

UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO

FACULTAD DE MEDICINA

ESCUELA DE PSICOLOGÍA



**Evitación experiencial y ansiedad en estudiantes universitarios de una
universidad privada en Chiclayo, 2023**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTOR

Nayeli Shiomara Tuñoque Duque

ASESOR

Oscar Ivan Alfaro Bustamante

<https://orcid.org/0000-0002-0235-4019>

Chiclayo, 2025

**Evitación experiencial y ansiedad en estudiantes universitarios de una
universidad privada en Chiclayo, 2023**

PRESENTADA POR
Nayeli Shiomara Tuñoque Duque

A la Facultad de Medicina de la
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
para optar el título de

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

APROBADA POR

Monica Lizetty Ciurlizza Garnique
PRESIDENTE

Mary Cleofe Idrogo Cabrera
SECRETARIO

Oscar Ivan Alfaro Bustamente
VOCAL

Dedicatoria

Este resultado esta dedicado a mis padres Manuel Tuñoque y Rosa Duque, por su amor y apoyo incondicional en todas las circunstancias. Su aliento y confianza en mí han sido mi mayor motivación para alcanzar cada meta que me he propuesto. Gracias a ellos, por ser mi fuente inagotable de inspiración y por creer en mí más allá de cualquier obstáculo, he aprendido a enfrentar las dificultades de la vida con amor, fe y perseverancia.

Agradecimientos

A mis respetados profesores, por su guía experta, paciencia y sabias enseñanzas a lo largo de mi carrera académica. Cada uno de ustedes ha dejado una huella imborrable en mi formación profesional y personal. Agradezco sinceramente su dedicación y compromiso, que han enriquecido mi aprendizaje y han sido fundamentales en mi desarrollo académico.

Evitación experiencial y Ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada en Chiclayo, 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD

17%

INDICE DE SIMILITUD

16%

FUENTES DE INTERNET

4%

PUBLICACIONES

8%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	4%
2	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	Submitted to Universidad Francisco de Vitoria Trabajo del estudiante	1%
4	www.scribd.com Fuente de Internet	1%
5	tesis.usat.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	www.grafiati.com Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Pontifical Catholic University of Puerto Rico Trabajo del estudiante	1%
8	Submitted to Pontificia Universidad Católica del Perú	<1%

Índice

Resumen.....	6
Abstract.....	7
Introducción.....	8
Revisión de Literatura	9
Materiales y Métodos	12
Resultados y Discusión	14
Conclusiones	17
Recomendaciones.....	17
Referencias.....	17
Anexos.....	21

Resumen

En el contexto universitario, es común que los estudiantes enfrenten diversas dificultades que pueden desencadenar altos niveles de evitación experiencial y ansiedad, esta problemática afecta en el bienestar psicológico y académico de los universitarios, es por ello que se realizó esta investigación, teniendo como objetivo general: determinar la relación entre Evitación Experiencial y la Ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Chiclayo, 2023, y como objetivos específicos: identificar los niveles de evitación experiencial y ansiedad, según sexo. El estudio empleó un enfoque cuantitativo y de alcance correlacional, con un diseño no experimental, transversal-prospectivo. La muestra estuvo compuesta por 229 estudiantes mediante un muestreo no probabilístico de tipo intencional. El cuestionario de Aceptación y Acción-II (AAQ-II) y la escala de Ansiedad Generalizada (GAD-7) fueron los instrumentos utilizados para la recogida de datos. Los resultados mostraron una correlación positiva y significativa entre la evitación experiencial y la ansiedad. De igual manera un alto nivel de evitación experiencial y ansiedad presente en los estudiantes, resaltando que no hubieron diferencias significativas según el sexo.

Palabras clave: evitación experiencial, ansiedad, estudiantes universitarios

Abstract

In the university context, it is common for students to face various difficulties that can trigger high levels of anxiety and experiential avoidance, this problem affects the psychological and academic well-being of university students, that is why this research was conducted, having as general objective: to determine the relationship between experiential avoidance and anxiety in university students of a private university in Chiclayo, 2023, and as specific objectives: to identify the levels of experiential avoidance and anxiety, according to gender. The study used a quantitative and correlational approach, with a non-experimental, cross-sectional-prospective design. The sample consisted of 229 students through a non-probabilistic purposive sampling. The Acceptance and Action Questionnaire-II (AAQ-II) and the Generalized Anxiety Scale (GAD-7) were the instruments used for data collection. The results showed a significant correlation between experiential avoidance and anxiety. Likewise a high level of experiential avoidance and anxiety present in the students, highlighting that there are no significant differences according to gender.

Key words: experiential avoidance, anxiety, university students.

Introducción

La evitación experiencial, según Hayes et al. (1996), constituye un problema que viene en aumento, debido a la resistencia de las personas a enfrentar experiencias privadas desagradables, como pensamientos, sensaciones y emociones, lo que conlleva a tomar medidas para modificar la forma en que ocurren estos eventos y los contextos que los provocan. Por consiguiente, Velásquez et al. (2018) sostienen que, frente a los sucesos estresantes, las personas tienden a escapar o evitar estas experiencias no deseadas percibidas como desagradables al relacionarse con experiencias o eventos internos no deseados, manifestándose a través de conductas de evitación que buscan reducir el malestar emocional asociado a dichas experiencias, como el consumo de sustancias, la evitación de situaciones sociales, o el estrés emocional, generando un afrontamiento de alivio temporal, pero a largo plazo puede contribuir el mantenimiento de la ansiedad en los individuos, ya que no ha sido abordado las situaciones de manera efectiva las causas subyacentes del malestar emocional (Stewart, et al 1996).

Por su parte, Beesdo et al. (2009), describen la ansiedad como un estado emocional complejo que va más allá de sentirse nervioso o preocupado, lo cual involucra una variedad de manifestaciones tanto físicas como psicológicas. Asimismo, refiere que la ansiedad no solo refleja una respuesta natural del organismo ante experiencias de amenaza o peligro, además, desempeña un papel fundamental en la adaptación y la supervivencia de la persona. Por consiguiente, estiman que la ansiedad es un sistema complejo de respuestas conductuales, fisiológicas, emocionales y cognitivas ante eventos anticipados como desagradables para el sujeto (Clark y Beck, 2012).

En el contexto académico, los estudiantes universitarios eventualmente se enfrentan a diversas actividades o circunstancias que pueden presentar retos y desafíos, lo cual, puede generar ansiedad. Así pues, las personas tienen una tendencia natural a evitar situaciones emocionales, conductuales y sociales negativas, las cuales engloba eventos que generan emociones o experiencias privadas desagradables. Estas situaciones se vuelven prominentes en la historia personal de cada individuo y pueden influir en las inferencias que se hacen en la vida cotidiana, como resultado, esta evitación puede llevar a una mayor resistencia para enfrentar estas experiencias y los sentimientos negativos que los acompañan.

Según las opiniones de Bandelow & Michaelis (2015) la ansiedad, afecta aproximadamente al 30% de la población global en algún momento de la vida de las personas, se estima un efecto negativo en varios ámbitos que afectan la calidad de vida. Teniendo en cuenta que, en el año 2019, la ansiedad se convirtió en uno de los trastornos mentales más frecuentes, y se consideró que la tasa global de trastornos de ansiedad aguda bordea el 3,9% OMS (2022). Por otro lado, Eisma et al., (2014) refieren que la evitación experiencial está relacionada con la predicción o coexistencia de la ansiedad. En cuanto a la ciudad de Lima se informó que la prevalencia de ansiedad en adultos fue del 3.3%. Asimismo, se registró que el 3.0% de los adolescentes presentaban ansiedad generalizada y el 2.6% sufrían de fobia social (INSM, 2013). Así pues, en el Perú, se ha realizado escasas investigaciones sobre el vínculo entre la evitación experiencial y la ansiedad, se ha propuesto plantear la siguiente interrogante: ¿Qué relación existe entre la evitación experiencial y la ansiedad en estudiantes universitarios de una Universidad Privada en Chiclayo, 2023? Se espera que exista una relación entre las variables.

En tal sentido, para responder a la pregunta formulada, este estudio propuso investigar el siguiente objetivo general: Determinar la relación entre Evitación Experiencial y la Ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Chiclayo, 2023. Asimismo, se plantearon una serie de objetivos específicos, estos incluyeron: Identificar los niveles de Evitación Experiencial en estudiantes universitarios de una universidad privada de Chiclayo, 2023; Identificar los niveles de Ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad

privada de Chiclayo, 2023; Identificar la presencia de evitación experiencial según sexo y, Identificar el nivel de ansiedad según sexo.

Por ende, en la sociedad actual, se observa una tendencia entre los estudiantes universitarios de evitar enfrentar directamente sus emociones, pensamientos, recuerdos. En lugar de abordar estas experiencias negativas de frente, optan por el camino más fácil como modificar su comportamiento para evitar enfrentar los problemas, lo que tiene un impacto perjudicial en su bienestar y contribuye al desarrollo de la ansiedad en los jóvenes. Es importante destacar la investigación por su enfoque práctico, que permite comprender las estrategias de evitación que los estudiantes emplean en relación con el proceso de aprendizaje, como respuesta a la ansiedad asociada a la evitación experiencial.

Desde el punto de vista teórico, este informe de tesis se sustenta en los aportes de expertos en ambas variables, así como en referencias de trabajos previos de otros investigadores que han abordado objetivos similares en otras instituciones de educación superior. En cuanto a la metodología, se han aplicado rigurosos procedimientos de investigación para asegurar la validez y confiabilidad de los datos recopilados, utilizando instrumentos adecuados y técnicas apropiadas tanto para la recolección como para el análisis de datos. Esto garantizó la validez de los resultados obtenidos. Se consideró que los principales beneficiarios de este estudio serían los estudiantes, así como los especialistas en salud mental y las autoridades relevantes del lugar donde se llevó a cabo la investigación.

Revisión de Literatura

Antecedentes

A nivel internacional, se consideraron diversos estudios que abordaron temáticas relacionadas con las variables de interés en esta investigación:

En cuanto, al trabajo llevado a cabo por Fey (2017) en Países Bajos, examinó el impacto de la evitación experiencial en la manifestación de los trastornos de ansiedad y depresión. Se empleó un diseño exploratorio, transversal, y basado en encuestas, con la participación de 107 estudiantes de estudios secundarios superiores cuyas edades comprendieron entre 21 a 30 años en ellos analizaron el sexo siendo el 68.2% de sexo femenino, para ello aplicaron la escala de Evitación y Acción - II (AAQ-II) y Ansiedad y Depresión Hospitalaria (HADS). Los resultados revelaron una relación significativa entre la evitación experiencial, la ansiedad y la depresión. Evidenciándose que, el uso de la evitación experiencial puede ser un predictor de la aparición de la ansiedad y depresión. Estos hallazgos destacan la relevancia de considerar la evitación experiencial como elemento relevante en la comprensión y abordaje de los trastornos de la ansiedad y depresión. Finalmente, se evidenció una correlación positiva entre los elementos, con un gran tamaño del efecto.

Por otra parte, en Estados Unidos se hizo un estudio por Michel (2022), analizó la función de la autoeficacia académica en relación con la evitación experiencial y ansiedad. El enfoque metodológico utilizado fue descriptivo y se contó con 161 universitarios con edades entre 18 y 24 Para evaluar las variables, se utilizaron el Cuestionario de Autoeficacia (SEQ), el Cuestionario del TAG-7 (GAD-7), así como también el Cuestionario Multidimensional de Evitación Experiencial (MEAQ). Los resultados del estudio demostraron que una baja autoeficacia académica aumenta la ansiedad en los estudiantes universitarios, y la evasión es un fuerte pronóstico de la ansiedad. En conclusión, existe una relación significativa entre todas las variables, y la evitación experiencial es una fuerte asociada con la ansiedad.

Por consiguiente, en Árabe se realizó un estudio por Mohammed (2022), tuvo como finalidad examinar los efectos mediadores de la evitación experiencial y la acción comprometida en relación con la ansiedad. La metodología utilizada fue descriptiva y se tuvo la participación de 547 estudiantes universitarios. Para evaluar las variables, se utilizaron el Cuestionario de Aceptación y Acción- II (AAQ-II), el Cuestionario de Acción Comprometida-8 (CAQ-81), la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés-21 (DASS-21) y la Escala de Calidad

de Vida de la OMS- BREF I (WHOQOL-BREF I). Los datos del estudio indicaron que la evitación experiencial y la acción comprometida actuaban como mediadores. La ansiedad se asociaba con un mayor intento de evitar pensamientos y sentimientos aversivos, lo que dificultaba la participación en actividades cotidianas. En conclusión, se evidenció una asociación relevante entre las variables, y ambos factores se relacionaron entre sí. Además, se observó un efecto total significativo de la ansiedad en el bienestar social, concluyendo que la ansiedad se asoció significativamente con la evitación experiencial y ambos mediadores se asociaron significativamente entre sí.

A nivel nacional, se revisaron investigaciones realizadas en el contexto del país que abordaron aspectos similares a los que se pretenden explorar en este trabajo:

Por otra parte, en Lima se realizó por Guillén (2018) buscó determinar la relación entre la evitación experiencial y la ansiedad. De tipo descriptivo-correlacional, y la muestra estuvo conformada por 183 universitarios. Para determinar la evitación experiencial, se utilizó el cuestionario "Acceptance and Action Questionnaire" (AAQ-II), mientras que para evaluar la ansiedad se empleó el "Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad" (ISRA). Se mostró una relación positiva entre la evitación experiencial y la ansiedad. En conclusión, este estudio evidenció que el grado de evitación desempeña un papel importante en la aparición y presencia de la ansiedad.

Además, en la ciudad de Lima Sánchez et al. (2021) lograron analizar los componentes relacionados con la ansiedad, depresión, somatización y evitación experiencial en estudiantes universitarios de Perú durante la COVID-19. La metodología utilizada fue descriptiva y comparativa, y la muestra estuvo conformado por 1264 universitarios, cuyas edades son de 20 a 26 años, utilizando el inventario de C. P. D. y el AAQ II. Los resultados indicaron que un número significativo de estudiantes presentaban múltiples indicadores de estos síntomas, con un alto porcentaje mostrando síntomas orgánicos y altos niveles de evitación experiencial. Además, se observaron diferencias significativas según la edad, con estudiantes mayores mostrando menores niveles de ansiedad, depresión y evitación experiencial y según el sexo el 40.3% de las mujeres tienden a somatizar y mostrar mayor evitación experiencial que los varones.

También, en este estudio realizado por Román (2021) en la ciudad de Lima logró analizar la relación entre la ansiedad y la evitación experiencial. Se contó con el diseño correlacional y la muestra de 256 universitarios, incluyendo 103 varones y 156 mujeres. Para evaluar las variables, se utilizaron el Cuestionario de IDARE y el Cuestionario AAQ-II. Como resultado del estudio se identificó una correlación positiva y significativa entre la ansiedad y la evitación experiencial.

Bases Teóricas.

Evitación Experiencial

Hace referencia a la disposición de un individuo a evitar de manera activa experiencias internas desagradables, como pensamientos, emociones, sensaciones y estados físicos, lo que, a su vez puede favorecer el mantenimiento de ansiedad. (Hayes et al.,1996). Por otro lado, fundador del psicoanálisis, identifico la evitación experiencial como la raíz de muchos problemas psicológicos, es decir que el ego, para protegerse de pensamientos que provocan ansiedad, desarrollaba mecanismos de defensa inconscientemente como la supresión y la represión, lo cual impiden que ciertos contenidos mentales llegaran a consciencia (Freud, 1926).

Además, se manifiesta cuando un individuo no está preparado a quedarse en relación con elementos de sus experiencias Este comportamiento evitativo puede manifestarse mediante diversas estrategias, tales como la distracción, la supresión de pensamientos o emociones, y situaciones desencadenantes (Chambers et al., 2009). No obstante, estas estrategias pueden conllevar efectos adversos a largo plazo en el bienestar psicológico y emocional del individuo, ya que pueden contribuir a la perpetuación del malestar al interferir con la capacidad de afrontar y procesar adecuadamente las experiencias internas.

De acuerdo con Pérez (2014) argumenta que la evitación experiencial implica el intento de por cambiar situaciones internas, que tales conductas conducen a resultados negativos donde tiende a adoptar comportamientos orientados a evitar el sufrimiento. Sin embargo, en postura de García (2018) afirma que la evitación experiencial puede no ser exclusivamente perjudicial, ya que puede servir como una estrategia adaptativa para regular el malestar emocional en ciertos contextos, señalando que puede tener beneficios a corto plazo al reducir temporalmente la intensidad de la ansiedad o el malestar emocional, sin embargo a largo plazo, puede contribuir al mantenimiento de estas conductas al interferir con el proceso natural de afrontamiento y resolución de problemas.

Harris (2019) entiende que la evitación experiencial, se crea un ciclo de evasión que puede empeorar problemas emocionales y psicológicos, como la ansiedad e involucra intentos fructuosos de control, nos aleja a construir una vida significativa y de centrarnos en lo que realmente es valioso.

Características

Desde la perspectiva de Maero (2022) refiere que las conductas de evitación experiencial no son inherentemente patológicas desde un principio, lo que significa que no pueden ser categorizados como bueno o malo. Sin embargo, Harris (2021) sugiere que la evitación experiencial se convierte en problemática cuando estas conductas se tornan inviables, pueden obstaculizar la posibilidad de llevar una vida plena y satisfactoria.

Por otra parte, Maero (2022) señala que una de las principales por las que la evitación experiencial se convierte en problemática es porque existe la dificultad de manejar las experiencias internas; es decir, no se puede optar por no sentir o no pensar, y la única manera de evitar estas sensaciones es eludir los estímulos o situaciones que las desencadenan, lo que puede tener consecuencias significativas. Además, a medida que estas conductas persisten en el tiempo, es probable que surjan otros problemas, así como un aumento en el dolor y el sufrimiento, y es más probable que se desaproveche el tiempo y la energía en actividades que podrían resultar más beneficiosas o relevantes (Harris, 2021). La evitación es una reacción humana natural, tiene un valor adaptativo y tienen la tendencia hacia la evitación de estímulos negativos y la búsqueda activa de estímulos positivos o placenteros como estrategia para interactuar con su entorno.

Ansiedad

La ansiedad es caracterizada por un estado emocional que abarca sentimientos de aprehensión nerviosismo, preocupación excesiva, así como manifestaciones físicas como palpitaciones, sudoración, temblores y dificultad para concentrarse. Este estado de ansiedad puede ser desproporcionado en relación con la situación real y puede interferir significativamente con el funcionamiento diario y el bienestar emocional del individuo (Spitzer et al., 2006). Por otro lado, Clark y Beck (2012) sostienen que la ansiedad es un mecanismo complejo que involucra reacciones conductuales, fisiológicas, afectivas y cognitivas, activándose cuando una persona anticipa eventos o circunstancias impredecibles que representan una amenaza para sus intereses, generando un alto nivel de estrés.

Por su parte, Diaz (2019), la ansiedad como una condición normal en la evolución humana, con una función adaptativa que guía el comportamiento del individuo frente a situaciones anticipadas como difíciles o aversivas, llegando a ser útil en intensidad, la ansiedad puede ser útil, ya que permite al sujeto mejorar su desempeño físico e intelectual, lo motiva a resolver problemas y le otorga una mejor capacidad para adaptarse a entornos o circunstancias nuevas. Sin embargo, Papalia (1944) plantea que la ansiedad se manifiesta a través del aprendizaje, la rigidez o la incertidumbre, surgiendo frente a situaciones de amenaza y la percepción de control real o ficticio sobre ellas. Además, la ansiedad es una reacción interna que alerta sobre una exposición, siendo provocada por eventos traumáticos en los primeros de vida (Freud, 1926).

Consecuencias

Además, la ansiedad a largo plazo puede ejercer un impacto considerable en las capacidades cognitivas, como la atención, la memoria y el procesamiento de la información (Kocovski, y Endler, 2000), afectando la capacidad del individuo para concentrarse y recordar información de manera eficiente. Además, la ansiedad prolongada puede dar lugar a patrones de evitación experiencial (Brown, 2015), donde el individuo busca evitar situaciones, pensamientos o emociones que puedan desencadenar o aumentar su ansiedad (Barlow, 2018), es por ello de suma importancia investigar esta relación con mayor profundidad empíricamente la asociación entre las variables, proporcionando así una mejor comprensión de estos fenómenos y sus implicaciones para la salud mental.

Materiales y Métodos

Diseño Metodológico.

El diseño de investigación en este trabajo fue no experimental, de tipo cuantitativo y de alcance correlacional, transversal-prospectivo. Teniendo en cuenta que los sujetos fueron observados en su ambiente natural y analizados sin ser manipulados, con el propósito de investigar la existencia de relaciones entre las variables existentes (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

Participantes.

Para este estudio se contó con una población 557 estudiantes según la administración de secretaria de la Facultad de Ciencias Empresariales de una universidad privada ubicada en Chiclayo. Es por ello, que se realizó una fórmula para el cálculo de la muestra donde se tuvo en cuenta los valores siguientes: un alfa igual a 0.05 y una potencia estadística igual a 0.95, considerando una distribución de dos colas; por lo que, se estimó que el tamaño de la muestra sería de 229 participantes (Hernandez-Sampieri, 2014).

La muestra final se obtuvo mediante un muestreo no probabilístico de tipo intencional, con lo que se concretó un total de 209 participantes, los cuales cumplieron los siguientes

criterios: 1) Estudiantes de una universidad privada de Chiclayo; 2) Estudiantes mayores de 18 años; 3) Estudiantes de ambos sexos; 4) Estudiantes que se encuentren matriculados y asistan regularmente en el semestre académico 2023-II. Además, se tuvo en cuenta algunos criterios de exclusión como, por ejemplo: 1) Estudiantes que no aceptaron participar en el estudio de investigación; 2) Estudiantes que desarrollen el cuestionario con errores.

Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos.

Los datos de la investigación se recolectaron mediante cuestionarios adaptados para su uso en Perú. Se utilizó el cuestionario de Aceptación y Acción II (AAQ-II), desarrollado por Hayes et al. (1996), y adaptado por Martínez (2018). Además, se aplicó la escala de Ansiedad generalizada (GAD-7) creada por Spitzer et al. (2006), y adaptada por Anicama et al. (2021) para evaluar el nivel de ansiedad. Estas adaptaciones tuvieron como objetivo hacer que los instrumentos fueran comprensibles y accesibles para los estudiantes peruanos.

Se utilizó (AAQ-II) adaptado por Martínez (2018) en Perú, consiste en 7 ítems, que evalúa la evitación experiencial, es decir, a falta de disposición para vivir o experimentar pensamientos, emociones y situaciones no deseados, así como la dificultad para alcanzar metas y valores personales que involucren experiencias dolorosas o molestas. Se utiliza una escala Likert de 1 a 7 (donde 1 significa "Nunca es verdad", 4 "A veces es verdad" y 7 "Siempre es verdad"). El cuestionario mostró una fiabilidad interna (alfa de Cronbach = 0.82) y una estructura factorial unifactorial. Los resultados de validez revelaron una correlación positiva de moderada ($r=0.68$), entre la ansiedad y la evitación experiencial, indicando que, a mayor ansiedad, mayor tendencia a la evitación experiencial. El análisis de confiabilidad arrojó valores entre 0.81 a 0.87, mientras que el análisis factorial confirmó la estructura unifactorial con varianzas explicadas que oscilan entre el 40 a 46%. Estos resultados sugieren que el instrumento es adecuado para ser utilizado en futuras investigaciones en contextos similares.

Por otro lado, para medir la Ansiedad se utilizó la escala de Ansiedad generalizada (GAD-7), desarrollada por Sítzer et al. (2006) y adaptada en Perú por Anicama et al. (2021). Esta escala consta de 7 ítems y emplea una escala de calificación tipo Likert, con cuatro alternativas, valorados desde 0 (en absoluto) hasta 3 (casi todos los días) para medir la ansiedad generalizada. La puntuación total varía entre 0 a 21, siendo las puntuaciones más altas indicativas de un nivel más elevado de síntomas de ansiedad. Los resultados de validez del instrumento mostraron valores adecuados de confiabilidad (0,92) y validez (0,83). Desde su realización, se llevaron a cabo diversos estudios para examinar sus propiedades psicométricas y validar la versión peruana de la escala.

Procedimientos.

El presente estudio solicitó la autorización de la Escuela de Psicología de la Universidad Santo Toribio de Mogrovejo para llevar a cabo la investigación. Una vez fue aprobado por el director de escuela de la universidad, se coordinaron las fechas y los horarios de evaluación. Posterior a ello, antes de la aplicación de los instrumentos se obtuvo el consentimiento informado de los estudiantes (Ver anexo E), acompañado de una explicación clara y detallada sobre el contenido de la información y los instrumentos de evaluación (Ver anexos A y B). La aplicación del instrumento tomó aproximadamente 15 minutos por participante, realizándose de manera presencial e individual supervisada tanto por el investigador y el profesor presente. Al finalizar, se recopilaron las pruebas agradeciendo la colaboración de todos los participantes. Posteriormente, la información obtenida fue analizada estadísticamente.

Aspectos éticos

La investigación fue evaluada por el Comité de Ética en Investigación de la facultad de Medicina de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. Además, se procedió con el análisis mediante el software antiplagio Turnitin el cual arrojó un porcentaje de 17% de similitud.

Se tomo en cuenta los principios éticos bajo los cuales se guía la investigación, se seguirán las pautas establecidas en el Informe Belmont emitido por la Comisión Nacional para la Protección de los Sujetos Humanos en la Investigación Biomédica y del Comportamiento (1979). Estos principios comprenden el respeto a las personas, lo que implica reconocer a cada estudiante o colaborador como un individuo autónomo con la libertad de decidir voluntariamente si desean participar en el estudio.

Además, se garantizó la preservación de la integridad de los datos recopilados, los cuales fueron utilizados exclusivamente para fines de investigación. Todos los participantes recibieron un consentimiento informado (ver Anexo E), el cual abordó el objetivo del estudio, la confidencialidad, el uso de información, los beneficios, los procedimientos y los derechos, no se aplicaron costos ni se identificaron riesgos para los participantes. En términos de justicia, se aseguró que todos los individuos representativos de la población tuvieran la oportunidad de participar en la encuesta, utilizando prácticas equitativas.

Plan de Procesamiento y Análisis de Datos

Después de la aplicación del instrumento, las respuestas fueron inicialmente codificadas utilizando el software Excel 2019. Posteriormente, los datos se procesaron adecuadamente en una base de datos utilizando el software Jamovi versión 2.2.5, donde las respuestas se codificaron en la escala Likert, facilitando así el análisis correlacional de la información obtenida.

Además, se emplearon técnicas de estadística descriptiva para analizar la distribución de frecuencias en porcentajes, con el fin de identificar los niveles y la presencia de evitación experiencial y ansiedad según el sexo de los participantes. Los resultados se presentaron mediante tablas y figuras, proporcionando una representación clara y comprensible de los datos.

Resultados y Discusión

Relación entre evitación experiencial y la ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Chiclayo, 2023

En la Tabla 1, se identificó una relación significativa positiva entre la variable evitación experiencial y la ansiedad en estudiantes universitarios, esto indica que, a medida que aumentan los niveles de evitación experiencial, también tienden a aumentar los niveles de ansiedad

Tabla 1

Prueba de correlación de Spearman entre evitación experiencial y la ansiedad

		Evitación Experiencial
Ansiedad	Rho de Spearman	0.489
	valor p	< .001

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$,

Los hallazgos obtenidos, son consistentes con la investigación de Fey (2017) y Michel (2021), que también encontraron una correlación positiva entre las variables estudiadas, esto refiere que los estudiantes universitarios que reportan niveles altos de evitación experiencial tienden a tener niveles altos de ansiedad. Dicha interpretación de estos resultados coincide con las teorías propuestas por Hayes (1996) explica que la evitación experiencial, al intentar controlar o escapar de estas experiencias, intensifica y perpetua los síntomas de ansiedad, en lugar de aliviarlos.

Niveles de Evitación Experiencial en estudiantes universitarios de una universidad privada de Chiclayo, 2023

En la Tabla 2, con respecto a los niveles de evitación experiencial en los estudiantes universitarios de una universidad privada, se evidencia que predominante reportó “nivel alto” de evitación experiencial.

Tabla 2

Nivel de Evitación experiencial en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023.

Nivel	Frecuencias	% del Total
Alto	112	53.6 %
Bajo	97	46.4 %

Los resultados obtenidos en la presente investigación evidencian que los estudiantes universitarios tienden a presentar un predominio de evitación experiencial en niveles altos. Esta tendencia indica una disposición marcada a evitar pensamientos, emociones o recuerdos desagradables, lo cual puede influir negativamente en su bienestar psicológico y en su adaptación a diversas situaciones. Los hallazgos coinciden con el estudio realizado por Mohammed (2022), quien también reportó una alta prevalencia de evitación experiencial entre sus participantes, alcanzando un 70 % de estudiantes con niveles elevados en esta variable. Esta similitud entre estudios refuerza la idea de que la evitación experiencial es una característica común en contextos universitarios. Del mismo modo, los hallazgos de Michel (2022) en Estados Unidos respaldan esta tendencia, al encontrar también una prevalencia notable de evitación experiencial en su muestra de estudiantes universitarios, si bien no se proporcionan datos específicos sobre porcentajes, se infiere que una proporción considerable de los participantes exhibieron niveles altos de evitación experiencial. Además, los resultados de Guillen (2018) en Lima refuerzan esta observación, al encontrar una proporción considerable de estudiantes universitarios, mostraron un nivel alto de evitación experiencial.

Niveles de Ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Chiclayo, 2023

En la tabla 3, muestran los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Chiclayo en el año 2023. Se observa que la mayoría de los estudiantes experimentan un nivel de ansiedad “Medio”.

Tabla 3

Niveles de Ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Chiclayo, 2023.

Nivel ansiedad	Frecuencias	% del total
Alto	47	22.5 %
Bajo	57	27.3 %
Medio	105	50.2 %

Estos resultados concuerdan con los hallazgos de Guillen (2018) y Roman (2021), quienes identifican la presión académica y social como determinantes cruciales de los niveles de ansiedad entre estudiantes universitarios, se observa una predominancia de ansiedad en un nivel “Medio” en los estudiantes universitarios, lo cual puede atribuirse a la complejidad y exigencia inherentes del entorno universitario, donde los estudiantes enfrentan desafíos académicos, tales como altas expectativas de rendimiento, competencia académica y carga de trabajo intensivo, así como también presión social, necesidad de aprobación, mantener relaciones sociales y cumplir con los estándares de éxito percibidos, lo que contribuye a la prevalencia de ansiedad. (García, 2018).

Presencia de evitación experiencial según sexo

En la tabla 4, se identifica que la presencia de evitación experiencial es comparable entre ambos sexos, sin mostrar una tendencia significativa hacia un mayor nivel de evitación en ninguno de los dos grupos.

Tabla 4

Presencia de evitación experiencial según sexo

Presencia de evitación	Sexo	Frecuencias
No	M	36
	F	37
Si	M	38
	F	41

En cuanto a los hallazgos, se encontró que no existe una diferencia significativa en la evitación experiencial según sexo. Específicamente, 36 hombres y 37 mujeres no presentaron evitación experiencial, lo que sugiere una distribución similar entre ambos grupos. Estos resultados se relacionan con lo reportado por Román (2021) y Morejón (2017), quienes también encontraron ausencia de diferencias significativas entre hombres y mujeres respecto a esta variable. Del mismo modo, el estudio de Fey (2017) concluyó que la evitación experiencial constituye un factor relevante en el desarrollo de la ansiedad, afectando tanto a hombres como a mujeres de manera comparable.

Niveles de ansiedad según sexo

En la tabla 5, muestra los niveles de ansiedad según el sexo en estudiantes universitarios, revelando que tanto en hombres como en mujeres predomina el nivel ansiedad “Medio”, sin diferencias significativas entre ambos sexos.

Tabla 5

Nivel de ansiedad según sexo

Nivel ansiedad	Sexo	Frecuencias	% del total
Alto	M	12	7.9 %
	F	15	9.9 %
Bajo	M	22	14.5 %
	F	24	15.8 %
Medio	M	40	26.3 %
	F	39	25.7 %

La ansiedad es una experiencia común en el ámbito universitario debido a las presiones académicas y sociales (García, 2018). Los datos obtenidos indican que la mayoría de los estudiantes independientemente de su sexo, experimentan un nivel medio de ansiedad, las diferencias en los porcentajes del nivel alto y bajo entre hombres y mujeres son mínimas y no parecen ser estadísticamente significativas, lo cual es consistente con el estudio de Michel (2022) y Sánchez (2021), puesto que mencionan que tanto hombres como mujeres presentan niveles similares de ansiedad, destacando que la evitación experiencial es un factor predictor significativo de la ansiedad en ambos sexos, refiriendo que la mayoría de los estudiantes, sin importar su sexo, se encuentran en un nivel de ansiedad medio y que no hay diferencias significativas en los niveles de ansiedad entre los sexos.

Conclusiones

Se evidencia una correlación positiva entre evitación experiencial y ansiedad.

Se reportó una alta prevalencia 53.6% de evitación experiencial entre los estudiantes.

Se observó que el nivel de ansiedad que prevalece en los estudiantes corresponde a un grado medio con un 50.2 %

Con respecto al sexo, existe una distribución similar sin diferencias significativas en las variables entre los estudiantes.

En lo que respecta al nivel de ansiedad según el sexo, predominó el nivel medio en ambos grupos con un 25.7% en mujeres y un 26.3% en varones.

Recomendaciones

A los estudiantes, participar de programas psicoeducativos que fomenten el afrontamiento efectivo de emociones, pensamientos y recuerdos, con el fin de evitar eventos estresantes y promover un bienestar emocional más saludable durante su trayectoria académica.

A los profesores, se les sugiere incorporar prácticas pedagógicas orientadas a fomentar un ambiente de aprendizaje seguro, empático y que brinde apoyo emocional a los estudiantes.

A los investigadores, profundizar estudios futuros con una muestra más grande en diversos contextos universitarios para obtener una comprensión mas diversa de la relación de las variables estudiadas.

Referencias

- Bandelow, B., & Michaelis, S. (2015). Epidemiology of Anxiety Disorders in the 21st Century. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 17, 327-335. <http://doi.org/10.31887/DCNS.2015.17.3/bbandelow>
- Barlow, D. H. (2018). *Manual clínico de trastornos psicológicos: Tratamiento paso a paso. Manual Moderno. Primera edición.*
- Beesdo, K., Knappe, S., & Pine, D. S. (2009). Anxiety and anxiety disorders in children and adolescents: Developmental issues and implications for DSM-V. *Psychiatric Clinics of North America*, 32(3), 483–524. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2009.06.002>
- Brown, T. A. (2015). *Confirmatory factor analysis for applied research (2nd ed.)*. Guilford Press.
- Eisma, C., Schut, A., Stroebe, S., Bout, J., Stroebe, W., & Boelen, P. (2014). Is rumination after bereavement linked with loss avoidance? Evidence from eye-tracking. *PloS One*, 9(8). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0104980>
- Freud, S. (1926). Inhibición, síntoma y angustia. En S. Freud (Ed.), *Obras Completas*, 20 (pp.71-161). Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- Cattell, B., & Scheier, H. (1958). The nature of anxiety: A review of thirteen multivariate analyses comprising 814 variables. *Psychological Reports*, 4(3), 351-388. <https://doi.org/10.2466/pr0.4.3.351-388>
- Clark, D., & Beck, A. (2012). *Terapia Cognitiva para Trastornos de Ansiedad*. Bilbao: Descleé de Brouwer.
- Camargo, L., Herrera-Pino, J., Shelach, S., Soto-Añari, M., Porto, F., Alonso, M., González, M., Contreras, O., Caldichoury, N., Ramos, M., Gargiulo, P., & López, N. (2021). Escala de ansiedad generalizada GAD-7 en profesionales médicos colombianos durante pandemia de COVID-19: validez de constructo y confiabilidad. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 53(3), 245-250. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.06.003>
- Chambers, R., Gullone, E., & Allen, N. B. (2009). Mindful emotion regulation: An integrative review. *Clinical Psychology Review*, 29(6), 560-572. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.06.005>
- Comisión Nacional para la protección de los sujetos humanos de investigación biomédica y comportamental (1979) Informe Belmont. https://www.conbioeticamexico.salud.gob.mx/descargas/pdf/normatividad/normatinter nacional/10._INTL_Informe_Belmont.pdf
- Díaz, I. (2019). Ansiedad: Revisión y Delimitación Conceptual. *Summa Psicológica UST*, 16(1), 42-50.
- Fey, J. (2017). The use of experiential avoidance as indicator for anxiety and depression disorders [Bachelor's thesis, University of Twente]. Essay. <https://purl.utwente.nl/essays/72664>
- García, E., Vega, N., Briones, F. & Bulnes, Y. (2018). Rumiación, crecimiento y sintomatología postraumática en personas que han vivido experiencias altamente estresantes. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 36(3), 443-457. <http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v36n3/2145-4515-apl-36-03-443.pdf>
- Guillén, L. (2018). *Evitación Experiencial y Ansiedad en Estudiantes de una Universidad Privada en Lima Metropolitana [Tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma]*. Repositorio Universidad Ricardo Palma. <https://hdl.handle.net/20.500.14138/1610>
- Hayes, S., Wilson, K., Gifford, V., Follette, M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 1152–1168. <https://doi.org/10.1037//0022-006x.64.6.1152>
- Harris, R. (2019). *ACT simplificado: un manual de fácil lectura sobre la terapia de aceptación y compromiso*. Nuevas publicaciones de Harbinger.

- Harris, R. (2021). *Hazlo simple*. Editorial Obelisco. ISBN 9788491116783
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Editorial Mc Graw Hill Education. http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf
- Instituto Nacional de Salud Mental (2013). Estudio Epidemiológico de Salud Mental en Lima Metropolitana y el Callao-Replicación 2012. *Anales de Salud Mental*, 29(1). <https://www.insm.gob.pe/investigacion/archivos/estudios/2012%20ASM%20-EESM%20-LM.pdf>
- Martinez, R. (2018). *Propiedades psicométricas del cuestionario de Aceptación y acción (AAQ-II) en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana [Tesis de Doctorado, Universidad de San Martín de Porres]*. Repositorio Institucional de la Universidad San Martín de Porres.
- Michel, R. (2022). *The Role of Self-Efficacy In The Relationship Between Experiential Avoidance And Anxiety [Master's Thesis, University of Rhode Island]*. Digital Commons University of Rhode Island. <https://digitalcommons.uri.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=3242&context=theses>
- Mohammed, A. (2022). *The Effect of Experiential Avoidance And Committed Action On The Relationship Between Anxiety And Quality Of Life In Chronically Ill And Healthy Students [Master's Thesis, United Arab Emirates University]*. https://scholarworks.uaeu.ac.ae/cgi/viewcontent.cgi?article=1996&context=all_theses
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Trastornos mentales*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- Sánchez, H., Yarlequé, L., Javier, L., Núñez, E., Arenas, C., Matalinares, M., Gutiérrez, E., Egoavil, I., Solís, J., & Fernández, C. (2021). Indicadores De Ansiedad, Depresión, Somatización y Evitación Experiencial en Estudiantes Universitarios del Perú en Cuarentena por Covid-19. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 21(2), 346-353. <https://doi.org/10.25176/RFMH.v21i2.3654>
- Patrón, F. (2010). La Evitación experiencial y su medición por medio del AAQ-II. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 15, 5-19. <http://www.redalyc.org/pdf/292/29213133001.pdf>
- Papalia, D. (1994). *Psicología*. Madrid: Ed. Mac Graw-Hill.
- Pérez, M. (2014). *Las terapias contextuales como terapias de tercera generación. Síntesis*.
- Román, D. (2021). *Ansiedad y evitación experiencial en estudiantes de Psicología de una universidad estatal de Lima Metropolitana [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]*. Cybertesis Universidad Nacional Mayor de San Marcos. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/16320>
- Kocovski, NL y Endler, NS (2000). Ansiedad social, autorregulación y miedo a la evaluación negativa. *Revista europea de personalidad*, 14 (4), 347-358. [https://doi.org/10.1002/1099-0984\(200007/08\)14:4<347::AID-PER381>3.0.CO;2-7](https://doi.org/10.1002/1099-0984(200007/08)14:4<347::AID-PER381>3.0.CO;2-7)
- Spitzer, L., Kroenke, K., Williams, W., & Löwe, B. (2006). A Brief Measure for Assessing Generalized Anxiety Disorder. *Archives of Internal Medicine*, 166(10), 1092-1097. <https://doi.org/10.1001/archinte.166.10.1092>
- Stewart, H., Zeitlin, S. & Barton, S. (1996). Examination of a three-dimensional drinking motives questionnaire in a young adult University student sample. *Behavior Research Therapy*, 34(1), 61-71. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(95\)00036-w](https://doi.org/10.1016/0005-7967(95)00036-w)
- Velásquez, C., Grajeda, A., Montero, V., Montgomery, W., & Egusquiza, K. (2018). Evitación experiencial, rumiación e impulsividad en estudiantes de la Universidad Nacional

Mayor de San Marcos. Revista de investigación en psicología, 21(1), 15-26.
<http://doi.org/10.15381/rinvp.v21i1.15110>

Anexos

Anexo A
Escala de Aceptación y Acción II (AAQ-II)

Fecha:

 Edad: _____ Sexo: F M
Primera parte:

Instrucciones: A continuación, encontrará una lista de frases. Por favor indique qué tan cierta es cada una para usted marcando con una (X) el número que le parezca adecuado de la escala que se encuentra a la derecha de cada frase. No hay respuestas buenas o malas, ni preguntas con truco. Asegúrese de contestar todas las frases.

Use como referencia la siguiente escala para hacer su elección:

Nº	Condición
1	Completamente falso (CF)
2	Rara vez cierto (RC)
3	Algunas veces cierto (A-VC)
4	A veces cierto (VC)
5	Frecuentemente cierto (FC)
6	Casi siempre cierto (CSC)
7	Completamente cierto (CC)



Nº	Ítems	CF	RC	A-VC	VC	FC	CSC	CC
1	Mis recuerdos y experiencias dolorosas me dificultan vivir una vida que pudiera valorar.							
2	Evito o escape de mis sentimientos.							
3	Me preocupa no poder controlar mis sentimientos y preocupaciones.							
4	Mis recuerdos dolorosos me impiden tener una vida satisfactoria.							
5	Mis emociones me causan problemas en la vida.							
6	Me parece que la mayoría de la gente maneja su vida mejor que yo.							
7	Mis preocupaciones obstaculizan mi superación.							

Anexo B

Escala de Ansiedad Generalizada (GAD-7)

En los últimos 15 días, ¿con qué frecuencia ha sufrido los siguientes problemas?
(Para indicar su respuesta marque con una (X) el número que le parezca adecuado de la escala que se encuentra a la derecha de cada frase

Nº	Condición
0	Nunca
1	Menos de la mitad de los días
2	Más de la mitad de los días
3	Casi todos los días

Nº	Ítems	0	1	2	3
1	Se ha sentido nervioso, ansioso o muy alterado				
2	No ha podido dejar de preocuparse				
3	Se ha preocupado excesivamente por diferentes cosas				
4	Ha tenido dificultad para relajarse				
5	Se ha sentido tan intranquilo que no podía estarse quieto				
6	Se ha irritado o enfadado con facilidad				
7	Ha sentido miedo, como si fuera a suceder algo terrible				

Anexo C

Análisis de fiabilidad de los instrumentos

	Media	Alfa de Cronbach
Escala	2.29	0.884

Anexo D



Chiclayo, 11 de octubre de 2023

Carta N°230-2023-USAT-EPSI

Dr. Luis Gerardo Gómez Jacinto
Decano de la Facultad de Ciencias Empresariales
Universidad Señor de Sipán
Presente. -

Asunto: Proyecto de tesis

Es grato dirigirme a usted para expresarle mi cordial saludo y a la vez presentarle a la **Srta. NAYELI SHIOMARA TUÑOQUE DUQUE**, con documento de identidad N° **76400241**, estudiante del VII Ciclo Académico, quien actualmente cursa la asignatura Taller de Investigación I cuyo docente es el **Dr. Rony Edinson Prada Chapoñán, docente del programa de estudios de Psicología**.

Estimado doctor, la estudiante se encuentra realizando el proyecto de Tesis, titulado: "**Relación de la Evitación experiencial y la Ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada en Chiclayo, 2023**", producto acreditable de la asignatura y requisito del Plan de Estudios. Asimismo, en la presente investigación, se aplicarán los instrumentos a los estudiantes de la Escuela de Administración, pertenecientes a los ciclos VII y VIII.

Por tal motivo, recorro a usted para que brinde las facilidades, permitiéndole la recolección de información necesaria para ejecutar su proyecto de Tesis.

Agradeciéndole por la deferencia que se sirva brindar a la presente le anticipo los sentimientos de mi consideración y estima.

Atentamente,



Mgtr. Nelly Patricia Becerra Escate
Directora
Escuela de Psicología

Anexo E
Resolución otorgada por la universidad



"Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo"

Pimentel, 13 de Setiembre de 2023

CARTA N° 0004-2023/FACEM-USS

Señorita

Dra. CARLA ANGELICA REYES REYES

Directora del Programa de Estudios de Administración

Universidad Señor de Sipán

Presente.-

ASUNTO: Aceptación para realizar investigación en la Escuela.

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para expresarle mi cordial saludo a nombre de la Facultad de Ciencias Empresariales, asimismo conocedores de su alto espíritu de colaboración y apoyo a los estudiantes, es que se hace de conocimiento que este despacho **Autoriza** a la estudiante **Srta. Nayeli Shiomara Tuñoque Duque** de la Escuela de Psicología de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo del VII ciclo con DNI. 76400241, para que realice su investigación en esta facultad la cual tiene por nombre de tesis: **"Relación de la Evitación experiencial y la Ansiedad de estudiantes universitarios de una universidad privada en Chiclayo, 2023"**. Por lo que solicitamos, se sirva brindar las facilidades del caso a fin que el estudiante no tenga inconvenientes y logre desarrollar su trabajo de investigación.

Agradecemos por anticipado la atención que brinde a la presente; y sea propicia la oportunidad para reiterar nuestra consideración y estima.

Atentamente,



USS Dr. Luis Carlos de Gómezcabe
 Decano Facultad de Ciencias
 Empresariales
 UNIVERSIDAD SEÑOR DE SIPÁN S.A.C.

CAMPUS
UNIVERSITARIO

Km. 5 carretera a Pimentel
 T. (051) 074 481610

CENTRO
EMPRESARIALES

Av. Luis Gonzales 1004
 T. (051) 074 481621

ESCUELA
DE PSICOLOGIA

Calle Elias Aguirre 933
 T. (051) 074 481625

www.uss.edu.pe

Anexo F

Consentimiento para participar en un estudio de investigación

Datos informativos:

Institución : Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
 Investigadora : Nayeli Shiomara Tuñoque Duque
 Título : Relación de la Evitación experiencial y la Ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada en Chiclayo, 2023

Propósito del Estudio:

Estamos invitando a participar en este estudio que tiene como finalidad Identificar la relación entre Evitación Experiencial y la Ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Chiclayo, 2023.

Hayes et al. (1996) menciona que la evitación experiencial es la tendencia de una persona a evitar de manera activa experiencias internas desagradables, como pensamientos, emociones, sensaciones y la conciencia de los estados físicos. Esta evitación puede manifestarse a través de estrategias como distraerse, suprimir pensamientos o emociones, evitar situaciones desencadenantes y esto puede ser perjudicial a largo plazo.

La ansiedad es un sistema complejo de respuestas conductuales, fisiológicas, afectivas y cognitivas que se activa cuando una persona anticipa eventos o circunstancias impredecibles que tienen el potencial de poner en peligro sus intereses, haciéndolos muy estresantes. (Clark y Beck. 2012).

Esta actividad forma parte de curso de Taller de Investigación I, desarrollado por los alumnos de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo.

Procedimientos:

La ejecución de la evaluación tomará 15 minutos aproximadamente y se les pide total sinceridad en las respuestas.

Riesgos:

No se prevén riesgos por participar en este estudio.

Beneficios:

Usted se beneficiará con una encuesta, como parte de un proceso evaluación.

Costos e incentivos

Usted no deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole, únicamente la satisfacción de colaborar a un mejor entendimiento del tema en estudio.

Confidencialidad:

La información obtenida es confidencial, la persona encargada tendrá el acceso a la base de datos.

Uso futuro de la información obtenida:

Deseamos conservar la información de su información guardadas en archivos por un periodo de 2 años, con la finalidad de que sirvan como fuente de verificación de nuestra investigación, luego del cual será eliminada.

Autorizo guardar la base de datos:

SI NO

Derechos del participante:

Si usted decide participar en el estudio, y si por algún motivo desiste, puede retirarse de éste en cualquier momento, sin perjuicio alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio, o llamar a Nayeli Shiomara Tuñoque Duque al tel. 920578273, investigador principal.

Si usted tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar al Comité de Ética en investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, al correo: comiteetica.medicina@usat.edu.pe

CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo en qué consiste mi participación en el proyecto, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento, sin perjuicio alguno hacia mi persona.

FIRMA/HUELLA DIGITAL

Fecha***Participante***

Nombre:

DNI:

Investigador

Nombre: Nayeli Shiomara Tuñoque Duque

DNI: 76400241

Fecha