprana. Los adolescentes enfrentan múltiples factores de estrés, como presiones académicas y expectativas sociales, que pueden afectar su desarrollo personal, social y académico. Fomentar un entorno seguro y de apoyo es crucial, así como la colaboración entre profesionales de la salud, educadores y padres. Invertir en esta capacitación y en redes de apoyo puede marcar una diferencia significativa en la vida de los adolescentes, promoviendo su bienestar emocional y preparándolos para enfrentar los desafíos de la vida con resiliencia.

Así mismo, este estudio no solo busca mejorar la calidad de vida de los adolescentes afectados por la ansiedad, sino que también representa una inversión en la salud futura de nuestra sociedad. A medida que se avanza en la comprensión del trastorno, es fundamental continuar investigando los factores que impactan a esta población juvenil para desarrollar intervenciones y estrategias de prevención más efectivas. La atención a la ansiedad en jóvenes adolescentes es un componente clave para su bienestar personal y para el desarrollo saludable de nuestra comunidad.

De este modo, se verán beneficiados con esta investigación los siguientes segmentos:

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 10 de 92

- Los adolescentes de la institución educativa: Este grupo podría experimentar mejoras significativas en su salud mental al identificar y abordar los niveles de ansiedad que enfrentan. La investigación permitirá revelar los factores de riesgo asociados a la ansiedad y, en consecuencia, facilitará la implementación de estrategias de intervención adecuadas para mejorar su bienestar emocional.
- El programa de Enfermería: Este estudio representará una oportunidad para que los estudiantes de enfermería adquieran experiencia práctica en el manejo de problemas de salud mental. Al involucrarse en esta investigación, podrán desarrollar habilidades para identificar y tratar la ansiedad, asegurando que estén preparados para enfrentar las demandas del cuidado en salud mental.
- Los investigadores y autores del estudio: Desarrollar este proyecto representa un reto significativo y una valiosa oportunidad para profundizar en un tema crítico que afecta a los adolescentes. Para comprender mejor la ansiedad y sus implicaciones, podrán proponer medidas concretas que beneficien tanto a la población estudiada como a otras comunidades similares.
- La CURN: En primer lugar, la universidad se verá beneficiada, ya que este estudio aportará nuevos conocimientos que enriquecerán la investigación científica en el ámbito de la salud mental adolescente. Asimismo, los hallazgos obtenidos podrán servir como punto de partida para futuras investigaciones en este campo, lo que contribuirá al desarrollo de programas educativos y preventivos más efectivos. De este modo, la universidad consolidará su compromiso con la generación de conocimiento relevante y aplicable en el contexto educativo y social.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 11 de 92

- **Objetivos**

General

- ✓ Determinar el Nivel de ansiedad y factores predisponentes en adolescentes de una institución educativa, Cartagena, 2024.

Específicos

- ✓ Caracterizar socio demográficamente a los adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena.
- ✓ Establecer el nivel de ansiedad de los adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena mediante la escala Dass-21 y el instrumento de Apgar familiar.
- ✓ Identificar los factores que influyen en la ansiedad de los adolescentes, teniendo en cuenta las variables académicas, familiares y sociales

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 12 de 92

- Marco Teórico o Referente Teórico

La presente sección del documento tiene como objetivo detallar los marcos que sustentan la investigación. Se inicia con una revisión de estudios previos que sirven como referencia para el tema, abarcando contribuciones a nivel internacional, nacional y local. Posteriormente, se analizan los elementos teóricos que respaldan el problema de investigación. A continuación, se examinan los aspectos legales relacionados con el tema. Finalmente, se presenta el marco conceptual, donde se exponen de manera breve pero clara los términos esenciales para comprender el estudio.

Antecedentes

✓ **Internacionales**

Título: Ansiedad rasgo - estado y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Norte

Autor(es): Amaro bravo

Año de publicación: 2020

Ámbito geográfico: Lima - Perú

Resumen: Determinar la relación entre la ansiedad rasgo – estado y la adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario en una Institución educativa del distrito de San Martín de Porres. **Materiales y métodos:** el estudio es de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, de alcance correlacional y corte transversal. La población fue de 174 estudiantes de 3ro a 5to año del nivel secundaria Los instrumentos utilizados fueron, el inventario de ansiedad rasgo - estado (IDARE) y el Inventario de adaptación de conducta (IAC). El análisis estadístico fue a través del programa Stata 14 y se hizo uso de la prueba de Chi-Cuadrado para la prueba de hipótesis. **Resultado:** se aprecia una relación indirecta en el aumento de los niveles de la adaptación de conducta y la disminución de la ansiedad estado ($p=0.039$) y la ansiedad rasgo ($p=0.000$) en los adolescentes evaluados. Asimismo, la edad promedio del estudiante y el grado de instrucción secundaria de la madre ($p=0.020$), se relacionan a la adaptación de conducta. **Conclusión:** se puede concluir, que existe un desequilibrio en las actitudes y el accionar del comportamiento, mostrando cierta inseguridad y preocupación ante cambios en el estado emocional, se relacionan a sentimientos de tensión, nerviosismo y preocupación o

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 13 de 92

en algunos casos amenazantes, considerados en el sujeto como una ansiedad rasgo y estado [11].

Análisis: El estudio investiga la relación entre la ansiedad rasgo-estado y la adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa del distrito de San Martín de Porres. Los resultados muestran una relación indirecta entre la ansiedad y la adaptación de conducta, así como la influencia de la edad y el grado de instrucción de la madre en la adaptación de conducta.

Título: Relación de depresión y ansiedad con rendimiento académico en estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria de las instituciones educativas. Nuestra señora de la Asunción y Fermín targuís, 2019

Autor(es): Olga Palacios

Año de publicación: 2021

Ámbito geográfico: Perú

Resumen: La ansiedad es un trastorno mental que impacta gravemente la productividad y la salud, especialmente en adolescentes escolares, quienes son altamente vulnerables a estas patologías. Este estudio, realizado en estudiantes de 3° a 5° de secundaria de los colegios Nuestra Señora de la Asunción y Fermín Tanguis entre julio y septiembre de 2019, analizó la relación entre la ansiedad, la depresión y el bajo rendimiento académico. Se utilizó un diseño observacional analítico-transversal con una muestra de 214 estudiantes, aplicando la Escala de Zung para medir la ansiedad y la Escala Autoaplicada de Depresión. Los resultados mostraron que la ansiedad se asocia significativamente con el bajo rendimiento, especialmente en los estudiantes de 4° de secundaria (RPa=1.97, IC: 1.29-3.03, p=0.002), mientras que no se encontró una relación significativa con la depresión. En conclusión, la ansiedad se relaciona con el bajo rendimiento escolar en este grupo, a diferencia de la depresión, que no mostró un impacto estadísticamente relevante. [12].

Análisis: Este estudio muestra que la ansiedad, más que la depresión, está asociada con el bajo rendimiento escolar en adolescentes, especialmente en 4° de secundaria. La metodología es sólida y refuerza la importancia de tratar la ansiedad en entornos escolares.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 14 de 92

Título: Anxiety among urban, semi-urban and rural school adolescents in Dhaka, Bangladesh: Investigating prevalence and associated factors

Autor(es): Afifa Anjum, Sahadat Hossain, M. Tasdik Hasan, et.al

Año de publicación: 2022

Ámbito geográfico: Bangladesh

Resumen: Anxiety disorder is one of the emerging public health problems in many low- and middle-income countries (LMICs). Likewise, in Bangladesh, a growing number of adolescents are experiencing such symptoms though we have very limited research evidence available. The purpose of this study was to investigate the prevalence of anxiety and the factors associated with this condition among urban, semi-urban, and rural school adolescents in Bangladesh [13].

Análisis: Los trastornos de ansiedad son un problema creciente de salud pública en los países de ingresos bajos y medios, incluyendo Bangladesh, donde muchos adolescentes se ven afectados. Sin embargo, la investigación sobre este tema es limitada. Este estudio tuvo como objetivo evaluar la prevalencia de la ansiedad y sus factores asociados entre adolescentes en áreas urbanas, semiurbanas y rurales de Bangladesh, destacando la necesidad de más investigaciones para apoyar las intervenciones en salud mental para este grupo vulnerable.

Título: Ansiedad social en la adolescencia: un estudio transectorial entre Francia y España

Autor(es): Beatriz D, Manuel T, María Carmen Monteagudo, et.al.

Año de publicación: 2022

Ámbito geográfico: Francia y España

Resumen: La adolescencia es una etapa que supone nuevas demandas de interacción social que llevan a algunos jóvenes a experimentar ansiedad social y limitar su desarrollo. Este estudio transnacional surge como necesidad de entender si existen diferencias culturales en la prevalencia de la ansiedad social en los adolescentes. El estudio tiene como objetivo analizar las manifestaciones de la ansiedad social en adolescentes franceses y españoles teniendo en cuenta el sexo. Para ello, se administró la Escala de Ansiedad Social para Adolescentes (SAS-A) a 2.533 estudiantes de Educación Secundaria españoles y franceses de 11 a 18 años (Medad= 14, 36, DT= 1,

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 15 de 92

65 España; Medad= 14, 45, DT= 1, 88 Francia). Se encontró una prevalencia de ansiedad social del 25, 5% en los adolescentes franceses y del 29, 7% en los españoles. Los adolescentes franceses manifestaban más miedo a la evaluación negativa, mientras que los españoles evitaban más situaciones sociales, si bien las diferencias variaban en función del sexo. Así, las chicas españolas, en comparación con las chicas francesas, mostraban menos miedo a la evaluación negativa y más evitación social y angustia en general, y los chicos españoles, respecto a los chicos franceses, presentaban más malestar y evitación ante situaciones sociales. Los resultados resaltan la importancia de abordar la ansiedad social en los adolescentes, teniendo en cuenta los aspectos diferenciales por cultura y sexo, para diseñar intervenciones eficaces que desarrollen las habilidades sociales y promuevan el bienestar emocional [14].

Análisis: El estudio compara la ansiedad social en adolescentes franceses y españoles, encontrando que es más frecuente en España (29,7%) que en Francia (25,5%). Los franceses tienen más miedo a la evaluación negativa, mientras que los españoles evitan más situaciones sociales, con diferencias según el sexo. Estos hallazgos subrayan la necesidad de intervenciones adaptadas a la cultura y género para mejorar el bienestar emocional de los adolescentes

✓ Nacionales

Título: Ansiedad en adolescentes del colegio los centauros de la ciudad de Villavicencio

Autor(es): Liliana C, Jhira F, Claudia

Año de publicación: 2022

Ámbito geográfico: Colombia

Resumen: La ansiedad es uno de los trastornos más prevalentes en la actualidad a nivel nacional e internacional, afectando a la sociedad en diferentes ámbitos de la vida cotidiana como: social, laboral, educativo, familiar y personal, siendo este último el más importante, ya que esta afectación puede llevar al individuo a cambios anímicos, de pensamientos, comportamentales y provocando malestar a nivel corporal. Con esta investigación se quiere lograr el evaluar la ansiedad en adolescentes estudiantes de una institución educativa de Villavicencio, Meta, Colombia, abordando el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo STAIC, el cual está encaminado en evaluar la variable de ansiedad en niños y adolescentes a partir de dos aspectos (Estado-Rasgo), a través de

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 16 de 92

40 ítems, existiendo 20 ítems para cada escala (Estado-Rasgo); la muestra estuvo conformada por 39 adolescentes de ambos sexos con edades comprendidas entre 12 a 15 años. Los resultados recolectados muestran que los adolescentes del colegio Los Centauros presentan una Ansiedad Estado en un nivel medio; mientras que la Ansiedad Rasgo, la media de los participantes se encuentra en un nivel alto. Por ende, es recomendable realizar programas o campañas a la promoción de la Salud Mental y prevención a los trastornos de Ansiedad [15].

Análisis: La ansiedad es un trastorno frecuente que afecta diversas áreas de la vida. En adolescentes, puede generar cambios emocionales y físicos. Según Chacón et al. (2021), es una respuesta normal a situaciones amenazantes, pero cuando es constante, requiere evaluación. Este estudio en adolescentes de Villavicencio aplicó el Cuestionario STAIC, que mide ansiedad en dos dimensiones: Estado y Rasgo. Con 39 participantes de 12 a 15 años, los resultados mostraron niveles medios en Ansiedad Estado y altos en Ansiedad Rasgo, lo que indica la necesidad de promover la salud mental y prevenir trastornos de ansiedad.

Título: Niveles de ansiedad en estudiantes del grado 11 de una Institución Educativa.

Autor(es): Silvia Ávila, Ruth Carrillo, Jissel Guarín

Año de publicación: 2021

Ámbito geográfico: Bucaramanga- Colombia

Resumen: La ansiedad es un estado de agitación, ocasionando malestar físico, emocional y psicológico, afectando en gran manera el desempeño de las actividades académicas. Los adolescentes están en un constante desarrollo, lo cual es de relevancia el tratar el tema de la ansiedad y sus síntomas. Esta investigación es de tipo descriptivo con enfoque cuantitativo, con el objetivo de evaluar los niveles de ansiedad de los estudiantes del grado 11 del Instituto Tecnológico “Eloy Valenzuela” de Bucaramanga. Para esto, se utilizó el Inventario de Ansiedad de Beck, cuyo propósito es valorar los síntomas somáticos de la ansiedad. La población fueron 115 estudiantes del grado once y en los resultados encontrados se identificó que el 19,13% presentan niveles mínimos de ansiedad, el 27,83% presentan niveles mínimos, el 26,95% niveles moderados y el 26,09% niveles graves de ansiedad. De esta forma se refleja la necesidad de generar estrategias para mitigar los factores encontrados [16].

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 17 de 92

Análisis: La ansiedad afecta el desempeño académico de los adolescentes, especialmente durante su desarrollo. Esta investigación descriptiva, con enfoque cuantitativo, evaluó los niveles de ansiedad en 115 estudiantes de grado 11 del Instituto Tecnológico “Eloy Valenzuela” de Bucaramanga, utilizando el Inventario de Ansiedad de Beck. Los resultados mostraron que el 19,13% tiene niveles mínimos de ansiedad, el 27,83% niveles leves, el 26,95% niveles moderados y el 26,09% niveles graves. Estos datos subrayan la urgencia de crear estrategias para reducir la ansiedad en los estudiantes.

Título: Síntomas de ansiedad, factores sociodemográficos y familiares en adolescentes escolarizados de la institución educativa Alfonso Palacio Rudas, sede principal Ibagué Tolima en el año 2021, en la modalidad educación virtual.

Autor(es): Alexandra Idárraga, Johanna Liz, Juan Sánchez.

Año de publicación: 2022

Ámbito geográfico: Colombia

Resumen: En Colombia la población adolescente puede presentar algún trastorno de ansiedad durante esta etapa de sus vidas, algo que resulta preocupante ya que se ha evidenciado un aumento de dicha problemática durante los últimos años y que a su vez según se revelan las cifras no se cuenta con diagnósticos tempranos, que permitan una atención adecuada y oportuna. El objetivo de la presente investigación fue identificar los factores sociodemográficos, familiares y su posible relación con síntomas de ansiedad en adolescentes escolarizados de la Institución Educativa Alfonso Palacio Rudas Sede Principal de Ibagué Tolima en la modalidad de educación virtual en el año 2021. La Metodología estuvo compuesta por un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo y corte transversal retrospectivo. La muestra del estudio estuvo constituida por 118 estudiantes, pero debido a que se presentó la novedad de que un estudiante no aceptó participar en el estudio y 12 participantes se excluyeron por tener diagnóstico previo de ansiedad, se redujo la cantidad de la muestra a 105 estudiantes, 54 hombres y 51 mujeres, con edades comprendidas entre los 12 y 15 años. Las conclusiones a las que se pudo llegar es que los factores predominantes en el rango alto para la prueba psicométrica aplicada en los estudiantes de la Institución Educativa Alfonso Palacio Rudas, Sede Principal de Ibagué fueron: la preocupación, somatización y la evitación. Las mujeres fueron quienes

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 18 de 92

más presentaron evitación, además de un alto grado de somatización y de ira en comparación con los hombres. Por otra parte, los estudiantes de 15 años de edad son quienes más reportan evitación y somatización como manifestaciones de ansiedad [17].

Análisis: Se presenta una investigación clara y bien estructurada sobre la ansiedad en adolescentes. Los resultados son relevantes y sugieren implicaciones importantes para la prevención y atención temprana. Sin embargo, se requiere una mayor profundidad en la discusión y análisis de los hallazgos.

Título: Frecuencia de conductas autolesivas y factores asociados en adolescentes escolarizados de Manizales Colombia

Autor(es): Sandra C, José J, Katherine N, María F, et.al

Año de publicación: 2021

Resumen: esta investigación pretende determinar la frecuencia de conductas autolesivas en una muestra de estudiantes de un colegio de Manizales (Caldas, Colombia). En las últimas dos décadas las conductas autolesivas han aumentado significativamente en la población adolescente. **Materiales y métodos:** se empleó una muestra por conveniencia de 58 estudiantes (de una población de 538). Se cuantificaron variables demográficas, la frecuencia de conductas autolesivas, factores de riesgo, y se cuantificaron mediante escalas la satisfacción familiar, ansiedad y depresión y acoso escolar (bullying). **Resultados:** se encontró que una proporción de 22,4% presentaban conductas autolesivas (auto corte, auto golpearse, auto arañarse, intoxicación, arrancarse el cabello, auto quemarse), 10,3% consumo de sustancias psicoactivas, 36,4% consumo de bebidas alcohólicas, 50% probable ansiedad, 56,9% probable depresión. 66,95% de satisfacción familiar. Como factores asociados a autolesiones se encontraron ansiedad, depresión, orientación sexual, consumo de sustancias psicoactivas, bebidas alcohólicas e intento de suicidio en los últimos dos años. **Conclusiones:** la prevalencia de conductas autolesivas y los factores asociados a estas conductas en esta población es similar a lo reportado en el país y en el mundo, situación que llama

la atención, más si se tiene en cuenta que es un importante predictor de suicidio; por tanto, es urgente que las autoridades competentes de la ciudad desarrollen e implementen intervenciones educativas dirigidas a reducir los factores de riesgo de CA, y así, contribuir a la disminución potencial de las tasas de suicidio en Manizales [18]

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 19 de 92

Análisis: Esta investigación aporta datos empíricos relevantes al proporcionar una prevalencia del 22,4% de estas conductas, así como la identificación de factores de riesgo asociados, como la ansiedad (50%) y la depresión (56,9%). Estos hallazgos permiten contextualizar la magnitud del problema y sugieren que las conductas autolesivas son un fenómeno global, similar a lo reportado en otras poblaciones. Además, enfatiza la urgencia de implementar intervenciones educativas para reducir los factores de riesgo, lo que resalta la importancia de abordar este tema desde una perspectiva de salud pública y puede servir como base para abogar por políticas específicas en tu trabajo.

✓ Locales

Título: Salud mental y acoso escolar en una muestra de adolescentes de una institución educativa pública de Cartagena

Autor(es): Escamilla S, Zuley A, Figueroa B, Leidy L

Año de publicación: 2023

Ámbito geográfico: Cartagena

Resumen: Este estudio busca determinar la prevalencia y la correlación de las características de salud mental [depresión, estrés y ansiedad] en los estudiantes, que han sido víctimas y agresores de acoso escolar en una institución educativa pública de Cartagena, en una población adolescente entre los grados 7° y 8°. El acoso escolar se manifiesta frecuentemente con importantes repercusiones negativas en el desarrollo social, emocional y académico de los involucrados. Entre estas consecuencias se puede encontrar estas variables. Se llevó a cabo una revisión con la finalidad de integrar los resultados que se han reportado acerca de la relación entre el acoso escolar, depresión, ansiedad y estrés, así como las variables que influyen en esta relación. Los estudios analizados aportan evidencia que confirman la presencia de estos trastornos en adolescentes involucrados en situaciones de acoso escolar, aunque esta no se manifiesta en todos los casos identificados [19].

Análisis: Este estudio no solo aporta evidencia empírica sobre la prevalencia y correlación entre el acoso escolar y trastornos mentales como la ansiedad, sino que también proporciona un marco comprensivo para entender cómo estas dinámicas se manifiestan en el entorno escolar. Al documentar la relación entre el acoso escolar y

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 20 de 92

problemas de salud mental, el estudio se convierte en un recurso fundamental para investigadores y educadores

Título: Análisis de la relación entre la conducta de bullying y las funciones ejecutivas en niños y adolescentes escolarizados.

Autor(es): Pedro Vázquez, Karol Gutiérrez; Jully Fernández, et.al

Año de publicación: 2020

Ámbito geográfico: Cartagena

Resumen: Si bien es conocida la existencia de asociaciones significativas entre las Funciones Ejecutivas (FFEE) y la agresión, el papel de las FFEE en el contexto del acoso escolar o bullying rara vez se ha examinado en poblaciones de la Región Caribe de Colombia. El estudio tiene como objetivo analizar la relación existente entre el bullying y las FFEE de niños y adolescentes residentes en la ciudad colombiana de Cartagena. La muestra estuvo conformada por 181 estudiantes de tres colegios quienes fueron evaluados mediante la escala abreviada del Cuestionario de Intimidación Escolar (CIE-A) y la Evaluación conductual de las Funciones Ejecutivas BRIEF-2. Los resultados evidenciaron asociación entre varios subfactores de los dos instrumentos, lo que sugiere que indicadores clínicos de disfunción ejecutiva, principalmente en los componentes de regulación conductual y emocional, estarían asociados a mayores niveles de intimidación escolar y sintomatología relacionada con el bullying. Se discuten las implicaciones educativas de estos hallazgos. Palabras clave: bullying; violencia escolar; funciones ejecutivas; neuropsicología; psicología de la educación [20].

Análisis: Este estudio explora la relación entre las Funciones Ejecutivas [FFEE] y el bullying en estudiantes de Cartagena, una población poco investigada en este contexto. Con una muestra de 181 estudiantes, encontrando que disfunciones ejecutivas, especialmente en la regulación conductual y emocional, se asocian a mayores niveles de intimidación escolar.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 21 de 92

Generalidades

Salud Mental

La salud mental se define como un estado de bienestar en el que una persona es capaz de reconocer sus propias habilidades, enfrentar las tensiones normales de la vida, trabajar de manera productiva y contribuir a su comunidad. Es un concepto integral que no solo implica la ausencia de enfermedades mentales, sino también un equilibrio entre los aspectos emocionales, psicológicos y sociales de la vida. La salud mental influye en la forma en que las personas piensan, sienten y actúan en su día a día, y afecta la capacidad para relacionarse con los demás, tomar decisiones y gestionar el estrés [21].

Los ejes fundamentales de la salud mental incluyen:

- **Prevención:** Se refiere a las medidas y estrategias orientadas a evitar la aparición de trastornos mentales, lo que incluye intervenciones en la niñez y la adolescencia, ya que estas son etapas cruciales para el desarrollo psicológico [22].
- **Tratamiento:** Este eje implica el diagnóstico adecuado y el acceso a tratamientos eficaces para quienes ya padecen trastornos mentales. Esto puede incluir terapias psicológicas, apoyo psiquiátrico, y en algunos casos, medicación [22].
- **Promoción del bienestar mental:** Fomentar entornos saludables, tanto en el hogar como en la comunidad, que promuevan el bienestar emocional [22].

Adolescencia

La adolescencia es la etapa de la vida que abarca desde los 10 hasta los 19 años, según la Organización Mundial de la Salud (OMS). Este periodo es clave en el desarrollo humano, ya que está marcado por profundos cambios físicos, emocionales, cognitivos y sociales que preparan a la persona para la transición hacia la adultez. La adolescencia no solo involucra el crecimiento biológico, sino también la construcción de la identidad personal, el establecimiento de relaciones interpersonales significativas y la búsqueda de independencia [23].

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 22 de 92

La adolescencia puede dividirse en tres etapas:

- **Adolescencia temprana (10-13 años):** Durante esta fase, los cambios físicos, como el inicio de la pubertad, son más evidentes. Los adolescentes comienzan a desarrollar una mayor conciencia de sí mismos y pueden experimentar inseguridades relacionadas con su imagen corporal [24].
- **Adolescencia media (14-16 años):** Esta etapa está marcada por un aumento en la búsqueda de autonomía, así como por el desarrollo de la identidad individual. Las relaciones con los amigos adquieren un mayor significado y los adolescentes suelen involucrarse más en actividades sociales [24].
- **Adolescencia tardía (17-19 años):** En esta última fase, los adolescentes se preparan para la transición a la vida adulta. Es un periodo en el que buscan definir sus objetivos a largo plazo, tomar decisiones más autónomas y desarrollar una identidad más consolidada [24].

Ansiedad

La ansiedad, según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, Quinta Edición (DSM-5), se caracteriza por un miedo o preocupación desproporcionados e inapropiados al nivel de desarrollo del individuo, especialmente en relación con la separación de las personas a las que está emocionalmente vinculado. Esta condición se manifiesta a través de al menos tres de las siguientes situaciones:

- Malestar intenso y recurrente ante la anticipación o experiencia de separación del hogar o de las figuras de apego [25].
- Preocupaciones persistentes sobre la posible pérdida de estas figuras o el temor a que sufran daño, enfermedad o incluso muerte [25].
- Ansiedad constante sobre eventos adversos que podrían provocar la separación, como perderse, ser secuestrado, tener un accidente o enfermarse [25].
- Resistencia o rechazo a salir de casa, asistir a la escuela o ir a otros lugares debido al miedo a la separación [25].
- Miedo persistente o resistencia a estar solo o sin las figuras de apego en casa u otros entornos [25].

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 23 de 92

- Rechazo constante para dormir fuera del hogar o a hacerlo sin la presencia de una figura cercana [25].
- Pesadillas recurrentes relacionadas con la separación [25].
- Quejas frecuentes de síntomas físicos (como dolores de cabeza, estómago, náuseas o vómitos) cuando se anticipa o se experimenta una separación [25].

Causas de la ansiedad

Las causas de los trastornos de ansiedad son complejas y multifactoriales. Pueden manifestarse de manera inmediata, desencadenar otras condiciones, o incluso no generar un trastorno de ansiedad a menos que se presenten en combinación con otros factores [26].

Entre las causas más comunes se encuentran:

- Estrés ambiental: situaciones difíciles como problemas laborales, conflictos de pareja o tensiones familiares pueden contribuir al desarrollo de trastornos de ansiedad [26].
- Predisposición genética: las personas con antecedentes familiares de trastornos de ansiedad tienen una mayor probabilidad de experimentar estos problemas [26].
- Factores médicos: síntomas de otras enfermedades, efectos secundarios de medicamentos, o el estrés derivado de cirugías complicadas o recuperaciones prolongadas pueden ser detonantes [26].
- Química cerebral: muchos trastornos de ansiedad están vinculados a desequilibrios en las hormonas y señales eléctricas del cerebro, lo que altera el funcionamiento emocional y cognitivo [26].
- Abstinencia de sustancias: dejar de consumir ciertas drogas puede intensificar otros factores que desencadenan la ansiedad, agravando su impacto [26].

Existen varios tipos de ansiedad, cada uno con características específicas:

- Trastorno de ansiedad generalizada (TAG): Se caracteriza por una preocupación excesiva y crónica sobre diversos aspectos de la vida, como el trabajo, la salud o las relaciones personales. Las personas con TAG suelen anticipar desastres y pueden tener dificultades para controlar esta preocupación [27].

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 24 de 92

- Trastorno de pánico: Involucra episodios recurrentes de ataques de pánico, que son repentinos e intensos, acompañados de síntomas físicos como palpitaciones, sudoración, temblores y dificultad para respirar. Los ataques de pánico suelen estar acompañados de miedo a perder el control o a morir [27].
- Fobias específicas: Son miedos intensos e irracionales hacia objetos o situaciones particulares, como alturas, animales o volar en avión. Las fobias suelen llevar a la evitación de estas situaciones, limitando la vida cotidiana [27].

Síntomas de la Ansiedad

La ansiedad y la angustia son síntomas comunes que llevan a las personas a buscar atención médica. A menudo, estos síntomas son inespecíficos y pueden manifestarse de manera somática. Los síntomas físicos pueden incluir:

- Síntomas físicos y vegetativos: sudoración, sequedad de boca, mareos e inestabilidad [28].
- Síntomas neuromusculares: temblores, tensión muscular, cefaleas y parestesias [28].
- Síntomas cardiovasculares: palpitaciones, taquicardias y dolor en el pecho [28].
- Síntomas respiratorios: dificultad para respirar (disnea) [28]
- Síntomas digestivos: náuseas, vómitos, indigestión, diarrea y estreñimiento [28].
- Síntomas genitourinarios: micción frecuente y problemas relacionados con la esfera sexual [28].

En cuanto a los síntomas psicológicos, se pueden observar:

- Preocupación y aprensión constante.
- Sensación de agobio.
- Miedo a perder el control o a la muerte.
- Dificultades para concentrarse.
- Irritabilidad, inquietud y desasosiego.
- Conductas de evitación.
- Inhibición o bloqueo psicomotor.
- Obsesiones o compulsiones.

Estos síntomas pueden variar en intensidad y duración, afectando significativamente la calidad de vida del individuo [28].

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 25 de 92

Ansiedad en la Adolescencia

La ansiedad en la adolescencia es un fenómeno común, dado que los jóvenes enfrentan múltiples desafíos durante esta etapa de desarrollo. Los cambios físicos y emocionales, junto con las expectativas académicas, familiares y sociales, pueden generar altos niveles de estrés y ansiedad en los adolescentes. Si bien la ansiedad en niveles bajos puede ser una respuesta adaptativa al entorno, cuando se vuelve constante o debilitante, puede interferir con el rendimiento académico, las relaciones sociales y el bienestar emocional [29].

La adolescencia es una etapa vulnerable para el desarrollo de trastornos de ansiedad, ya que los adolescentes están en un proceso de formación de su identidad y enfrentan presiones tanto internas como externas que pueden resultar abrumadoras [29].

Factores asociados a la ansiedad en adolescentes

La ansiedad en los adolescentes está influenciada por una variedad de factores que pueden ser ambientales, académicos, sociales y familiares [30].

- **Factores académicos**

Las expectativas sobre el rendimiento académico, la presión para obtener buenas calificaciones y el temor a no cumplir con las metas escolares son fuentes comunes de ansiedad en los adolescentes. El ambiente competitivo en las escuelas y la preparación para exámenes importantes pueden generar niveles altos de estrés, especialmente en aquellos estudiantes que se sienten presionados por su familia o por sus propios estándares [30].

- **Factores sociales**

Las relaciones interpersonales juegan un papel crucial en la vida de los adolescentes. La presión de grupo, el deseo de ser aceptado y las experiencias negativas, como el acoso escolar [bullying], son factores sociales que pueden desencadenar o agravar la ansiedad. Las redes sociales también tienen un impacto significativo en la salud mental de los adolescentes, ya que pueden fomentar comparaciones negativas y aumentar los sentimientos de insuficiencia [30].

- **Factores familiares**

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 26 de 92

El entorno familiar influye de manera directa en el bienestar emocional de los adolescentes. Conflictos familiares, falta de apoyo emocional, problemas económicos o la separación de los padres pueden ser desencadenantes de ansiedad. Además, los adolescentes que perciben altas expectativas o críticas constantes por parte de sus familiares suelen experimentar niveles más elevados de estrés. Un entorno familiar estable y emocionalmente seguro es fundamental para reducir la probabilidad de que los adolescentes desarrollen trastornos de ansiedad [30].

Tratamiento farmacológico de la ansiedad

Los antidepresivos son recomendados como tratamiento a largo plazo para los trastornos de ansiedad. La elección del fármaco depende del perfil clínico de cada paciente, incluyendo sus comorbilidades, efectos secundarios, tratamientos previos, tolerabilidad, posibles embarazos, y las preferencias personales, además de aspectos como la coste-efectividad [31].

- Inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina (ISRS)

Los ISRS, como la fluoxetina, paroxetina, sertralina, citalopram, escitalopram y fluvoxamina, son el tratamiento de primera línea para el trastorno de ansiedad generalizada. Actúan potenciando la serotonina en el cerebro, mejorando el estado de ánimo, disminuyendo la preocupación excesiva y facilitando la concentración. Aunque son eficaces, no actúan de forma inmediata y pueden tardar varias semanas en mostrar resultados. Se recomienda su uso cuando la ansiedad afecta de forma significativa la vida diaria y los tratamientos no farmacológicos, como la psicoterapia, no han sido suficientes. El tratamiento con ISRS suele ser de largo plazo, generalmente de 6 meses a un año [31].

- Inhibidores de la recaptación de serotonina y noradrenalina (IRSN)

Los IRSN, como venlafaxina, duloxetina y desvenlafaxina, funcionan de manera similar a los antidepresivos tricíclicos, pero son más selectivos y tienen menos efectos adversos. Aunque presentan menor tolerabilidad y más interrupciones del tratamiento que los ISRS, no hay diferencias significativas en términos de eficacia o seguridad [31].

- Antidepresivos tricíclicos (ADT)

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 27 de 92

Antiguamente muy utilizados, los ADT, como amitriptilina, clomipramina e Imipramina, son menos comunes hoy en día debido a sus efectos secundarios y su perfil de seguridad más desfavorable. Aunque siguen siendo efectivos, su uso se limita a ciertos casos por el riesgo de acumulación en los tejidos y numerosas interacciones con otros medicamentos [31].

Otros antidepresivos

- Mirtazapina: Tiene un fuerte efecto antihistamínico y sedante debido a su acción antagonista de los receptores adrenérgicos alfa-2.
- Inhibidores de la monoamino-oxidasa (IMAO): Se usan raramente hoy en día por sus múltiples efectos adversos.
- Trazodona: Con efecto antihistamínico y sedante, se utiliza principalmente en combinación con otros medicamentos.
- Bupropión: Inhibe la recaptación de dopamina y noradrenalina.
- Agomelatina: Utilizada en pacientes con depresión mayor y trastornos del sueño.
- Reboxetina: Se usa para el trastorno depresivo mayor y de manera off-label para el trastorno de pánico o el déficit de atención.
- Vortioxetina: Es un fármaco multimodal que tiene efectos antidepresivos y ansiolíticos, pero su relevancia clínica aún no está clara.

Cada uno de estos antidepresivos tiene un perfil de seguridad y eficacia diferente, y su selección depende de las necesidades específicas del paciente [31].

Tratamiento no farmacológico de la ansiedad

El tratamiento de la ansiedad abarca diversas intervenciones terapéuticas que buscan no solo mitigar los síntomas, sino también abordar las causas profundas que los originan. Desde enfoques como la entrevista motivacional hasta la implementación de técnicas de psicoterapia, relajación y cambios en el estilo de vida, las estrategias disponibles permiten una atención integral del paciente. Este abanico de opciones es especialmente útil cuando se adaptan a las necesidades individuales, promoviendo tanto el bienestar psicológico como físico del paciente [32].

- Entrevista motivacional

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 28 de 92

La entrevista clínica juega un rol fundamental no solo en la recolección de información, sino también en la creación de un vínculo que favorece la efectividad de las intervenciones terapéuticas. A través de un enfoque empático y de escucha activa, este tipo de entrevistas ayuda al paciente a descubrir sus propios recursos para afrontar la ansiedad. Mediante preguntas abiertas y reflexivas, se fomenta la expresión de sentimientos y se refuerzan afirmaciones automotivadoras que promueven el cambio. Esta técnica ha demostrado su eficacia en la reducción de la ansiedad y el aumento de la autoeficacia [32].

- Psicoeducación
- La psicoeducación proporciona información clara sobre la ansiedad, sus características y estrategias de manejo, tanto al paciente como a su entorno. Esto incrementa la sensación de control y reduce la incertidumbre, ya que tanto el paciente como su entorno aprenden a identificar y gestionar los síntomas. La psicoeducación puede incluir tareas para el hogar, como el registro de los síntomas, lo que fomenta una mayor autonomía en el control de la ansiedad [32].

- Psicoterapias

El acceso a psicoterapia, especialmente en atención primaria, abre nuevas posibilidades para el manejo de la ansiedad. La terapia cognitivo-conductual (TCC) se centra en identificar pensamientos automáticos negativos y entrenar al paciente para gestionarlos de manera efectiva, mientras que la terapia breve refuerza las estrategias de afrontamiento personal a través de intervenciones directas y prácticas. Ambas han mostrado resultados positivos en la reducción de la ansiedad a corto y largo plazo [32].

- Mindfulness

La atención plena, o mindfulness, es una práctica de origen budista que ha demostrado ser eficaz en la reducción de los síntomas de ansiedad. Esta técnica se enfoca en aceptar las emociones y pensamientos sin juzgarlos ni intentar modificarlos, lo que promueve una mayor regulación emocional y reduce los marcadores fisiológicos de ansiedad [32].

- Técnicas de relajación y ejercicio

Las técnicas de relajación, como la relajación muscular progresiva, y el ejercicio físico regular se han revelado como herramientas valiosas en la gestión de la ansiedad. El

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 29 de 92

ejercicio, en particular, tiene un impacto positivo en la autoestima y la liberación de endorfinas, lo que mejora el estado de ánimo y disminuye la ansiedad [32].

- **Enfoque biopsicosocial**

El abordaje biopsicosocial de la ansiedad considera no solo los factores biológicos, sino también los psicológicos y sociales que influyen en la aparición de este trastorno. Este enfoque integral permite un tratamiento más completo y personalizado, abarcando desde intervenciones farmacológicas hasta terapias cognitivas y modificaciones en el estilo de vida [32].

En conjunto, estas técnicas e intervenciones, desde la entrevista motivacional hasta las modificaciones en los hábitos cotidianos, conforman un enfoque multidimensional que aboga por la comprensión y el tratamiento eficaz de la ansiedad en diferentes contextos [32].

Prevención de la ansiedad

Existen diversas maneras de enfrentar y manejar la ansiedad, dependiendo de su intensidad y los síntomas presentes. Estas pueden abordarse a nivel individual o con ayuda profesional [33].

Métodos individuales: La ansiedad es común hoy en día, por lo que es crucial saber prevenirla o gestionarla adecuadamente. Algunas estrategias incluyen:

- **Dieta saludable:** Mantener una alimentación balanceada mejora la salud mental, mientras que el consumo de probióticos y alimentos fermentados puede prevenir trastornos como la ansiedad [33].
- **Reducir cafeína:** El consumo excesivo de cafeína puede agravar la ansiedad y provocar insomnio, aumentando el nerviosismo y la agitación [33].
- **Evitar alcohol:** Aunque el alcohol puede dar una falsa sensación de alivio, a largo plazo incrementa los niveles de ansiedad y puede generar dependencia [33].
- **Ejercicio físico:** Realizar actividad física mejora el estado emocional, fomenta el sueño de calidad y alivia la ansiedad. Sin embargo, el ejercicio competitivo puede aumentar la tensión y el estrés [33].
- **Respiración diafragmática lenta:** Las respiraciones profundas ayudan a reducir la ansiedad, relajando el cuerpo y mejorando el bienestar [33].

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 30 de 92

- Diálogo positivo: Reemplazar el diálogo interno negativo con pensamientos positivos ayuda a reducir la ansiedad [33].
- No evadir las sensaciones: Aceptar las emociones en lugar de evitarlas facilita una mejor gestión de la ansiedad [33].

Además, es importante mantener relaciones sociales de confianza, ya que el apoyo emocional ayuda a lidiar con este trastorno.

Intervención con expertos: En casos más graves, se recomienda acudir a un profesional de salud mental. Los psicólogos ayudan mediante terapias y técnicas que promueven cambios en la conducta, mientras que los psiquiatras pueden diagnosticar y recetar tratamientos farmacológicos cuando sea necesario. Por otro lado, los pedagogos diseñan programas educativos para prevenir y manejar la ansiedad desde una perspectiva formativa [33].

✓ **Marco legal**

Código de Infancia y Adolescencia

Establece un marco legal para proteger los derechos de los niños, niñas y adolescentes, haciendo énfasis en su bienestar psicosocial. Este marco resalta la importancia de crear ambientes seguros en las instituciones educativas, promoviendo tanto la salud mental como el desarrollo integral de los menores. Asimismo, exige que las escuelas adopten medidas preventivas ante situaciones que puedan afectar el bienestar de los estudiantes, como el acoso escolar y la violencia [34].

Ley 1616 de 2013

Conocida como la Ley de Salud Mental en Colombia, garantiza el derecho de todos los ciudadanos al acceso a servicios de salud mental. Esta ley prioriza la atención integral y la prevención de trastornos mentales, con especial atención a la ansiedad en niños y adolescentes. Destaca la necesidad de intervenciones tempranas que aseguren una atención adecuada en los ámbitos escolares y comunitarios, promoviendo un enfoque integral que abarque la prevención, tratamiento y rehabilitación de los trastornos mentales, y asegurando el respeto de los derechos humanos de quienes los padecen [35].

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 31 de 92

Ley 1620 de 2013

Se orienta a garantizar un ambiente escolar seguro y libre de acoso. Esta normativa fomenta el bienestar psicosocial de los adolescentes, estableciendo mecanismos para prevenir situaciones que afecten su salud mental, como el bullying. Asimismo, impulsa la creación de un entorno educativo basado en el respeto y la convivencia pacífica, lo que contribuye a la prevención de problemas emocionales y psicológicos, incluyendo la ansiedad. Las instituciones educativas tienen la obligación de implementar políticas y programas que promuevan un ambiente seguro y saludable para todos los estudiantes [36].

Política Nacional de Salud Mental (Resolución 4886 de 2018) que, en coherencia con la Política de Atención Integral en Salud, el enfoque promocional de calidad de vida y las directrices de Atención Primaria en Salud, busca “promover la salud mental como elemento integral de la garantía del derecho a la salud de todas las personas, familias y comunidades, entendidos como sujetos individuales y colectivos, para el desarrollo integral y la reducción de riesgos asociados a los problemas y trastornos mentales, el suicidio, las violencias interpersonales y la epilepsia [37].

El CONPES de Salud Mental (3992) cuyo objetivo es “promover la salud mental de la población colombiana a través del fortalecimiento de entornos sociales, el desarrollo de capacidades individuales y colectivas, el incremento de la coordinación intersectorial y el mejoramiento de la atención en salud mental, con el fin de reducir la incidencia de problemas o trastornos mentales, el consumo de sustancias psicoactivas y las violencias [38].

Ley 2383 de 2024

La presente ley tiene como fin promover de manera transversal la educación socioemocional de los niños, niñas y adolescentes en los centros e instituciones educativas de los niveles preescolar, primaria, básica y media del país, dentro de un marco de desarrollo integral [39].

Plan Decenal de Salud Pública 2022-2031

Este tiene entre sus principales objetivos la promoción de la salud mental y la prevención de trastornos emocionales en la población colombiana. En este marco, se desarrollan

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 32 de 92

estrategias específicas enfocadas en la prevención de la ansiedad en adolescentes. El plan busca fomentar un entorno educativo saludable y libre de riesgos psicosociales, garantizando que las instituciones educativas cuenten con los recursos y programas necesarios para abordar las necesidades emocionales y psicológicas de los estudiantes. Esta iniciativa promueve la colaboración intersectorial para asegurar el bienestar integral de los jóvenes tanto en los entornos educativos como sociales [40].

✓ **Marco conceptual**

Adolescencia: Es un periodo de transición entre la niñez y la adultez, marcado por cambios biológicos, psicológicos y sociales. Este proceso implica una búsqueda de identidad y autonomía, lo que puede generar conflictos internos y externos que incrementen el riesgo de padecer ansiedad [41].

Salud mental en adolescencia: Se refiere al estado de bienestar en el cual los adolescentes son capaces de realizar sus actividades cotidianas, gestionar el estrés de manera efectiva y contribuir positivamente a su entorno. La ansiedad es uno de los principales trastornos mentales que afecta esta etapa de la vida, y su impacto puede ser profundo si no se aborda de manera oportuna [42].

Ansiedad: Es una emoción caracterizada por sentimientos de preocupación, nerviosismo o temor ante situaciones inciertas o estresantes. En adolescentes, puede estar relacionada con la presión académica, las relaciones interpersonales y las expectativas familiares o sociales [43].

Factores: Son elementos que influyen en un resultado o situación, actuando como causas de cambios o transformaciones. Su comprensión es fundamental en diversas disciplinas, ya que permiten analizar y descomponer situaciones complejas en partes más simples [44].

Factores predisponentes: Condiciones o circunstancias personales, sociales o ambientales que aumentan la probabilidad de que una persona desarrolle unos trastornos, como la ansiedad [45].

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 33 de 92

Predisposición: Tendencia o vulnerabilidad, ya sea genética, ambiental o psicológica, que predispone a una persona a experimentar ansiedad u otros problemas de salud mental [46]

- Metodología

Naturaleza de la investigación

La investigación es de tipo cuantitativo.

Tipos de estudio

La investigación propuesta es:

Descriptiva

Debido a que es un estudio delimitado que se basa en medir la presencia, características y distribuciones más relevantes de un problema de salud, en este caso los niveles de ansiedad y factores predisponentes en adolescentes [47]

De corte transversal

Porque es un estudio que se realiza en un momento determinado del tiempo, de manera instantánea, en base a la realidad que viven las personas que participan en él [48].

Población

Correspondió a 408 estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena (Colombia).

Calculadora de muestra

Nivel de confianza: 95% 99%

Margen de Error:

Población:

Tamaño de Muestra:

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 34 de 92

Tipo de muestreo

Esta investigación utiliza un muestreo que corresponde a 408 adolescentes escolarizados en el rango de edad de los 11-19 años que conforman el universo de estudio.

Criterios de la muestra

Criterios de inclusión

- Ser adolescente escolarizado de la institución educativa en estudio.
- Estar en el rango de edad de los 11 a los 19 años.
- Pertenecer a los grados 6° a 11° grado.

Criterios de exclusión

- Falta de consentimiento informado
- Falta de interés en el estudio
- Limitaciones cognitivas
- Estudiantes escolarizados de primaria de la institución.

Técnicas de recolección

Primaria

Encuestas realizadas en adolescentes en rango de edad de 11-19 años en una institución educativa

Secundaria

Artículos de revistas científicas, libros, informes, manuales y guías en las que se analizan aspectos relacionados con el nivel de ansiedad en adolescentes de una institución educativa.

Apgar familiar

DASS-21

Instrumentos

Se evaluaron dos secciones para dar cumplimiento con los objetivos:

1. Caracterizar socio-demográficamente a la población de estudio
2. Conocer los factores y niveles predisponentes de ansiedad en adolescentes

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 35 de 92

Recolección y procesamiento de la información

La información será recolectada a través de la aplicación de encuestas en una institución educativa de la ciudad de Cartagena de indias, se realiza una visita al lugar destinado para la recolección de la información, diligenciando el instrumento con los estudiantes. Cuando se haya diligenciado una cantidad de encuestas equivalente al tamaño de la muestra se detendrá la recolección. Posteriormente al proceso de recolección se realizará la tabulación de las encuestas y se dará paso al procedimiento de análisis de los datos y finalmente se elaborarán las conclusiones de acuerdo con los resultados y se cerrará la investigación.

Análisis de la información

Se realizará con el uso de las estadísticas descriptivas, tales como medidas de tendencia central (media, moda, mediana), también se recurrirá al cálculo de porcentajes, razones y proporciones, la matriz de datos en Excel será clave para el desarrollo de este punto, permitiendo analizar el comportamiento de la variable en estudio de acuerdo a las respuestas obtenidas en la aplicación del cuestionario sobre nivel de ansiedad en adolescentes escolarizado.

Presentación de los datos

Los datos se presentarán en tablas simples, gráficas de barras, de pastel, entre otras, en cuanto la forma de medida de la variable (nominal, ordinal y razón) lo permita. Así mismo, se darán a conocer las respectivas descripciones y análisis de los datos a manera de texto. Con posterioridad dichos resultados serán objeto de discusión, para lo cual se compararán con hallazgos de otros estudios, de este modo se contextualizarán y comentarán.

Divulgación de la información

Se llevará a cabo el día de la sustentación y presentación del PAT Colectivo institucional en el cual se efectuará una presentación en diapositivas, acompañada de una ponencia. Sumado a esto, los resultados de esta investigación serán divulgados en congresos y seminarios nacionales de investigación por parte de los estudiantes semilleristas del programa de enfermería.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 36 de 92

- Consideraciones éticas y de propiedad intelectual

En la investigación actual, se tomarán en cuenta los elementos éticos descritos en la Resolución 008430 de 1993, junto con otros principios presentes en la Declaración de Helsinki y el informe Belmont. Dado que, según esta Resolución, la investigación se clasifica como de riesgo mínimo, no se realizarán intervenciones que modifiquen las variables morales y sociales de los participantes. Sin embargo, las preguntas del instrumento podrían generar sensibilidad en los estudiantes. En consecuencia, se aplicará un examen voluntario y gratuito a adolescentes de una institución educativa en Cartagena. Para ello, se contará con un consentimiento informado, en el que se explicarán los objetivos propuestos, los aspectos evaluados, así como posibles molestias y riesgos esperados.

Por otro lado, se aclarará que los participantes no recibirán beneficios económicos, aunque sí contarán con la posibilidad de resolver cualquier duda que surja y la libertad de retirarse del estudio en cualquier momento si así lo consideran. En este sentido, y teniendo en cuenta la Declaración de Helsinki, la investigación se fundamenta en un conocimiento profundo de la literatura científica pertinente. Además, se realizará únicamente por personas con calificaciones científicas y éticas. La información obtenida se manejará de manera privada, tomándose todas las precauciones razonables para proteger la dignidad de los participantes. Asimismo, se garantizará la privacidad de la información personal y se minimizará cualquier efecto negativo sobre el bienestar físico, mental y social de los mismos.

Para la aprobación de esta investigación, será necesario someterla a revisión en la Universitaria de Rafael Núñez y posteriormente al comité de ética de la institución de educación superior correspondiente. Los principios éticos que rigen esta investigación se basan en la beneficencia y la no maleficencia, priorizando siempre la protección de la vida, dignidad e integridad de los participantes. Así, se asegura la confidencialidad de la información suministrada, que se codificará con un serial para identificar a cada participante, manteniéndose únicamente en conocimiento de los investigadores. En los casos donde los participantes sean menores de edad, se requerirá la autorización del

 <p>UNINÚÑEZ Corporación Universitaria Rafael Núñez Vigilada por el Ministerio de Educación</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 37 de 92

representante legal y de la institución, así como el Consentimiento Informado de los adolescentes que participen en el estudio. 49

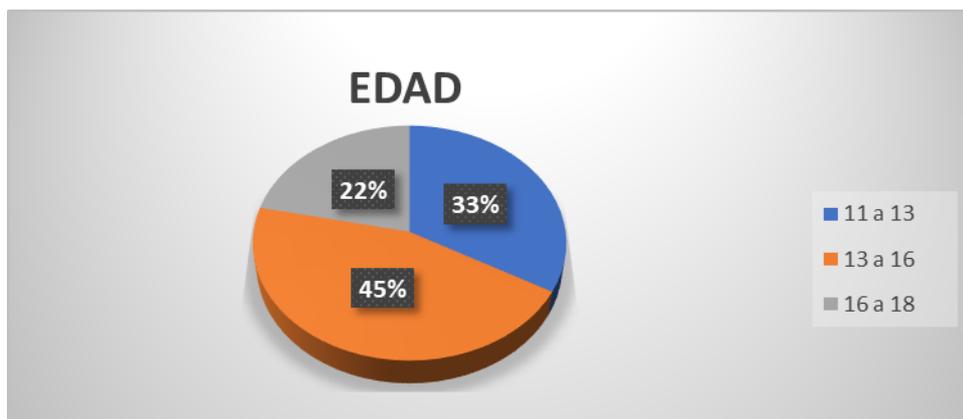
	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 38 de 92

- Resultados (análisis y discusión)

Aspectos sociodemográficos

TABLA 1. EDAD

Ítems	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
11 a 13	66	33%
13 a 16	90	45%
16 a 18	43	22%



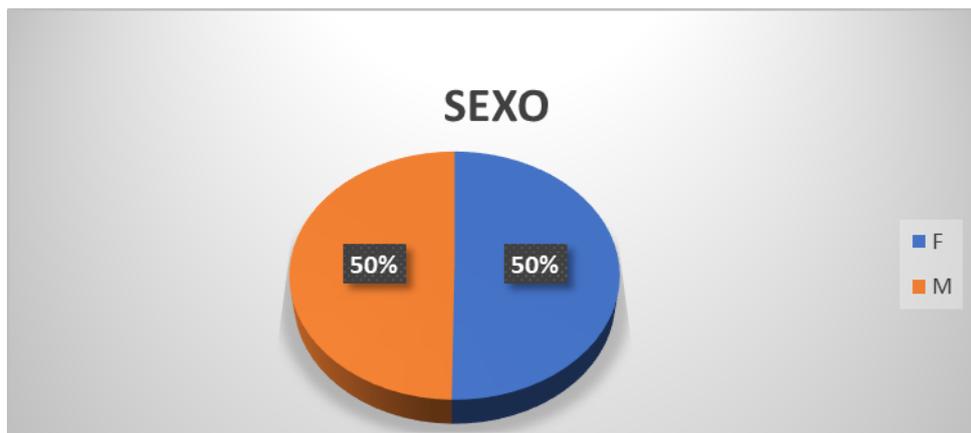
Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: En la siguiente gráfica que nos muestra las edades de los estudiantes escolarizados, podemos observar que las edades más predominantes fueron de 13 a 16 años con un porcentaje del 45%, luego le siguen las edades de 11 a 13 años con un 33% y por último tenemos las edades de 16 a 18 años con un porcentaje de 22%.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 39 de 92

TABLA 2. SEXO

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
F	100	50%
M	50	50%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: En la siguiente gráfica se observa que tanto el sexo masculino como el femenino representan el 50% de la muestra, se evidencia que no hay predominio de un género sobre el otro. Esto podría sugerir que la selección de la muestra fue balanceada o que, en este grupo particular, la participación es naturalmente equitativa.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 40 de 92

TABLA 3. OCUPACIÓN DEL PADRE ¿EN QUÉ TRABAJA? O ¿SI LO HACE?

Ítems	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
Independiente	27	14%
Empleado	163	82%
Desempleado	9	5%



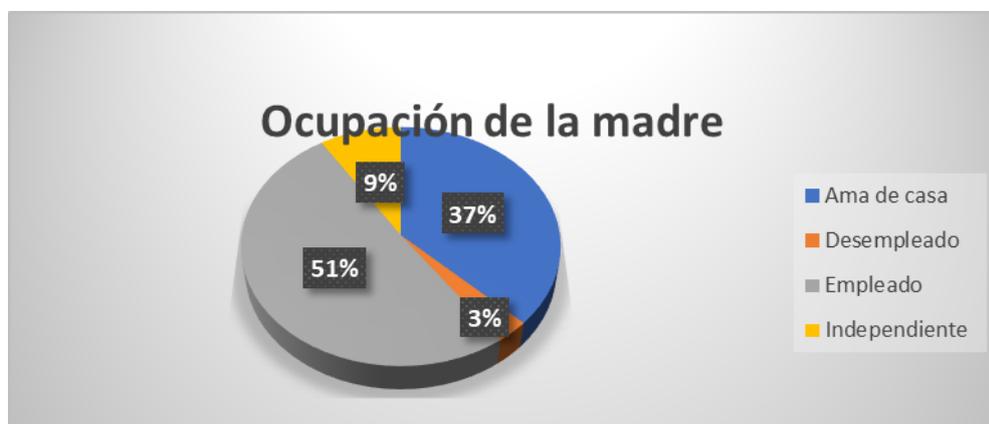
Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: La gráfica revela que el 82% de los padres se encuentra trabajando como empleados, mientras que el 14% son trabajadores independientes. Solo un pequeño porcentaje, el 4%, está desempleado. Esto sugiere que la mayoría de los padres tienen un empleo formal, con una minoría dedicada al trabajo independiente o sin empleo.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 41 de 92

TABLA 4. OCUPACIÓN DE LA MADRE ¿EN QUÉ TRABAJA? O ¿SI LO HACE?

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
Ama de casa	74	37%
Desempleado	6	3%
Empleado	101	51%
Independiente	18	9%

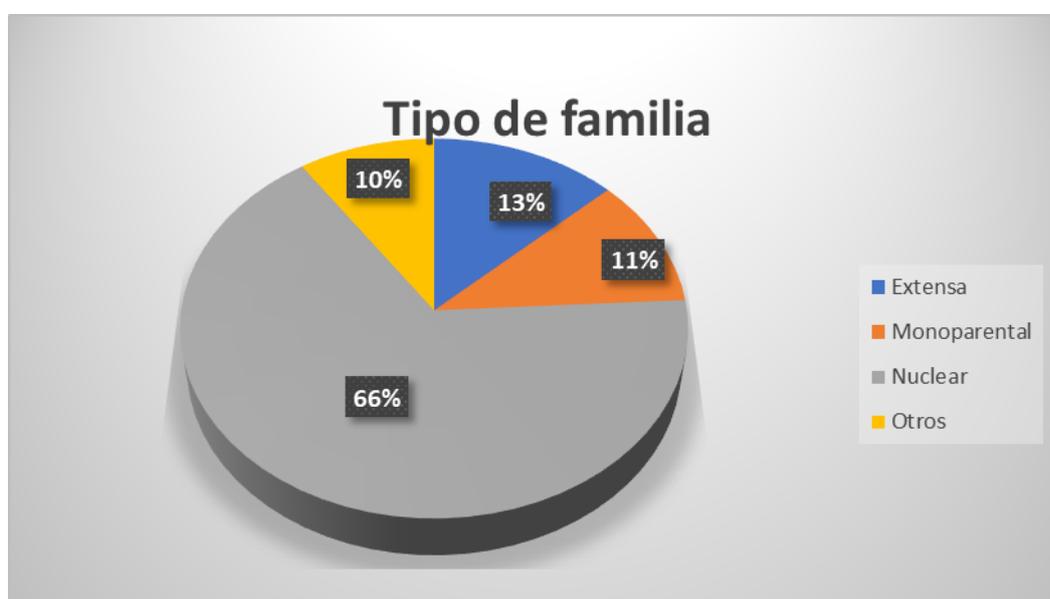


Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: La información reflejada en la gráfica indica que el 51% de las madres tiene un empleo, mientras que el 37% se dedica exclusivamente al hogar como amas de casa. Además, un 9% de las madres trabaja de manera independiente y un 3% se encuentra desempleada. Estos datos evidencian una significativa proporción de madres que participan en el mercado laboral, aunque todavía hay una parte considerable que se enfoca en labores del hogar.

TABLA 5. TIPO DE FAMILIA ¿CON QUIEN VIVE EN CASA?

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
Extensa	26	13%
Monoparental	22	11%
Nuclear	132	66%
Otros	19	10%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

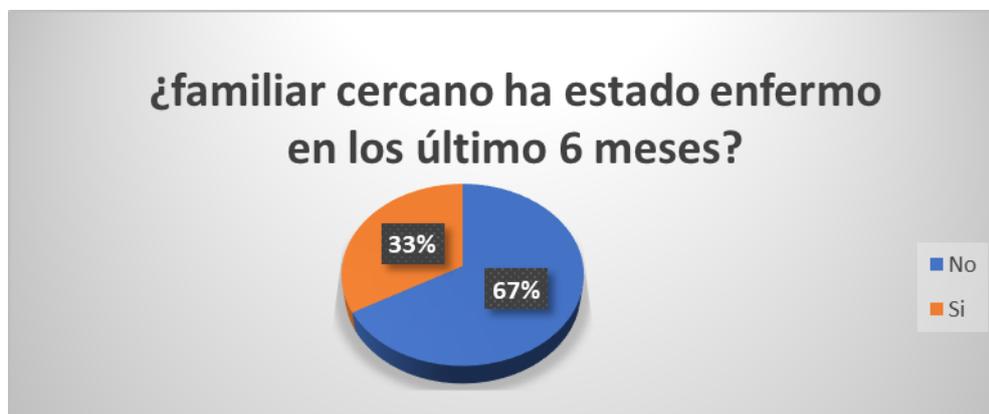
Análisis: La gráfica nos muestra que la mayor parte de los estudiantes encuestados, es decir el 66% pertenecen a una familia de tipo nuclear, el 13% corresponde a estudiantes que pertenecen a una familia extensa, el siguiente 11% a una familia monoparental y el restante 10% manifestó estar en otro tipo de familia, dando, así como resultado la participación del 100% de los estudiantes.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 43 de 92

TABLA 6.

¿ALGÚN FAMILIAR CERCANO HA ESTADO ENFERMO EN LOS ÚLTIMOS 6 MESES O QUE PRESENTE UNA INCAPACIDAD O DISCAPACIDAD PARA HACER SUS FUNCIONES BÁSICAS SOLO?

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
No	133	67%
Si	66	33%



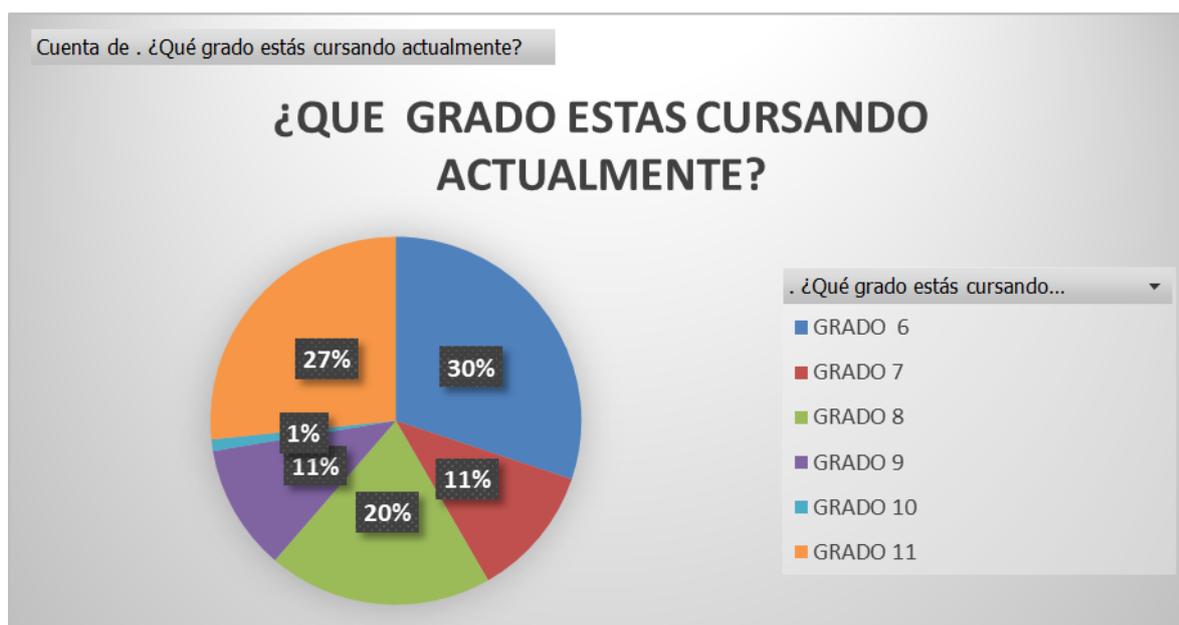
Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: En relación con la gráfica podemos identificar que el 33% de los estudiantes cuentan con un familiar cercano enfermo, mientras que el otro 67% no.

TABLA 7.

¿QUÉ GRADO ESTÁS CURSANDO ACTUALMENTE?

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
10 año	60	30%
11 año	23	12%
6 año	39	20%
7 año	22	11%
8 año	2	1%
9 año	53	27%



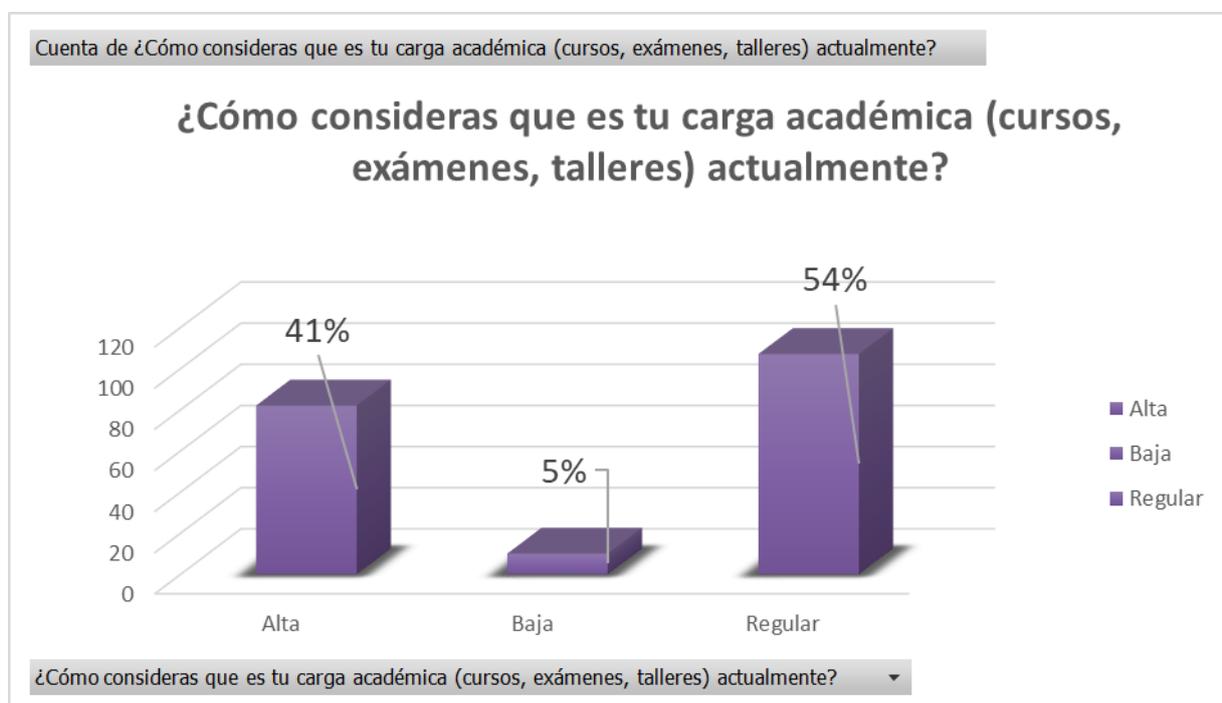
Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: La gráfica muestra que los estudiantes de 10° (30%) y 9° grado (27%) son los más representados en el estudio sobre ansiedad en adolescentes, sugiriendo mayor relevancia en estos niveles. En comparación al grado 8vo que tiene la menor participación con un (1%).

TABLA 8.

¿CÓMO CONSIDERAS QUE ES TU CARGA ACADÉMICA (CURSOS, EXÁMENES, TALLERES) ACTUALMENTE?

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
Alta	82	41%
Baja	10	5%
Regular	107	54%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: la mayoría de los estudiantes (54%) sienten que tienen una carga académica manejable o regular, mientras que un porcentaje significativo (41%) la percibe como alta, lo que podría indicar una presión notable en el entorno académico.

TABLA 9.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 46 de 92

¿CÓMO CONSIDERAS QUE ES TU RENDIMIENTO ACADÉMICO (CÓMO TE VA EN EL COLEGIO) ACTUALMENTE?

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
Bueno	119	60%
Malo	8	4%
Regular	70	35%
Buena	2	1%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: la mayoría de los estudiantes (60%) tiene una percepción positiva de su rendimiento académico, y una proporción significativa (35%) lo ve como aceptable o regular, mientras que muy pocos lo perciben como deficiente.

TABLA 10.

¿CÓMO CONSIDERAS QUE ES TU RELACIÓN CON LOS PARES O COMPAÑEROS DEL SALÓN?

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
Alta		
Bueno		
Regular		



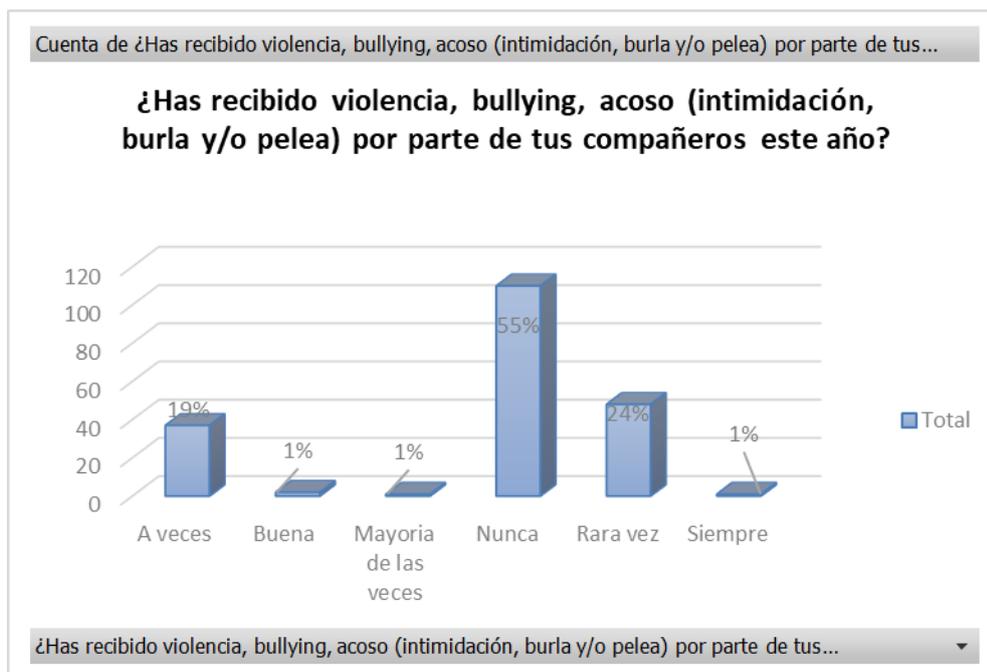
Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: La gráfica indica que el 55% de los estudiantes nunca ha sufrido bullying, mientras que un 24% lo ha experimentado rara vez y un 19% a veces. Solo el 1% reporta acoso constante o frecuente. Aunque la mayoría no enfrenta violencia, un grupo aún sufre de acoso ocasional o regular, lo cual podría afectar su bienestar.

TABLA 11.

¿HAS RECIBIDO VIOLENCIA, BULLYING, ACOSO (INTIMIDACIÓN, BURLA Y/O PELEA) POR PARTE DE TUS COMPAÑEROS ESTE AÑO?

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	37	19%
Buena	2	1%
Mayoría de las veces	1	1%
Nunca	110	55%
Rara vez	48	24%
Siempre	1	1%



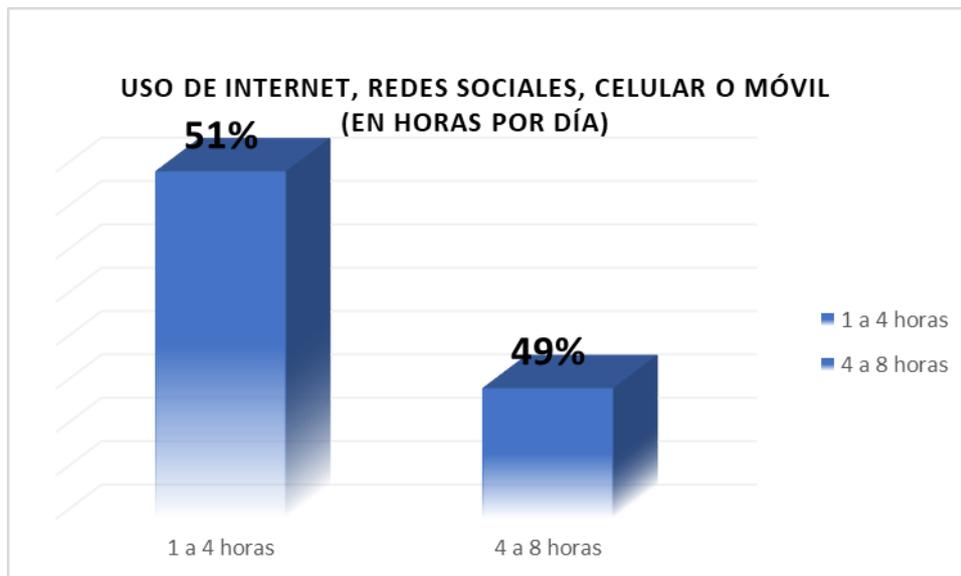
Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: La gráfica nos muestra que un 55% de los estudiantes encuestados no han sufrido algún tipo de acoso o violencia por parte de sus compañeros este año.

TABLA 12.

USO DE INTERNET, REDES SOCIALES, CELULAR O MÓVIL (EN HORAS POR DÍA):

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
1 a 4 horas	102	51%
4 a 8 horas	97	49%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

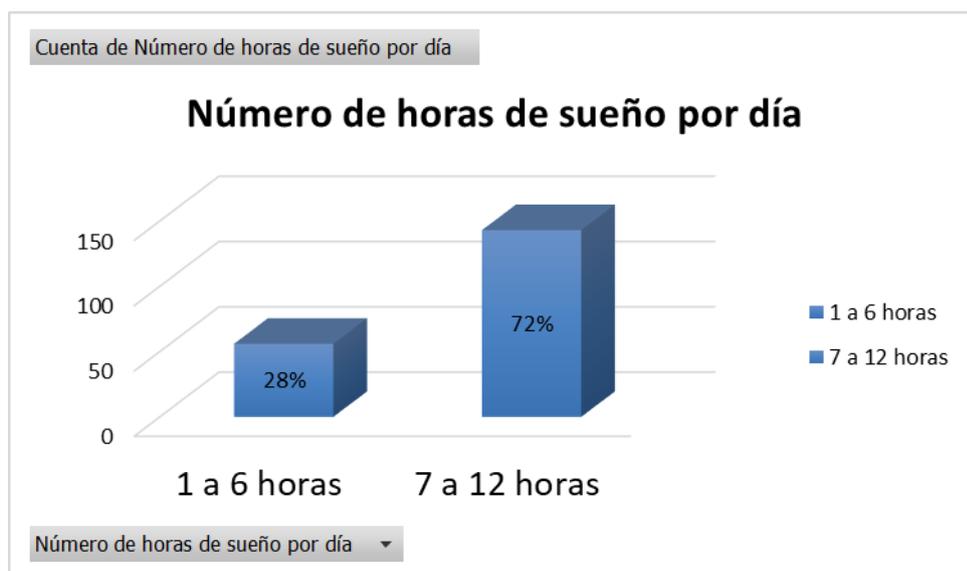
Análisis: La mayoría de las personas (51%) pasa entre 1 y 4 horas al día conectado a internet o en sus dispositivos móviles. Esto significa que más de la mitad de las personas encuestadas utilizan estos dispositivos de forma moderada. Casi la mitad (49%) dedica entre 4 y 8 horas diarias a estas actividades. Esto indica que hay un grupo importante de personas que pasan un tiempo considerable conectados.

TABLA 13.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	48
		Versión	5
		Fecha	12/06/2024
		Página	Página 50 de 92

NÚMERO DE HORAS DE SUEÑO POR DÍA

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
1 a 6 horas	56	28%
7 a 12 horas	143	72%



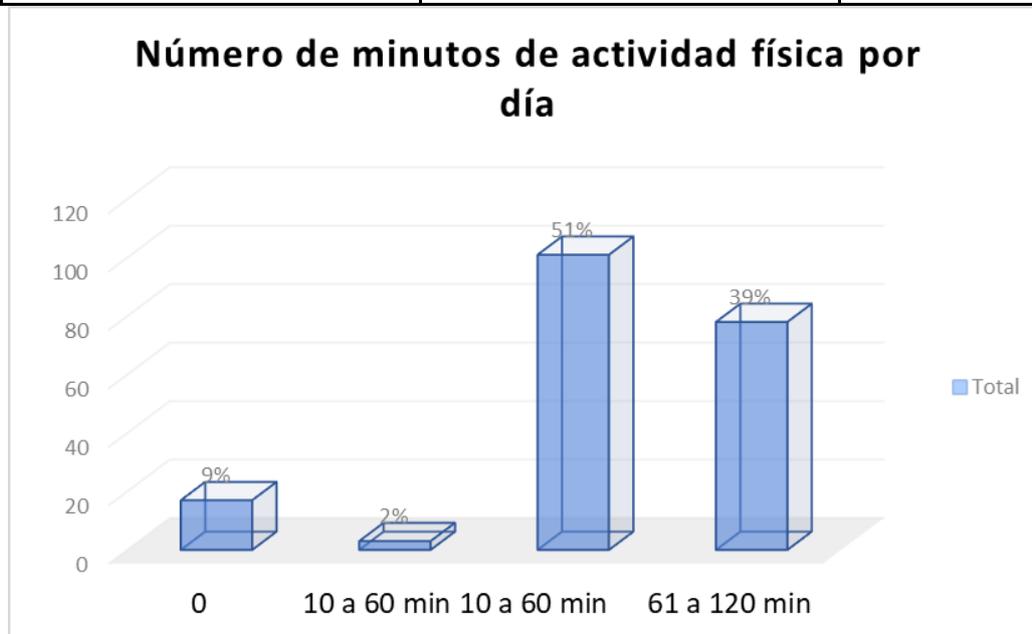
Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: La mayoría de las personas (72%) duermen una cantidad considerada saludable de horas, entre 7 y 12 horas por día. Esto sugiere que la mayoría de las personas encuestadas priorizan un buen descanso. Una minoría (28%) duerme menos de lo recomendado, entre 1 y 6 horas por día. Esto podría indicar que algunas personas tienen dificultades para conciliar el sueño o mantienen horarios de sueño irregulares

TABLA 14.

NÚMERO DE MINUTOS DE ACTIVIDAD FÍSICA POR DÍA

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
0	17	9%
10 a 60 min	3	2%
10 a 60 min	101	51%
61 a 120 min	78	39%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: La mayoría de las personas (51%) realiza entre 61 y 120 minutos de actividad física al día. Esto indica que una parte significativa de las personas encuestadas cumple con las recomendaciones de actividad física. Un porcentaje considerable (39%) realiza entre 10 y 60 minutos de actividad física al día. Este grupo también muestra un nivel de actividad física moderado. Un porcentaje menor (9%) realiza entre 10 y 60 minutos de actividad física al día. Este grupo podría indicar que algunas personas necesitan aumentar su nivel de actividad física.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 52 de 92

TABLA 15.

ME COSTÓ MUCHO RELAJARME

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	93	47%
Casi siempre	26	13%
Con frecuencia	38	19%
Nunca	33	17%
Siempre	9	5%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

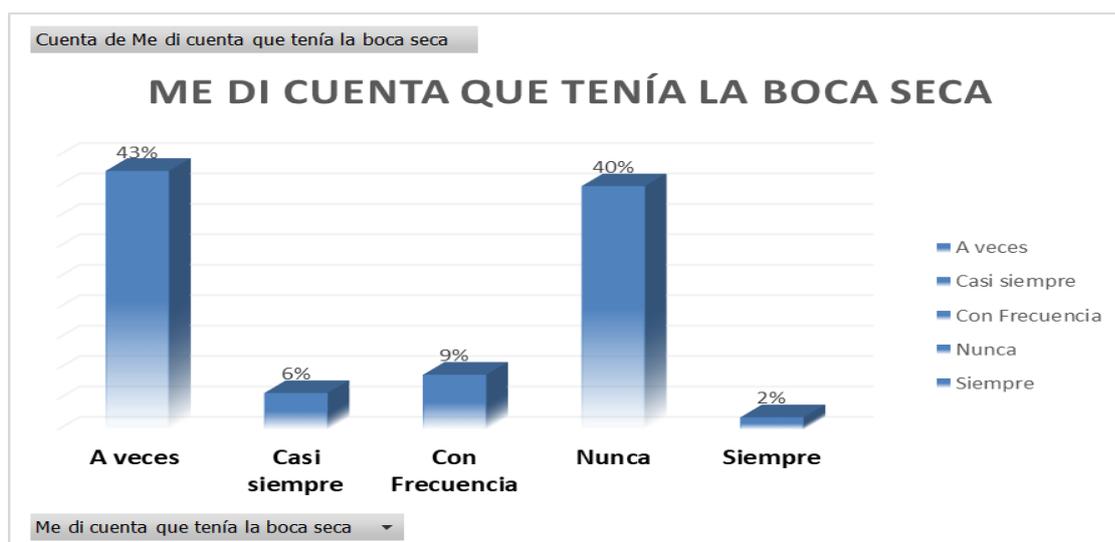
Análisis: En primer lugar, predomina la categoría “A veces” con un 47%, lo que indica que esta dificultad es intermitente. Por otro lado, la opción menos frecuente es “Siempre”, con solo un 5%. Además, un 19% lo experimenta “Con frecuencia”, mientras que “Nunca” alcanza un 17%. Finalmente, “Casi siempre” representa el 13%.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 53 de 92

TABLA 16.

ME DI CUENTA QUE TENÍA LA BOCA SECA

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	85	43%
Casi siempre	12	6%
Con frecuencia	18	9%
Nunca	80	40%
Siempre	4	2%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

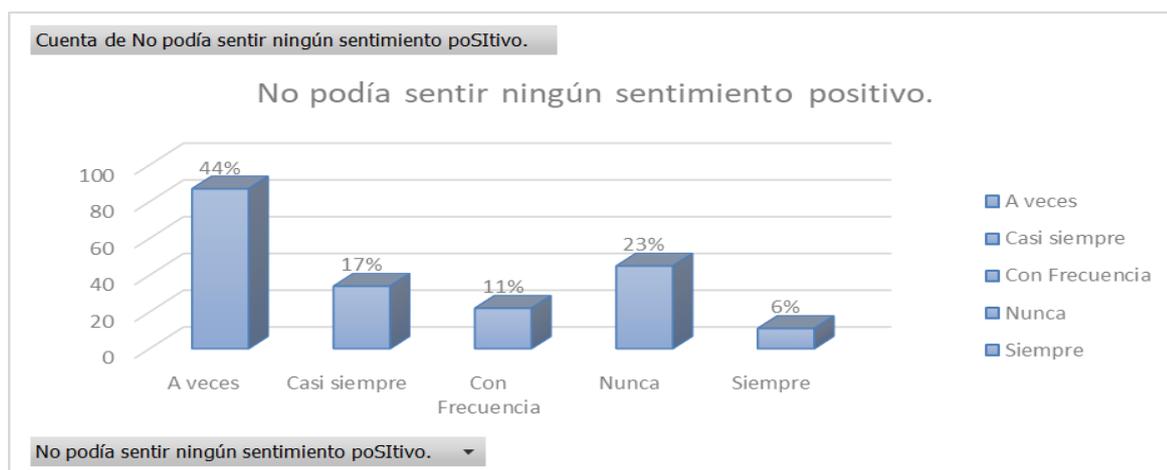
Análisis: La grafica muestra que el 43% de los encuestados experimenta esta sensación "a veces", mientras que el 40% dice "nunca" darse cuenta de tener la boca seca. Un 9% reporta sentir esta sequedad "con frecuencia", seguido de un 6% que indica "casi siempre" y un 2% que lo siente "siempre". Estos datos sugieren que, aunque una porción significativa de los encuestados experimenta ocasionalmente sequedad en la boca, una cantidad considerable no enfrenta este problema.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 54 de 92

TABLA 17.

NO PODÍA SENTIR NINGÚN SENTIMIENTO POSITIVO.

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	87	44%
Casi siempre	34	17%
Con frecuencia	22	11%
Nunca	45	23%
Siempre	11	6%



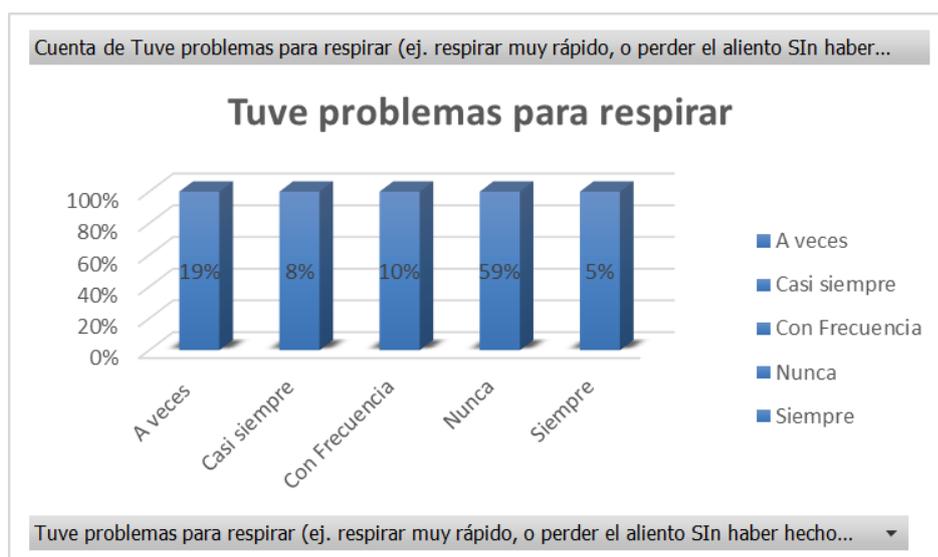
Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: la gráfica indica que el 44% de los encuestados experimenta esta falta de sentimientos positivos "a veces", mientras que un 23% dice "nunca" tener esta dificultad. Un 17% reporta sentirse así "casi siempre", seguido de un 11% que lo experimenta "con frecuencia" y un 6% que lo siente "siempre". Estos datos sugieren que, aunque una gran parte de los participantes ocasionalmente no experimenta sentimientos positivos, existe un grupo considerable que nunca enfrenta este problema y otros que lo sienten con mayor frecuencia.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 55 de 92

TABLA 18. TUVE PROBLEMAS PARA RESPIRAR (EJ. RESPIRAR MUY RÁPIDO, O PERDER EL ALIENTO SIN HABER HECHO UN ESFUERZO FÍSICO)

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	37	19%
Casi siempre	16	8%
Con frecuencia	19	10%
Nunca	117	59%
Siempre	10	5%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

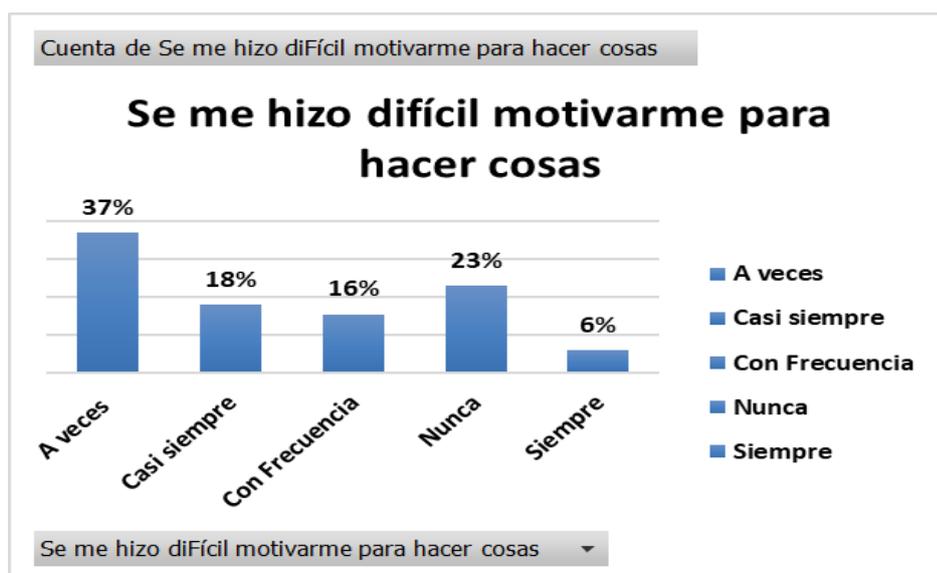
Análisis: El análisis muestra que el 59% de los encuestados no tiene problemas para respirar, mientras que el 41% presenta dificultades con diferentes frecuencias: ocasional (19%), frecuente (10%), casi constante (8%) y continua (5%). Esto sugiere una baja prevalencia general, con una minoría que podría requerir atención médica según la frecuencia de los síntomas.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 56 de 92

TABLA 19.

SE ME HIZO DIFÍCIL MOTIVARME PARA HACER COSAS

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	74	37%
Casi siempre	36	18%
Con frecuencia	31	16%
Nunca	46	23%
Siempre	12	6%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

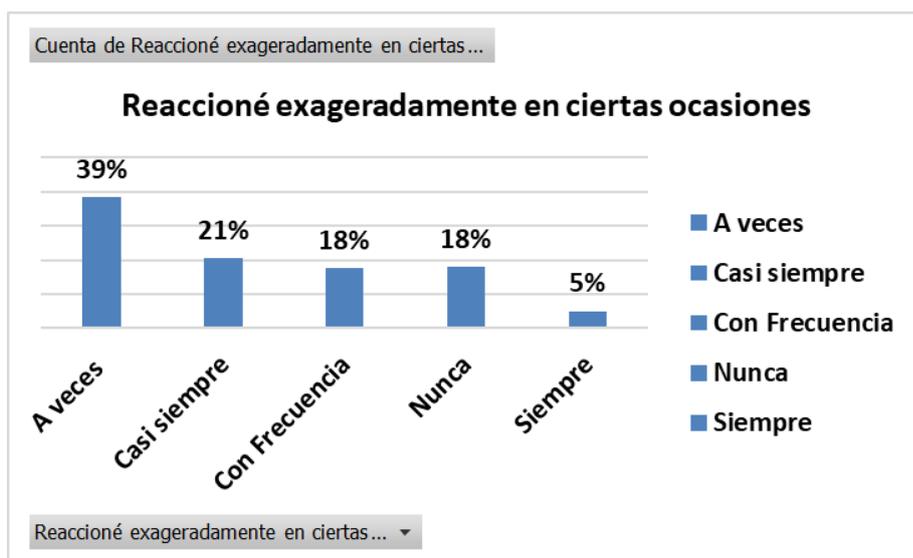
Análisis: El gráfico muestra que el 37% de los encuestados encuentra "a veces" difícil motivarse para hacer cosas, mientras que el 23% indicó que "nunca" ha tenido esta dificultad. Un 18% reportó que les resulta difícil motivarse "casi siempre", el 16% "con frecuencia", y solo el 6% dijo que "siempre" le cuesta motivarse.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 57 de 92

TABLA 20.

REACCIONE EXAGERADAMENTE EN CIERTAS OCASIONES

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	77	39%
Casi siempre	41	21%
Con frecuencia	35	18%
Nunca	36	18%
Siempre	10	5%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

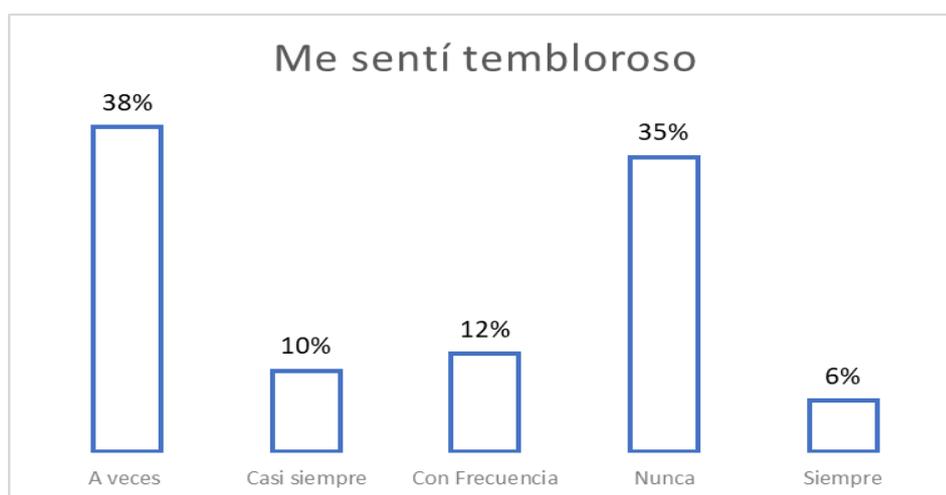
Análisis: El gráfico muestra que la mayoría de los encuestados (78%) considera que ha reaccionado exageradamente en alguna ocasión, con el 39% afirmando que lo hace "a veces", el 21% "casi siempre" y el 18% "con frecuencia". Un 18% indicó que "nunca" reacciona exageradamente, mientras que solo el 5% dijo que "siempre" lo hace. Esto sugiere que la mayoría de las personas tiende a exagerar en situaciones específicas y ocasionales, en lugar de tener un patrón constante de exageración.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 58 de 92

TABLA 21.

ME SENTÍ TEMBLOROSO (EJ.: MANOS TEMBLABAN)

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	76	38%
Casi siempre	19	10%
Con frecuencia	23	12%
Nunca	69	35%
Siempre	12	6%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: La gráfica muestra que el 38% de los encuestados ha sentido temblores, como manos temblorosas, "a veces", mientras que el 35% indicó que "nunca" ha experimentado esta sensación. Un 12% reportó que se ha sentido tembloroso "con frecuencia", el 10% "casi siempre", y solo el 6% dijo que "siempre" se ha sentido así. Estos datos sugieren que la sensación de temblor es relativamente común en situaciones específicas, pero no es una experiencia constante para la mayoría de las personas, ya que la mayor parte la experimenta ocasionalmente o nunca.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 59 de 92

TABLA 22.

SENTÍ QUE ESTABA MUY NERVIOSO

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	92	46%
Casi siempre	33	17%
Con frecuencia	31	16%
Nunca	32	16%
Siempre	11	6%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: De acuerdo con los datos, la mayoría de las personas encuestadas (46%) reportaron sentirse muy nerviosas "a veces". Un porcentaje menor (entre 16% y 17%) indicó que se sentían así "casi siempre", "con frecuencia" o "mucho". Solo un 6% afirmó sentirse "siempre" muy nerviosos

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 60 de 92

TABLA 23.

ESTUVE PREOCUPADO POR SITUACIONES EN LAS CUALES PODRÍA SENTIR PÁNICO Y HACER EL RIDÍCULO

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	66	33%
Casi siempre	36	18%
Con frecuencia	32	16%
Nunca	48	24%
Siempre	17	9%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: Según la gráfica se puede observar que la gran mayoría de los participantes encuestados con un 33% refiere sentirse “A veces” o “Nunca” con un 24%, respectivamente. Esto indica que la preocupación por estas situaciones no es constante para la mayoría. Sin embargo, un pequeño grupo 9% experimenta esta preocupación de manera constante, mientras que el resto 18% “Casi siempre” y en un 16% “Con frecuencia” oscila en niveles de preocupación intermedios.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 61 de 92

TABLA 24.

SENTÍ QUE NO TENÍA NADA POR QUE VIVIR

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	66	33%
Casi siempre	15	8%
Con frecuencia	24	12%
Nunca	88	44%
Siempre una	6	3%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: Según la gráfica se puede observar que la mayoría de los encuestados no experimenta estos sentimientos de manera constante, lo cual es positivo. Sin embargo, un porcentaje considerable 33% los experimenta “a veces”, y un grupo más pequeño pero preocupante 12% a 3% los experimenta “con frecuencia”, “casi siempre”, o “siempre”.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 62 de 92

TABLA 25.

NOTE QUE ME ESTABA PONIENDO INTRANQUILO

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	82	41%
Casi siempre	28	14%
Con frecuencia	28	14%
Nunca	52	26%
Siempre	9	5%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: Según la gráfica se puede observar que la gran mayoría de los participantes encuestados con un 41% a veces se estaban poniendo intranquilo mientras que un 26% nunca ha estado intranquilo.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 63 de 92

TABLA 26.

SE ME HIZO DIFÍCIL RELAJARME

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	76	38%
Casi siempre	25	13%
Con frecuencia	31	16%
Nunca	57	29%
Siempre	10	5%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

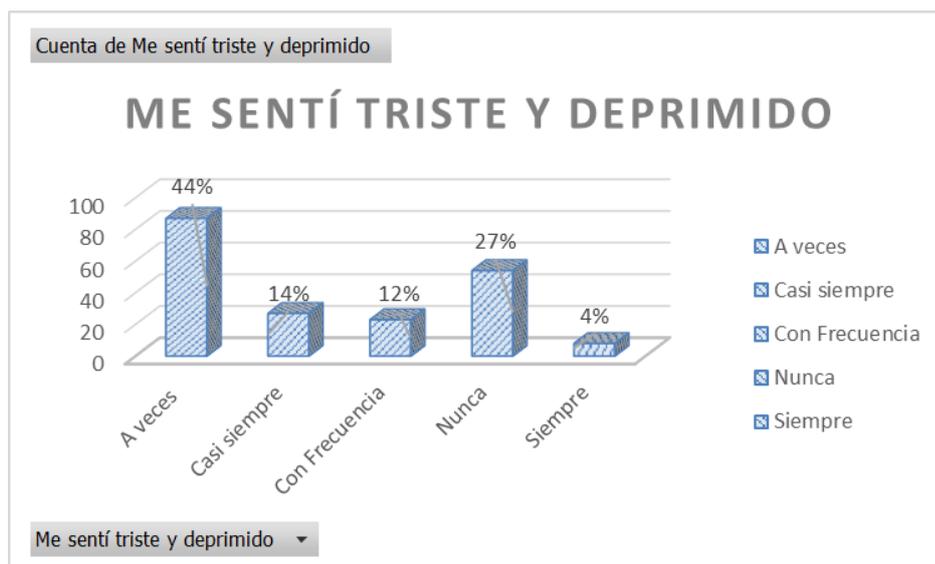
Análisis: Según la gráfica él 38% experimenta esta situación a veces, seguido por un significativo 29% que reporta no tener nunca estos problemas. Las frecuencias más altas de dificultad para relajarse se distribuyen entre un 16% que lo experimenta con frecuencia, un 13% casi siempre y solo un 5% que indica tenerlo siempre.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 64 de 92

TABLA 27.

ME SENTÍ TRISTE Y DEPRIMIDO

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	87	44%
Casi siempre	27	14%
Con frecuencia	23	12%
Nunca	54	27%
Siempre	8	4%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: Se observa que en un 44% se siente triste o deprimida ocasionalmente, mientras que el 27% no experimenta estos sentimientos en absoluto. Esto sugiere que la tristeza y la depresión son experiencias comunes, pero no persistentes para la mayoría, y que una minoría significativa nunca enfrenta estos sentimientos.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 65 de 92

TABLA 28.

NO SOPORTE QUE ALGO ME APARTARA DE LO QUE ESTABA HACIENDO

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	69	35%
Casi siempre	17	9%
Con frecuencia	28	14%
Nunca	70	35%
Siempre	15	8%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: Según la gráfica anterior se evidenció que los estudiantes encuestados manifiestan que a veces no soportan que algo me aparta de lo que estaba haciendo lo cual se obtuvo un resultado de 35%, igualmente afirman con 35% que nunca, seguido del 14% lo siente con frecuencia, así mismo el 9% expresaron que casi siempre, seguidos de un 8% siempre, y finalmente consideran el 9% que siempre

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 66 de 92

TABLA 29.

ESTUVE A PUNTO DE TENER UN ATAQUE DE PÁNICO

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	50	25%
Casi siempre	14	7%
Con frecuencia	15	8%
Nunca	112	56%
Siempre	8	4%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

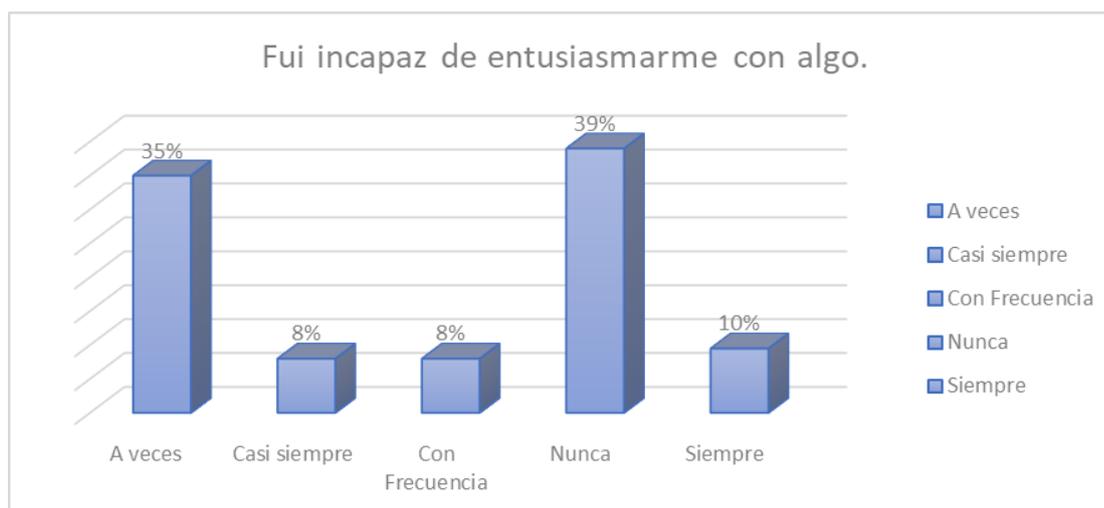
Análisis: En la encuesta realizada se observó que La mayoría de los adolescentes con un porcentaje del 60% se sienten confiados con su desempeño, calificándolo como bueno. También se pudo observar que un 35% de los adolescentes ve espacio para mejora, considerándolo regular, solo una minoría de los adolescentes encuestado con un 4% se evalúa como malo y un selecto grupo con un porcentaje del 1% destaca con un rendimiento excelente.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 67 de 92

GRAFICA 30.

FUI INCAPAZ DE ENTUSIASMARMEME CON ALGO

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	70	35%
Casi siempre	16	8%
Con frecuencia	16	8%
Nunca	78	39%
Siempre	19	10%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: La gráfica muestra que el 39% de los adolescentes encuestados nunca ha sentido una incapacidad para entusiasmarse con algo, lo que indica un buen estado emocional en este grupo. Un 35% reporta haber experimentado esta falta de entusiasmo ocasionalmente, reflejando momentos puntuales de desmotivación. Además, un 10% señala que siempre se sienten incapaces de entusiasmarse, lo que podría ser señal de problemas emocionales más profundos, y un 8% expresa que esto ocurre casi siempre o con frecuencia.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 68 de 92

TABLA 31.

SENTÍ QUE VALÍA MUY POCO COMO PERSONA

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	47	24%
Casi siempre	20	10%
Con frecuencia	26	13%
Nada	96	48%
Siempre	10	5%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: en la gráfica anterior revela en general que los estudiantes encuestados en relación con su percepción personal. donde el primer lugar se observa que el 48% reporta nunca haberse sentido de poco valor, por otro lado, un 24% afirman que se sienten de poco valor solo ocasionalmente, el siguiente grupo conformado por el 13% de los adolescentes manifestó que experimenta esta percepción de manera frecuente, Además un 10% expresa sentirse de poco valor casi siempre, y finalmente el 5% afirma sentirse de poco valor siempre, por lo que concluimos que la mayoría de los encuestados no enfrenta esta sensación de manera regular.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 69 de 92

TABLA 32.

SENTÍ QUE ESTABA MUY IRRITABLE O ME ENFADABA CON FACILIDAD

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	75	38%
Casi siempre	28	14%
Con frecuencia	20	10%
Nada	40	20%
Siempre	36	18%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: La gráfica muestra la frecuencia con la que los encuestados se sintieron irritables o se enfadaron con facilidad, distribuyéndose las respuestas de la siguiente manera. En primer lugar, el 38% de los encuestados, es decir, 75 personas, indicó que se sintió irritable o enfadado solo de manera ocasional, siendo esta la respuesta más frecuente. Por otro lado, un 14%, equivalente a 28 personas, señaló que experimentaba estos sentimientos casi todo el tiempo, mientras que un 10% (20 personas) afirmó que los sentía con frecuencia. Asimismo, un 20% de los encuestados, es decir, 40 personas, mencionó que nunca experimentó irritabilidad o enojo, y finalmente, un 18%, correspondiente a 36 personas, reportó que siempre se sintió irritable o con facilidad para enfadarse

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 70 de 92

TABLA 33.

SENTÍ QUE LOS LATIDOS DE MI CORAZÓN A PESAR DE QUE NO HABÍA HECHO NINGÚN ESFUERZO FÍSICO

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	60	30%
Casi siempre	17	9%
Con frecuencia	23	12%
Nunca	79	40%
Siempre	20	10%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

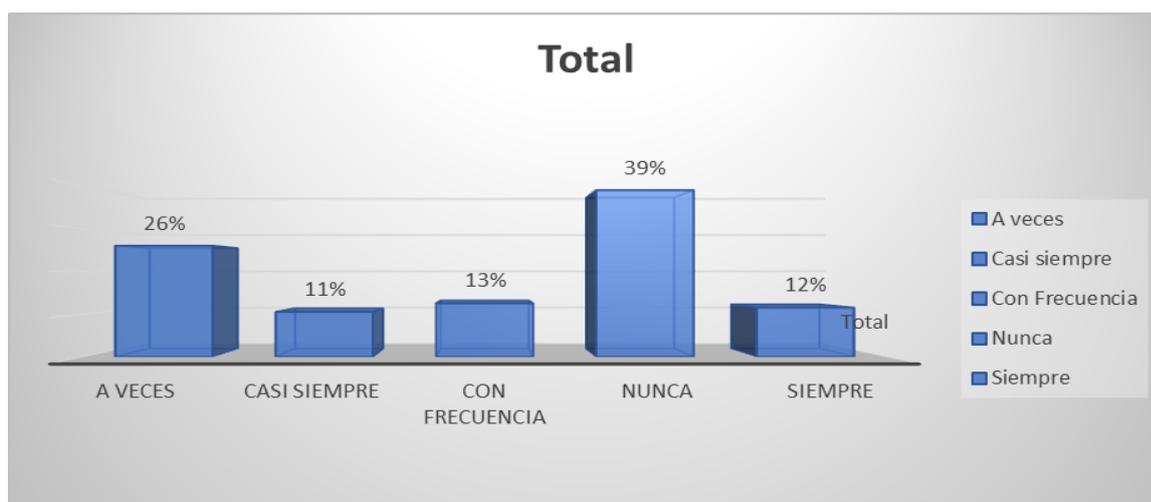
Análisis: En la gráfica se evidencia que un 40% de la población encuestada reportó "Nunca" sentir los latidos de su corazón sin haber realizado esfuerzo físico, siendo esta la respuesta más predominante entre los estudiantes encuestados. Un 30% indicó que sentía los latidos "A veces", mientras que un 12% señaló "Con frecuencia". Por otro lado, un 10% respondió "Siempre" y, finalmente, un 9% expresó sentir esta sensación "Casi siempre".

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 71 de 92

TABLA 34.

SENTÍ MIEDO SIN SABER POR QUE

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	52	26%
Casi siempre	21	11%
Con frecuencia	25	13%
Nunca	78	39%
Siempre	23	12%



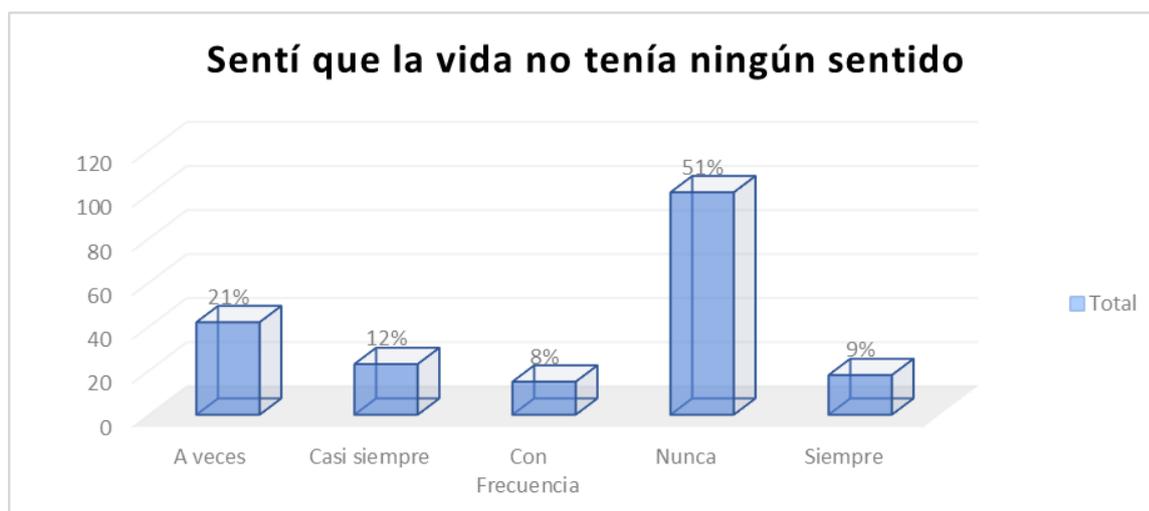
Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: EL gráfico muestra que un 26% de los estudiantes encuestados ha experimentado ocasionalmente miedo sin una razón clara, sugiriendo que este tipo de temor es común en momentos puntuales. Un 13% de los adolescentes indica sentir esta sensación con frecuencia, reflejando una posible ansiedad moderada que afecta su bienestar emocional de forma recurrente. Un 12% señala que siempre experimenta miedo sin motivo, lo que podría asociarse con altos niveles de ansiedad, mientras que el 11% lo reporta casi siempre.

TABLA 35.

SENTÍ QUE LA VIDA NO TENÍA NINGÚN SENTIDO

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	42	21%
Casi siempre	23	12%
Con frecuencia	15	8%
Nada	101	51%
Siempre	18	9%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

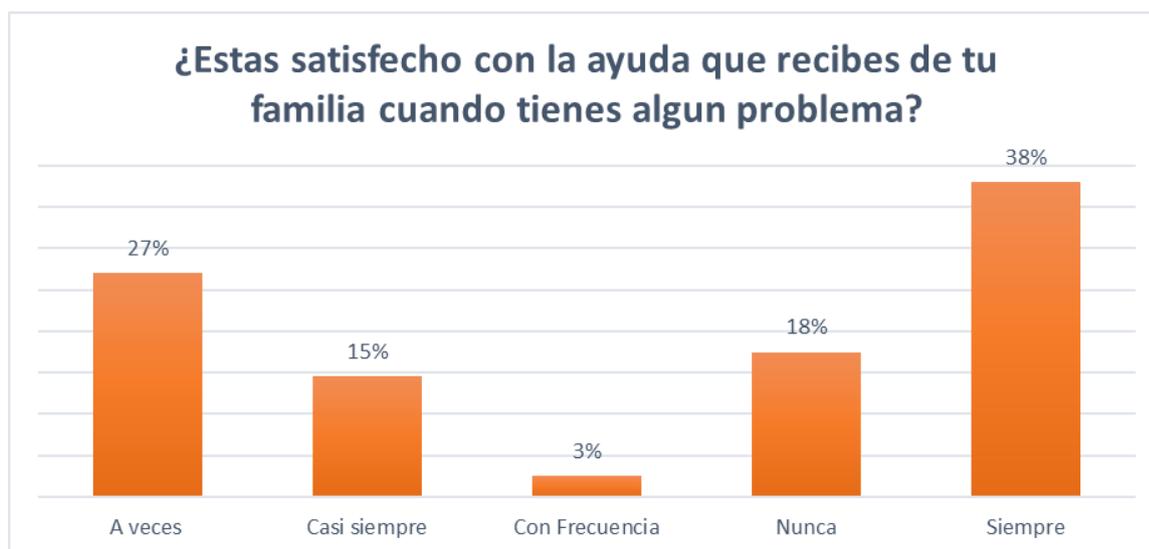
Análisis: Esta grafica revela que, aunque el 25% de los jóvenes nunca experimenta la sensación de que la vida carece de propósito, un 4% vive con estos sentimientos de vacío de manera recurrente. Este pequeño porcentaje representa jóvenes que pueden estar enfrentando problemas emocionales significativos y cuestionamientos profundos sobre su valor y sentido de pertenencia. A pesar de la mayoría con una visión positiva, este grupo destaca la importancia de atender estas experiencias de manera cercana y con sensibilidad.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 73 de 92

TABLA 36.

¿ESTAS SATISFECHO CON LA AYUDA QUE RECIBES DE TU FAMILIA CUANDO TIENES ALGÚN PROBLEMA?

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	54	27%
Casi siempre	29	15%
Con frecuencia	5	3%
Nunca	35	18%
Siempre	76	38%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

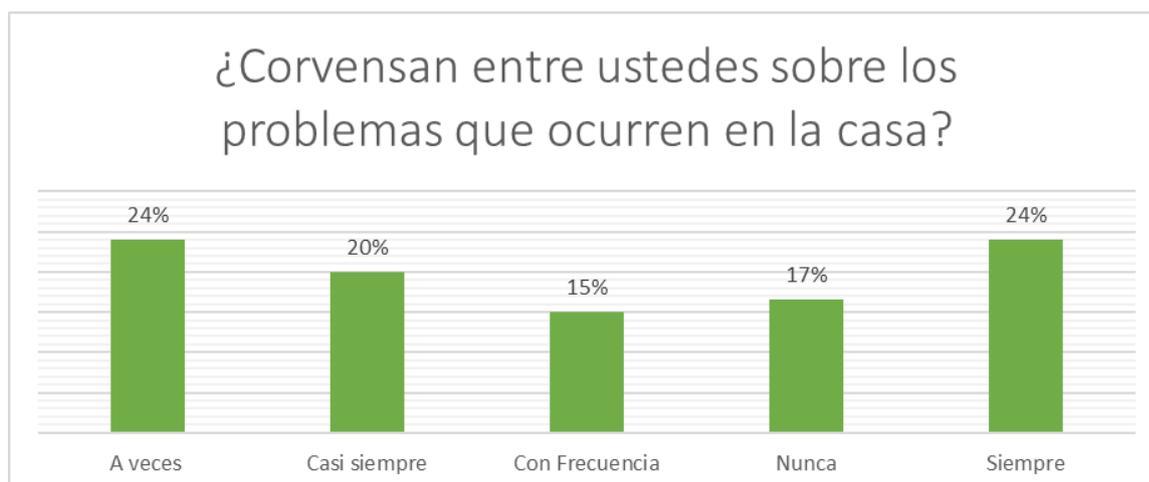
Análisis: Aunque el 19% de los adolescentes siempre recibe apoyo de su familia cuando enfrenta problemas, es preocupante que un 9% no sienta este respaldo nunca. Esto significa que, mientras que muchas familias esta presentes para sus hijos, una porción considerable enfrenta sus problemas en soledad. La ausencia de esta red de apoyo en momentos críticos subraya lo importante que es fortalecer los lazos familiares, de modo que ningún joven se sienta abandonado cuando más lo necesita.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 74 de 92

TABLA 37.

¿CONVERSAN ENTRE USTEDES SOBRE LOS PROBLEMAS QUE OCURREN EN LA CASA?

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	48	24%
Casi siempre	40	20%
Con frecuencia	30	15%
Nunca	33	17%
Siempre	48	24%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

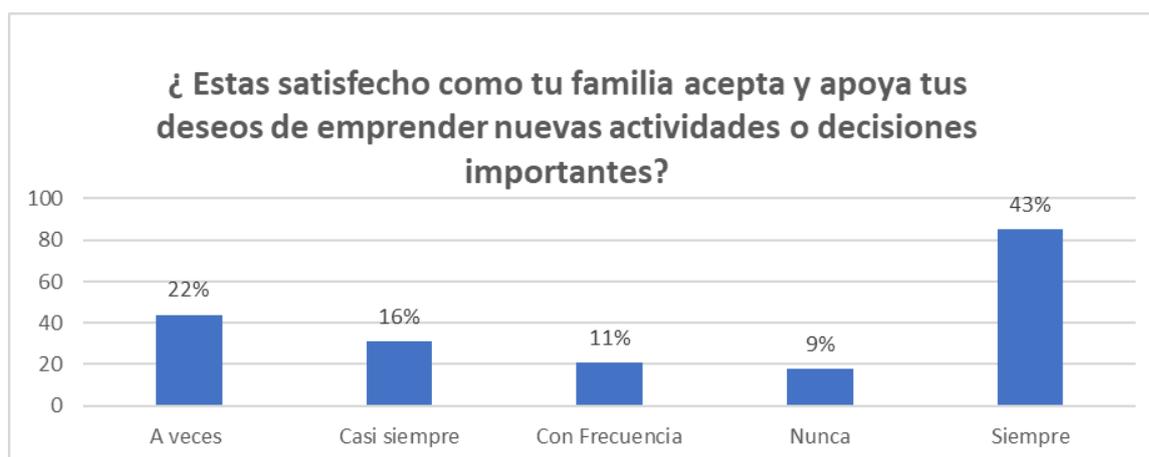
Análisis: esta grafica refleja que el 24% de los adolescentes siempre conversa sobre problemas en casa, y otro 24% lo hace ocasionalmente. Sin embargo, un 15% nunca tiene estas conversaciones con su familia, lo que sugiere que en algunos hogares hablar sobre los conflictos o las tensiones no es una práctica habitual. Esta falta de comunicación puede dificultar la convivencia y limitar las oportunidades para resolver conflictos de manera constructiva, afectando la armonía en el hogar.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 75 de 92

TABLA 38.

¿ESTAS SATISFECHO COMO TU FAMILIA ACEPTA Y APOYA TUS DESEOS DE EMPRENDER NUEVAS ACTIVIDADES O DECISIONES IMPORTANTES?

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	44	22%
Casi siempre	31	16%
Con frecuencia	21	11%
Nunca	18	9%
Siempre	85	43%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

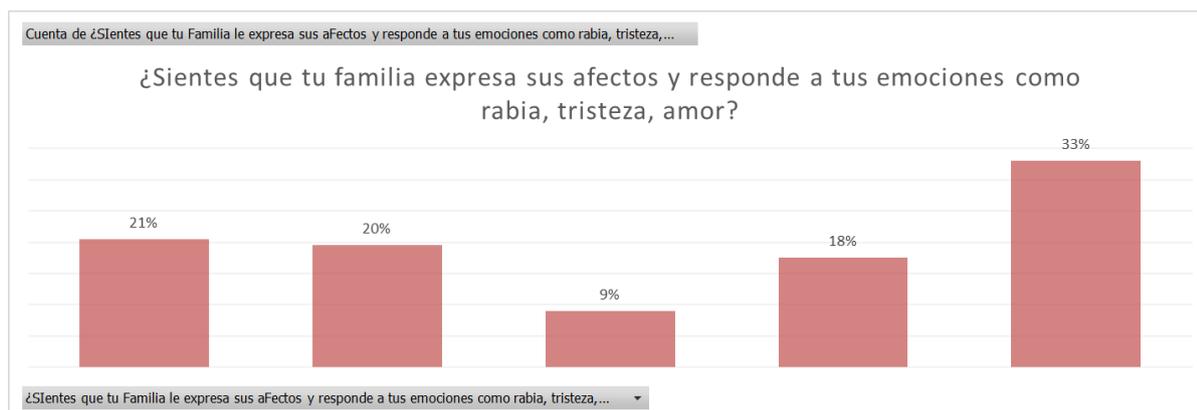
Análisis: Un sólido 21% de los jóvenes asegura que siempre recibe el apoyo de su familia cuando toma decisiones importantes, lo cual es alentador, ya que este respaldo permite un sentido de autonomía y empoderamiento en sus vidas. No obstante, el 5% que no siente este apoyo resalta que, aunque la mayoría de las familias impulsan la independencia de sus hijos, aún hay jóvenes que no encuentran en su entorno familiar el impulso necesario para explorar nuevas oportunidades.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 76 de 92

GRAFICA 39.

¿SIENTES QUE TU FAMILIA EXPRESA SUS AFECTOS Y RESPONDE A TUS EMOCIONES COMO RABIA, TRISTEZA, AMOR?

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	41	21%
Casi siempre	39	20%
Con frecuencia	18	9%
Nunca	35	18%
Siempre	66	33%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

Análisis: La percepción de afecto constante alcanza el 17%, mientras que casi una quinta parte (9%) nunca lo experimenta. Este dato pone en evidencia que, aunque muchas familias están abiertas a expresar sus sentimientos, todavía existen hogares en los que la afectividad no se manifiesta de forma clara. La falta de expresión de afecto puede generar sentimientos de distanciamiento y afectar la salud emocional de los adolescentes, quienes necesitan sentir que sus emociones son valoradas y comprendidas.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 77 de 92

TABLA 40.

¿ESTAS SATISFECHO COMO COMPARTES CON TU FAMILIA EL TIEMPO DE ESTAR JUNTOS?

Items	Frecuencia a (N° Personas).	Frecuencia r (%).
A veces	33	17%
Casi siempre	19	10%
Con frecuencia	21	11%
Nada	16	8%
Siempre	110	55%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena

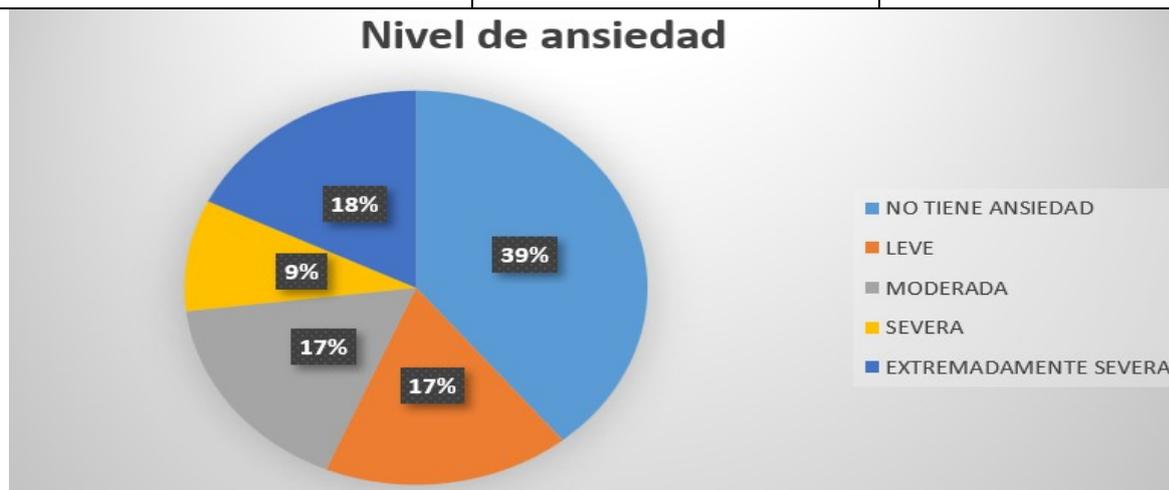
Análisis: Esta grafica evidencia que el tiempo compartido en familia es valorado por los encuestados con un porcentaje de 28% indicando que siempre está satisfecho con el tiempo compartido, mientras que un 8% a veces siente la satisfacción de esto un 5% indica que con frecuencia y casi siempre se encuentran satisfecho con el tiempo compartido en familia, y finalmente un 4% nunca recibe un mínimo de tiempo familiar. En este aspecto, lo que sugiere que, en general, hay aprecio por el tiempo en familia, aunque no siempre se logra una buena convivencia.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 78 de 92

TABLA 4.

MEDICIÓN DEL NIVEL DE ANSIEDAD EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE CARTAGENA

Ítems	Frecuencia del # de personas	Frecuencia r(%)
NO TIENE ANSIEDAD	77	39%
LEVE	34	17%
MODERADA	33	17%
SEVERA	18	9%
EXTREMADAMENTE SEVERA	35	18%
Total	199	100%



Fuente: Factores asociados a la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena.

Análisis: En la gráfica expuesta anterior mente se evidencia que la evaluación del nivel de ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cartagena, No tiene ansiedad en un 39%, seguido de un 18% extremadamente severa y un 17% leve y moderada, teniendo así el menor porcentaje con un 9% severa, de lo anterior se puede percibir que los adolescentes que participaron en la investigación presentaron niveles de ansiedad significativos en esta población.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 79 de 92

DISCUSION

La presente investigación se alinea significativamente con estudios realizados a nivel internacional, donde se ha observado la complejidad de la ansiedad en adolescentes escolarizados y su impacto en el bienestar psicológico y el rendimiento académico. Un caso destacado se presenta en Lima, Perú, donde la ansiedad en este grupo se manifiesta en inquietud, dificultades de concentración y bajo desempeño académico. En este contexto, un estudio preliminar encontró una correlación significativa entre la ansiedad y la capacidad de adaptación conductual, con un 96% de probabilidad de que la ansiedad influya negativamente en esta última. Además, los factores personales explican el 66% de la variabilidad en los niveles de ansiedad, mientras que los factores familiares contribuyen en un 33%. Esto evidencia que tanto los aspectos individuales como familiares son determinantes en el desarrollo de la ansiedad en adolescentes.

Por otro lado, en Colombia, las investigaciones realizadas en diversas regiones muestran tendencias preocupantes en los niveles de ansiedad de los adolescentes. En el municipio de Soledad, Atlántico, por ejemplo, un 27% de los adolescentes presenta niveles graves de ansiedad, mientras que un 20% y un 16% reportan niveles leves y moderados, respectivamente. Además, el 52% de los estudiantes ha experimentado bullying, lo cual agrava su estado emocional y aumenta su vulnerabilidad a problemas de ansiedad. En la misma línea, un estudio en Bucaramanga, que evaluó la ansiedad en estudiantes del grado 11 del Instituto Tecnológico “Eloy Valenzuela” mediante el Inventario de Ansiedad de Beck, reveló que el 19.13% de los estudiantes presentaba niveles mínimos de ansiedad, el 27.83% niveles leves, el 26.95% niveles moderados y el 26.09% niveles graves. Estos hallazgos indican que más del 80% de los estudiantes experimenta algún nivel de ansiedad, con un preocupante 26% en niveles graves, lo cual subraya la necesidad de estrategias educativas para reducir los factores de ansiedad y prevenir efectos negativos en el rendimiento académico y el bienestar psicológico de los adolescentes.

Así mismo, en el departamento de Bolívar, un estudio en una institución educativa de Cartagena mostró que el 45.5% de los adolescentes presenta trastornos afectivos, de

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 80 de 92

los cuales el 35% están relacionados con la depresión y la ansiedad. Asimismo, en otro estudio llevado a cabo en Cartagena se evaluó la prevalencia de ansiedad en adolescentes, revelando que el 28.54% reportó ansiedad leve, el 28.57% ansiedad moderada, el 17.90% sufría ansiedad severa y el 30.95% ansiedad extremadamente severa. Estos resultados reflejan una creciente preocupación en el ámbito de la salud, ya que los problemas de ansiedad en adolescentes entre 11 y 18 años son cada vez más frecuentes. Además de afectar la salud mental en la adolescencia, estos problemas impactan negativamente en el desarrollo de la personalidad y de la conducta en la adultez.

Por consiguiente, la prevalencia de problemas de ansiedad y otros trastornos emocionales en adolescentes enfatiza la importancia de abordar los factores de riesgo asociados, tanto a nivel familiar como social. Estudios nacionales e internacionales coinciden en que los factores familiares, como la disfuncionalidad y el ambiente de apoyo, son determinantes en el nivel de ansiedad de los adolescentes. En este sentido, es fundamental fomentar investigaciones que profundicen en los factores protectores, con el objetivo de desarrollar estrategias preventivas y de intervención temprana que mejoren la calidad de vida de los adolescentes en riesgo. En conclusión, la implementación de programas de apoyo psicoeducativo y emocional no solo contribuiría a la reducción de la ansiedad, sino que también promovería un desarrollo saludable de la personalidad y el comportamiento en esta etapa clave de la vida.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 81 de 92

- **Conclusiones y Recomendaciones**

El proyecto de investigación denominado Nivel de ansiedad y factores predisponentes en adolescentes de una institución educativa. Cartagena, 2024. logró cumplir con los objetivos propuestos ya que se logró recopilar información que nos llevó a saber los conocimientos que tiene esta población sobre dicho tema.

Ahora bien, tomando en consideración los elementos analizados se pudo concluir, en primera instancia, que en términos sociodemográficos se contó con una participación mayoritaria por parte de jóvenes escolarizados principalmente de grados superiores de 16-18 años de edad, lo que fue coherente con las expectativas que se tenían al principio del estudio.

Con respecto a los conocimientos de los jóvenes y adolescentes sobre nivel de ansiedad se obtuvo que la mayoría de la población encuestadas tenían un poco de conocimiento sobre el tema, Sin embargo, en la pregunta ¿Cómo consideras que es tu carga académica (cursos, exámenes, talleres) actualmente? la mayor parte de los encuestados respondieron; que sienten que tienen una carga académica manejable o regular.

Por último, y gracias al procedimiento estadístico efectuado, se determinó que los conocimientos sobre nivel de ansiedad y factores predisponentes en adolescentes fueron buenos, ya que se demostró que la mayor parte de la población encuestada fueron estudiantes escolarizados de grados superiores, la mayor parte de, los jóvenes y adolescentes encuestados dijeron que les gustaría contar con más charlas educativas como estas.

El estudio realizado ha permitido comprender de manera integral los conocimientos y prácticas de los adolescentes en relación con su salud mental, así como la influencia de sus padres como tutores principales a lo largo de su desarrollo. A partir de estos hallazgos, se han formulado un conjunto de recomendaciones que buscan abordar esta problemática.

En primer lugar, se propone llevar a cabo jornadas de capacitación mediante charlas educativas. Estas charlas deben desarrollarse en un lenguaje claro y accesible, enfocándose principalmente en la ansiedad y sus síntomas comunes. Para ello, se utilizarán

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 82 de 92

ejemplos que sean relevantes y cercanos a la realidad de los adolescentes escolarizados en una institución educativa de Cartagena. Además, estas intervenciones estarán a cargo de la Secretaría de Salud Distrital, el Ministerio de Salud y el Ministerio de Educación, con el objetivo de reducir los niveles de ansiedad entre los jóvenes.

Para la aprobación de esta investigación, será necesario someterla a revisión en la Universitaria de Rafael Núñez y posteriormente al comité de ética de la institución de educación superior correspondiente. Los principios éticos que rigen esta investigación se basan en la beneficencia y la no maleficencia, priorizando siempre la protección de la vida, dignidad e integridad de los participantes. Así, se asegura la confidencialidad de la información suministrada, que se codificará con un serial para identificar a cada participante, manteniéndose únicamente en conocimiento de los investigadores. En los casos donde los participantes sean menores de edad, se requerirá la autorización del representante legal y de la institución, así como el Consentimiento Informado de los adolescentes que participen en el estudio.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 83 de 92

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. <https://www.msdmanuals.com/es/hogar/trastornos-de-la-salud-mental/ansiedad-y-trastornos-relacionados-con-el-estr%C3%A9s/introducci%C3%B3n-a-los-trastornos-de-ansiedad>
2. World health organization. Trastornos de ansiedad. (s/f). Recuperado el 21 de septiembre de 2024, de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
3. Bravo A, Milagros J. Ansiedad rasgo - estado y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Norte. Universidad Católica Sedes Sapientiae; 2020. <https://hdl.handle.net/20.500.14095/935>
4. Rodríguez A, Sánchez Mendoza C, repositorio. Internet. Año 2023. Recuperado en: <https://bonga.unisimon.edu.co/items/47b95ce4-a703-405b-a0ef-3c15efb4e4fa>
5. Matos Moreno L.M, Castellar Naizir Y, Et al. Prevalencia y factores asociados a trastornos mentales en niños, niñas y adolescentes. [Pregrado]. Cartagena de indias D.T y C (Bolívar): 2021. Recuperado a partir de: <https://repositorio.unisinucartagena.edu.co:8080/xmlui/handle/123456789/796>
6. World health organization. Trastornos de ansiedad. (s/f). Recuperado el 21 de septiembre de 2024, de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
7. Bravo A, Milagros J. Ansiedad rasgo - estado y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Norte. Universidad Católica Sedes Sapientiae; 2020. <https://hdl.handle.net/20.500.14095/935>

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 84 de 92

8. Rodríguez A, Sánchez Mendoza C, repositorio. Internet. Año 2023. Recuperado en: <https://bonga.unisimon.edu.co/items/47b95ce4-a703-405b-a0ef-3c15efb4e4fa>
9. Matos.M, Castellar. Y, Et al. Prevalencia y factores asociados a trastornos mentales en niños, niñas y adolescentes. [Pregrado]. Cartagena de indias D.T y C (Bolívar): 2021. Recuperado a partir de: <https://repositorio.unisinucartagena.edu.co:8080/xmlui/handle/123456789/796>
10. Organización Mundial de la Salud. Trastornos de ansiedad. (s/f). Recuperado el 21 de septiembre de 2024, de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
11. Bravo A, Milagros J. Ansiedad rasgo - estado y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Norte. Universidad Católica Sedes Sapientiae; 2020. <https://hdl.handle.net/20.500.14095/935>
12. Palacios O. Relación de depresión y ansiedad con rendimiento académico en estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria de la institución educativa [tesis]. Lima Perú: universidad Ricardo Palma ;2021. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.14138/3998>
13. Lohiya N; kajale N ; et al . Ansiedad ante los exámenes en niños y adolescentes en edad escolar [Internet] . Revista India de pediatría. (88), 892-898. 25 de febrero 2021. Disponible en : https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Factors+related+to+anxiety+in+adolescents+from+an+educational+institution+in+the+city+&btnG=#d=gs_qabs&t=1727996478904&u=%23p%3Di8qPK2NMf_0J
14. Cándido J., et al. Prevalencia de la conducta agresiva, conducta prosocial y ansiedad social en una muestra de adolescentes españoles: un estudio comparativo. Journal for the Study of Education and Development, 2008, vol. 31, no 4, p. 449-461. https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=ansiedad+adolescenc

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 85 de 92

[tes+europa&btnG=#d=gs_qabs&t=1729724413498&u=%23p%3Dq9bcT2bXHqE](#)

↓

15. Liliana C, Jhira F, Claudia Ansiedad en adolescentes del colegio centauros [tesis de pregrado] Villavicencio. Universidad cooperativa de Colombia: 2022. [URL:https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/76804954-701d-4320-b0a7-9e31bd37d244/content#:~:text=adolescentes%20del%20colegio%20Los%20Centauros%20presentan%20una%20Ansiedad%20Estado%20en](https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/76804954-701d-4320-b0a7-9e31bd37d244/content#:~:text=adolescentes%20del%20colegio%20Los%20Centauros%20presentan%20una%20Ansiedad%20Estado%20en)
16. Ávila Vargas, S, Carrillo Núñez, R, Guarín Cabrera, J Niveles de ansiedad en estudiantes del grado 11 de una Institución Educativa de Bucaramanga. [Internet]. Bucaramanga: Universidad Cooperativa de Colombia, Facultad de Ciencias Sociales, Psicología, Bucaramanga; 2021 [citado: 2024, octubre] 79. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12494/36512>
17. Edu.co. [citado el 23 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://repository.ut.edu.co/entities/publication/e04e7e3d-df86-4d4b-9948-0dc4b783033f>
18. Cañón Buitrago, SC, Castaño Castrillón, JJ, Garzón González, KN, Orrego Quintero, MF, Vásquez Díez, JD. (2021). Frecuencia de conductas autolesivas y factores asociados en adolescentes escolarizados: Frecuencia de conductas autolesivas y factores asociados en adolescentes escolares de Manizales, Colombia. Archivos de Medicina (Manizales), 21 (2). <https://doi.org/10.30554/archmed.21.2.4097.2021>
19. Estimilla S, Zuley F, Leidy L. Salud mental y acoso escolar en una muestra de adolescentes de una institución educativa pública de Cartagena [trabajo de grado]. Cartagena. Universidad de Cartagena; 2023 <https://bibliotecadigital.usb.edu.co/entities/publication/8d226000-67ed-4faf-8d9b-406b4e7c8742>
20. Vázquez P; Gutiérrez K; Fernández J; Et Al. Análisis de la relación entre conducta de bullying y las funciones ejecutivas en niños y adolescentes escolarizados [Internet].

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 86 de 92

Universidad tecnológica de Bolívar: revista complutense de educación; 2020[diciembre del año 2020]. disponible en: <http://dx.doi.org/10.5209/rced.70652>

21. SAMHSA. Salud mental. En: Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA). Disponible en: <https://www.samhsa.gov/salud-mental> [Accedido: 6 de octubre de 2024]
22. Ministerio de Salud y Protección Social. Política Nacional de Salud Mental. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/politica-nacional-salud-mental.pdf> [Accedido: 6 de octubre de 2024].
23. Organización Mundial de la Salud. Adolescencia: definición, vulnerabilidad y oportunidad [Internet]. 2014 [citado el 6 de octubre de 2024]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1560-43812014000100002&script=sci_arttext
24. Concepto. De. Adolescencia - Concepto, etapas y diferentes cambios [Internet]. 2022 [citado el 6 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://concepto.de/adolescencia-2/>.
25. American Psychiatric Publishing. Guía de consulta de los Criterios Diagnósticos del DSM-5 [Internet]. 2014. Disponible en: <https://www.eafit.edu.co/ninos/reddelaspreguntas/Documents/dsm-v-guia-consulta-manual-diagnostico-estadistico-trastornos-mentales.pdf>
26. Felman A. Ansiedad: Síntomas, tipos, causas, prevención y tratamiento [Internet]. Medicalnewstoday.com. 2021 [citado el 23 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/ansiedad>
27. Navarra. Tipos de trastornos de ansiedad [Internet]. Gobierno de Navarra; [citado 6 de octubre de 2024]. Disponible en: https://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad/Introduccion/Tipos+trastornos+ansiedad/
28. Antonio Alonso, Ana Diaz Amorín, Francisco Atienza. (2024). Manejo de la ansiedad.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 87 de 92

<https://semergen.es/files/docs/biblioteca/docConsultaRapida/2024/manejodelaAnsiiedad.pdf>

29. Mayo Clinic. Trastornos de ansiedad - Síntomas y causas [Internet]. 2022 [citado el 6 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/anxiety/symptoms-causes/syc-20350961>.
30. Felman A. Ansiedad: Síntomas, tipos, causas, prevención y tratamiento [Internet]. Medicalnewstoday.com. 2021 [citado el 23 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/ansiedad>
31. Antonieta Also Fontaneta, b, Natalia Echiburu Salinasa, Jessica Pinto Asenjo. (2024). Tratamiento farmacológico de los trastornos de ansiedad. <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-practica-24-articulo-tratamiento-farmacologico-trastornos-ansiedad-S2605073023000238>
32. Auxiliadora Rodríguez Tejada, b, M. Elisa Torres Tejerac (Ed.). (2024). Estrategias no farmacológicas en el tratamiento de la ansiedad. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-practica-24-articulo-estrategias-no-farmacologicas-el-tratamiento-S2605073024000038>
33. del Pilar, G. M. S. G. R. L. (2022). Prevención de la ansiedad: técnicas y recursos para la autogestión. Universidad de La Laguna. Disponible en: <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/28809/Prevencion%20de%20la%20ansiedad%20tecnica%20y%20recursos%20para%20la%20autogestion.pdf?sequence=1>.
34. Código de infancia y adolescencia ley N 1098 de 2006 ministerio de la protección social, instituto colombiano de bienestar familiar [citado 8 octubre de 2024] URL: <https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/codigoinfancialey1098.pdf>
35. Ley servicios para la salud mental en Colombia ley N 1616 de 2013 [citado el 23 de enero del 2024] URL: <https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=51292>

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 88 de 92

- 36.** Ley 1620 de 2013 - Gestor Normativo [Internet]. Gov.co. [citado el 4 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=52287>
- 37.** Resolución 4886 de 2018 - Política Nacional de Salud Mental [citado el 23 de octubre del 2024]. Disponible en: <https://www.sispro.gov.co/observatorios/onsaludmental/Paginas/Normatividad.aspx>
- 38.** CONPNES, Salud Mental 3992 [citado el 23 de octubre del 2024]. Disponible en: <https://www.sispro.gov.co/observatorios/onsaludmental/Paginas/Normatividad.aspx>
- 39.** Ley 2383 de 2024 [citado el 23 de octubre del 2024]. Disponible en: <https://www.sispro.gov.co/observatorios/onsaludmental/Paginas/Normatividad.aspx>
- 40.** Salud y Protección Social Abril de M. PLAN DECENAL DE SALUD PÚBLICA PDSP - 2031 [Internet]. Gov.co. [citado el 4 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/PSP/documento-plan-decenal-salud-publica-2022-2031.pdf>
- 41.** Díaz Santos C, Santos Vallín L. La ansiedad en la adolescencia. RQR Enfermería Comunitaria (Revista de SEAPA). 2018 feb;6(1):21-31. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6317303.pdf> [citado el 6 de octubre de 2024]
- 42.** Aldeas Infantiles SOS. La ansiedad en la adolescencia: detección y prevención [Internet]. 2022 [citado el 6 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://www.aldeasinfantiles.es/blog/la-ansiedad-en-la-adolescencia-deteccion-y-prevencion>.
- 43.** Child Mind Institute. De qué manera afecta la ansiedad a los adolescentes [Internet]. 2022 [citado el 6 de octubre de 2024]. Disponible en:

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 89 de 92

[https://childmind.org/es/articulo/de-que-manera-la-ansiedad-afecta-a-los-adolescentes.](https://childmind.org/es/articulo/de-que-manera-la-ansiedad-afecta-a-los-adolescentes)

- 44.** Zubeidat I, Fernández Parra A, Sierra JC, Salinas JM. Evaluación de factores asociados a la ansiedad social y a otras psicopatologías en adolescentes. Salud Ment. 2008;31(3):245-52. Disponible en https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-33252008000300004&script=sci_arttext.
- 45.** Gogorza R. Ansiedad: ¿estado emocional o enfermedad? OSDE [internet]. 2023 [consultado 14 oct 2024]. Disponible en: <https://www.osde.com.ar/salud-y-bienestar/ansiedad-estado-emocional-o-enfermedad>.
- 46.** Muñoz C, et al. Predisposición para el desarrollo de trastornos de ansiedad y depresión en pacientes hospitalizados. Revista Iberoamericana de Psicología [internet]. 2021 [consultado 14 oct 2024]. Disponible en: <https://reviberopsicologia.iberu.edu.co/article/view/rip.12206>.

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	4
		Fecha	05/02/2024
		Página	Página 90 de 92

3. Aporte del PAT Colectivo al DHS (Desarrollo Humano Sostenible)

El pat'c colectivo contribuye a los ejercicios concretos de investigación, para la solución de problemas y necesidades en diferentes áreas, realizando intervenciones sociales que conllevan a un enfoque de prevención y mantenimiento de la salud, contribuyendo con el desarrollo humano sostenible.

4. Aportes puntuales del PAT Colectivo al plan de estudios del programa académico

La universidad Rafael Núñez como lo describe en la misión , está comprometida con la formación integral de profesionales, y la transformación sociocultural de su entorno local y regional, dentro de los principios del desarrollo humano sostenible, asume implícitamente el compromiso ineludible, con el desarrollo de una cultura de calidad, que se constituya en un marco orientador y regulador, de todos y cada uno de los propósitos, decisiones y acciones de carácter normativo, académico, administrativo y evaluativo.

De ahí la importancia del pat'c en el plan de estudio del programa académico, para motivar a la población estudiantil a la investigación científica, creando individuos con habilidades y conocimientos nuevos, de formación académica constructiva en un mundo de acelerado desarrollo, capaces de promover el pensamiento crítico y autónomo para la toma de decisiones éticas y/o resolución de problemas del contexto.

5. Impacto del PAT Colectivo en la producción del Programa. De acuerdo con la apreciación del Colectivo Docente, indique como valor agregado, si desde el PAT Colectivo desarrollado entre otros: a) se generará un artículo, o una presentación en evento (divulgación), b) se derivará un trabajo de grado, o una intervención comunitaria; c) se convertirá en insumo para Investigación estricta.

- Encuentro de institucional de semilleros y sustentaciones del pat'c, como espacio de formación.
- Insumo de referencia para la realización de trabajos de grado.
- Insumos de referencia para producción escritural.



FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO

Código	FT-IV-015
Versión	4
Fecha	05/02/2024
Página	Página 91 de 92

Nota: Adjuntar la lista de estudiantes participantes en el desarrollo del PAT Colectivo.



REGISTRO DE ASISTENCIA

Código	259
Versión	8
Página	1 de 1

TEMA: Socialización del pat colectivo FECHA: 19/01/2024 FACILITADOR: Clayton Romero Castro

OBJETIVO: Socialización del pat colectivo

NOMBRES Y APELLIDOS	CARGO O PROGRAMA (SEMESTRE)	CEDULA	TELEFONO	FIRMA	EMAIL
Moises Bogallo Becoral	Enfermería III	1043638262	310505759	<i>[Signature]</i>	mbogallo6@cumvival.edu.co
Adriano Cuentas Padilla	Enfermería III	10132411	300577806	<i>[Signature]</i>	acuentas6@cumvival.edu.co
Javier González Siges	Enfermería III	1050967256	3042681329	<i>[Signature]</i>	javsiges36@cumvival.edu.co
Alexander Canea Herrera	Enfermería III	100248835	3013316573	<i>[Signature]</i>	acanea6@cumvival.edu.co
Angie Jiménez Gómez	Enfermería III	1043650575	305362599	<i>[Signature]</i>	ajjimenez6@cumvival.edu.co
Daniela Henao Castro	Enfermería III	1043467997	3122581537	<i>[Signature]</i>	dhenao6@cumvival.edu.co
Maria Jose Henao Meza	Enfermería III	1043437253	302402588	<i>[Signature]</i>	mhenao6@cumvival.edu.co
Samuel David Rojas Angulo	Enfermería III	1040438105	323341969	<i>[Signature]</i>	srojas6@cumvival.edu.co
Janeth Anaia Lopez Lopez	Enfermería III	103788482	302988980	<i>[Signature]</i>	jlopez6@cumvival.edu.co
Francis Corcoballo Montes	Enfermería III	104363389	300220100	<i>[Signature]</i>	fcorcoballo6@cumvival.edu.co
Hana Camila Gajal Alvarez	Enfermería III	3116871953	3116871953	<i>[Signature]</i>	hcgajal6@cumvival.edu.co
Daniela Ochoa Jarama	Enfermería III	3024662983	3024662983	<i>[Signature]</i>	dochoa6@cumvival.edu.co
David Padroco	Enfermería III	3062971093	300600983	<i>[Signature]</i>	dpadroco6@cumvival.edu.co
Rosalva Pérez Pérez	Enfermería III	1002320120	312727627	<i>[Signature]</i>	rperez6@cumvival.edu.co
José Víctor Hernández	Enfermería III	1193707237	304073409	<i>[Signature]</i>	jvhernandez6@cumvival.edu.co
Genesis Del Rosalinos	Enfermería III	1002201611	315704600	<i>[Signature]</i>	gdelrosalinos6@cumvival.edu.co
Camilo Roldán Rodríguez	Enfermería III	1002495215	322904905	<i>[Signature]</i>	croldan6@cumvival.edu.co
Valentina Aleazzi Herrera	Enfermería III	405146221	3008994376	<i>[Signature]</i>	valaleazzi6@cumvival.edu.co
Paula Betancourt Fuentes	Enfermería III	104198000	3043235114	<i>[Signature]</i>	pbetancourt6@cumvival.edu.co
Michell Hernández Muñoz	Enfermería III	1047402763	304305811	<i>[Signature]</i>	mhanandez6@cumvival.edu.co
Angelica Hincapié de la Cruz	Enfermería III	1092587705	3135170616	<i>[Signature]</i>	ahincapie6@cumvival.edu.co
Lorena Fernanda Torresgranda	Enfermería III	110010023	3134486783	<i>[Signature]</i>	lntorres6@cumvival.edu.co

OBSERVACIONES:

En virtud de la Ley 1581 de 2012, Decreto 1377 de 2013 y la política de tratamiento de información, la información contenida en este documento será para uso exclusivo de la Curn, quien será responsable por su custodia y conservación en razón de que contiene información de carácter confidencial o privilegiado, con fines específicos propios de la Corporación.



FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO

Código	FT-IV-015
Versión	4
Fecha	05/02/2024
Página	Página 92 de 92



REGISTRO DE ASISTENCIA

Código	259
Versión	8
Página	1 de 1

TEMA: Socialización del pat colectivo FECHA: 19/11/2024 FACILITADOR: [Signature]
 OBJETIVO: Socialización del pat colectivo.

NOMBRES Y APELLIDOS	CARGO O PROGRAMA (SEMESTRE)	CEDULA	TELEFONO	FIRMA	EMAIL
Karen Muñoz Argente	Enfermería III	106938075	2083764067	[Signature]	Kmunez26@cornuvirtual.edu.co
Sharon Mestre	Enfermería III	1143337356	3246849277	[Signature]	Smestre6@cornuvirtual.edu.co
Kellyroja Jimes Rigoberto	Enfermería III	1.126.257.227	308895767	[Signature]	KRomeiro@cornuvirtual.edu.co
Sandy Goveia Ayala	Enfermería III	1038099991	302213249	[Signature]	Sgoveia6@cornuvirtual.edu.co
Cashley Gomez Vitola	Enfermería III	100216582	3152085896	[Signature]	lgomez6@cornuvirtual.edu.co
Zharick Caraballo	Enfermería III	1043963389	300508109	[Signature]	Zcaraballo6@cornuvirtual.edu.co
Maria Jose Velazquez	Enfermería III	1048437153	3074620888	[Signature]	MVelaz6@cornuvirtual.edu.co
Samuel Tapia, Angulo	Enfermería III	1048438106	3293341469	[Signature]	Stapia6@cornuvirtual.edu.co
Roberto Alvarez Padilla	Enfermería III	1001196418	3006571600	[Signature]	RAlvarez6@cornuvirtual.edu.co
Luis Fernando Arango	Enfermería III	10007023999	3004722099	[Signature]	LArango6@cornuvirtual.edu.co
Sharon Muñoz Mendez	Enfermería III	1142919674	3165069984	[Signature]	Smunoz6@cornuvirtual.edu.co
Sawely Morcos Rodriguez	Enfermería III	11021191439	301258860	[Signature]	Smorcos6@cornuvirtual.edu.co
Shaneth Marcel Lopez Lopez	Enfermería III	1073188482	300468980	[Signature]	MLopez6@cornuvirtual.edu.co
Maria Fernanda Santiago Garcia	Enfermería III	1049494998	3107098708	[Signature]	MSantiago6@cornuvirtual.edu.co
Samuel David Lopez Angulo	Enfermería III	104260727	3042025661	[Signature]	SDLopez6@cornuvirtual.edu.co
Jainer Gonzalez Suarez	Enfermería III	102562046	3256577865	[Signature]	JGonzalez6@cornuvirtual.edu.co
OBSERVACIONES:					

En virtud de la Ley 1581 de 2012, Decreto 1377 de 2013 y la política de tratamiento de información, la información contenida en este documento será para uso exclusivo de la Curn, quien será responsable por su custodia y conservación en razón de que contiene información de carácter confidencial o privilegiado, con fines específicos propios de la Corporación.