

# Artes plásticas en la disminución de la ansiedad en estudiantes de la Universidad Nacional del Centro del Perú

Plastic arts in the reduction of anxiety in students of the National University of Central Peru

*Isabel Margarita Aliaga Contreras*

Universidad Nacional del Centro del Perú

ialiaga@uncp.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0002-4527-9880>

*Filomeno Tarazona Pérez*

Universidad Nacional del Centro del Perú

ftarazona@uncp.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0003-2858-7467>

*July Fiorella Aranda Sanabria*

Universidad Nacional del Centro del Perú

jaranda@uncp.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0003-2164-0659>

*Lidia Amparo Casallo Poma*

Universidad Nacional del Centro del Perú

lcasallo@uncp.edu.pe

*Joseph Joel Virrueta Antezano*

Universidad Nacional del Centro del Perú

e\_2017200853G@uncp.edu.pe

## Resumen

Los estudios sobre la ansiedad en el área educativa ha ido alcanzando importantes avances desde el plano descriptivo, sin embargo las estrategias metodológicas que permitan su disminución aún son pocas y son referentes del área psicológica por ello se planteó como objetivo de investigación demostrar la influencia de las artes plásticas en la disminución de la ansiedad en las estudiantes de la Carrera Profesional de Educación Inicial de la Universidad Nacional del Centro del Perú; la tesis corresponde al tipo de investigación aplicada, de nivel explicativo, con diseño cuasi experimental; siendo la población accesible 276 estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Inicial y como muestra 106 de la Carrera Profesional en mención, para su selección se recurrió a la técnica no probabilística; para el recojo de datos se tuvo la técnica de la encuesta y como instrumento la Escala de Autovaloración de Ansiedad cuyo autor es W. Zung; en técnicas de procesamiento de datos se aplicó la estadística descriptiva e inferencial: Chi cuadrada estadístico no paramétrico con la finalidad de determinar la diferencia significativa entre el grupo control y el grupo experimental; llegando a la conclusión que las artes plásticas si influyen manera positiva significativa en la disminución de la ansiedad en los estudiantes de la Universidad Nacional del Centro del Perú.

**Palabras clave:** Ansiedad, arte, artes plásticas, cognoscitivo y somático

## Abstract

Studies on anxiety in the educational area have been achieving important advances from the descriptive level, however the methodological strategies that allow its reduction are still few and are references in the psychological area, for this reason the research objective was to demonstrate the influence of the plastic arts in the reduction of anxiety in the students of the Professional Career of Initial Education of the National University of the Center of Peru; the thesis corresponds to the type of applied research, at an explanatory level, with a quasi-experimental design; being the accessible population 276 students of the Professional School of Initial Education and as a sample 106 of the Professional Career in mention, for their selection the non-probabilistic technique was used; For data collection, the survey technique was used and the Anxiety Self-Assessment Scale as an instrument whose author is W. Zung; In data processing techniques, descriptive and inferential statistics were applied: non-parametric statistical Chi square in order to determine the significant difference between the control group and the experimental group; reaching the conclusion that the plastic arts do have a significant positive influence on the reduction of anxiety in the students of the National University of the Center of Peru.

**Keywords:** Anxiety, art, plastic arts, cognitive and somatic



Esta obra esta bajo una licencia de Creative Commons  
Reconocimiento 4.0 Internacional

Revista Científica de Educación Inicial

## Introducción

La ansiedad, es el estado emocional que inicia cuando el sujeto está expuesto en situaciones de amenaza o peligro, siendo una vivencia de la cotidianidad y universal en el hombre. Además, es la conducta que cumple una importante función adaptativa; sin embargo, la ansiedad puede tornarse en conducta patológica, esto sucede cuando no hay proporción adecuada entre los estímulos que percibe el sujeto y sus respuestas, presentándose continuidad o intensidad de respuestas (González, 2007).

Los trastornos de ansiedad son problemas de salud mental más frecuentes que interfieren en el desempeño del trabajo y su productividad, así como en el rendimiento académico. Más de 260 millones de personas tienen trastornos de ansiedad, Organización Mundial de la Salud (OMS, 2017).

Una investigación realizada por el Ministerio de Educación (MINEDU, 2019), concluyó que el 85% de los integrantes de una institución educativa superior (estudiantes universitarios, catedráticos y personal administrativo) específicamente de universidades del Perú presentan problemas de salud mental siendo las psicopatologías más recurrentes: la ansiedad con el 82%, seguido del estrés con el 79% y la violencia con el 52%. Frente a estos resultados el MINEDU en acción intersectorial con el Ministerio de Salud (MINSA) vienen trabajando con 21 universidades del sector público en la elaboración de lineamientos normativos internos que protejan el bienestar integral de la salud mental.

El MINSA (2018) señala que los síntomas de la ansiedad y depresión más frecuentes en los inmigrantes que se manifiestan a través de llanto, tristeza, nervios, cefaleas, tensiones, insomnio, cansancio, irritabilidad e incluso llegan a somatizar alguna enfermedades, estas problemáticas no solo afecta a los inmigrantes, además repercute en la población en general y los sistemas de salud; al respecto la población estudiantil de la Carrera Profesional de Educación Inicial cuenta con un 47 % de estudiantes inmigrantes cuya asistencia al área especializada de psicología de la Facultad de Educación es más común (Informe de gestión del área de tutoría de la Facultad de Educación, 2019).

También existen otras situaciones en el ambiente universitario que causan un impacto negativo en la salud mental que conllevan a la adquisición de la ansiedad patológica, así lo señalan Arco et al (2015), por ejemplo, el ingresar a la universidad conlleva al ingresante a diversos cambios significativos que alteran la cotidianidad que llevaba (independencia de la familia y aumento de las responsabilidades, revalorización de las acciones, entre otros). Por naturaleza la vivencia universitaria presenta una serie de características y exigencias académicas y organizativas que con mucha regularidad llevan al joven universitario hacia reacciones adaptativas como la ansiedad y un considerable disturbio psicosocial afectando el rendimiento.

Generalmente no se presta la debida atención a la salud mental del estudiante universitario, esto debido a que se considera que los jóvenes constituyen un fragmento poblacional relativamente sano; a ello se suma que, existe el hecho de que ambos géneros (masculino y femenino) en este periodo de edad confirman sentirse bastante felices, situando esa felicidad en el ámbito general de su vida, en su mayoría manifiestan ello los jóvenes entrevistados (García, 2013).

En el caso de la población estudiantil de la Escuela Profesional de Educación Inicial sucede lo mismo explícitamente manifiestan estar con estado emocional equilibrado sin embargo manifiestan o evidencian indicadores de ansiedad tales como, preocupación constante por sentir la saturación de trabajos académicos, constantes movimientos corporales como morderse las uñas, tambalearse en su sitio o balanceo de las piernas, estar a la expectativa del celular sin motivo alguno, pasividad en las actividades propuestas, mencionan que andan haciendo muchas cosas al día y no les alcanza el tiempo, aplanamiento afectivo en ocasiones se evidencian conductas agresivas; la causa que conlleva a esta situación se debe a que en los primeros semestres se da por el ingreso en la Universidad, asumiendo nuevas responsabilidades que generan mayor autonomía, madurez y asumir las consecuencias de sus actos.

El hecho de no saber afrontar este nuevo estilo de vida propicia una ansiedad que podría entorpecer su rendimiento, por otro lado en los semestres superiores existen variables individuales que se relacionan con carencias económicas, dificultades académicas, enfermedades graves, muerte de familiares, problemas familiares entre otros. Asimismo, Arrivillaga (2003, citado por Agudelo et al., 2008) sostiene que las experiencias cotidianas con alta carga de estrés como las dificultades académicas, cambio de rutinas establecidas que generaban estabilidad, la separación de un ser querido e importante para el estudiante, como la muerte o el divorcio son detonantes para el inicio de la ansiedad.

Como profesionales de Educación es de suma importancia atender lo expuesto líneas arriba, ya que de continuar esta situación conllevaría a psicopatologías más crónicas tales como la ansiedad generalizada, distimia, depresión e incluso casos extremos como el suicidio; por lo que es recomendable aproximarse y conocer la realidad de los estudiantes universitarios configurándolo desde el ámbito educativo, específicamente en el manejo, autorregulación y control de la ansiedad.

En tal sentido, se realizó una evaluación psicopedagógica de la ansiedad en los estudiantes con la finalidad de verificar los niveles de ansiedad de los estudiantes universitarios de la Facultad de Educación de la UNCP, antes y después de la



aplicación de las técnicas de artes plásticas, siendo esto una propuesta seleccionada ya que a través del cual el hombre desde su aparición ha ido expresando su concepción del mundo, dificultades, anhelos entre otros y en esta oportunidad se dio como pautas estratégicas para prevenir y de controlar los cuadros de ansiedad extrema en el mundo universitario. De lo señalado se tuvo como problema ¿Cuál es influencia de las artes plásticas en la disminución de la ansiedad en las estudiantes de la Carrera Profesional de Educación Inicial de la Universidad Nacional del Centro del Perú?

## Metodología

La investigación se efectuó en la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú de enfoque cuantitativo teniendo como norte método general el científico y método específico el experimental dentro del tipo Aplicado ya que a través de las artes plásticas se disminuyó los niveles de ansiedad en los estudiantes universitarios de la Carrera Profesional de Educación Inicial.

El estudio se ubica en el nivel explicativo, ya que estuvo encaminado hacia el hallazgo de los factores que causan o inciden en que ocurra el fenómeno de investigación. Según Sánchez y Reyes (1998) menciona que este nivel de investigación busca identificar o explicar los fundamentos causales de la existencia de acontecimientos en el avance de conocimiento científico.

El trabajo pertenece al diseño cuasi experimental, con un grupo control y un grupo experimental al cual se le aplicó las artes plásticas y se evaluó el pre y post test a ambos grupos.

En cuanto la población se describe que, la población objetivo fueron los estudiantes de la Universidad Nacional del Centro del Perú, teniendo como población accesible a los estudiantes de la Facultad de Educación con un total de 1471 estudiantes, de los cuales la muestra fue de 235 estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Inicial, siendo 140 estudiantes del grupo experimental y 95 estudiantes del grupo de control.

Se tuvo en cuenta la técnica de muestreo no probabilístico por accesibilidad, para el recojo de información se utilizó la técnica de la encuesta siendo el instrumento la Escala de Autovaloración de Ansiedad creada por W. Zung que consta de 20 ítems.

## Resultados

### Resultados descriptivos

**Tabla 1**

*Resultados de la ansiedad en el pre test*

Ansiedad	Grupo experimental		Grupo control	
	f	%	f	%
Baja	15	10,7	10	10,5
Medio	37	26,4	20	21,1
Alto	88	62,9	65	68,4
<b>Total</b>	<b>140</b>	<b>100,0</b>	<b>95</b>	<b>100,0</b>

*Nota. Obtenido del software estadístico.*

En la tabla 1 con respecto a los resultados en el pre test, sobre los niveles de ansiedad en estudiantes de la Carrera Profesional de Educación Inicial del grupo experimental se observa que, 15 estudiantes tienen baja ansiedad haciendo un 10,7 %; así mismo 37 estudiantes tienen media ansiedad que hace el 26,4%; finalmente 88 estudiantes tienen alta ansiedad que hace el 62,9%. Por otro lado en los resultados del grupo de control se tiene que 10 estudiantes tienen baja ansiedad haciendo un 10,5 %; así mismo 20 estudiantes tienen media ansiedad que hace el 21,1%; finalmente 65 estudiantes tienen alta ansiedad que hace el 68,4%.

**Tabla 2***Resultados de la ansiedad en el post test*

Ansiedad	Grupo experimental		Grupo control	
	f	%	f	%
Baja	74	52,9	18	18,9
Medio	51	36,4	24	25,3
Alto	15	10,7	53	55,8
<b>Total</b>	<b>140</b>	<b>100,0</b>	<b>95</b>	<b>100,0</b>

*Nota. Obtenido del software estadístico.*

En la tabla 2 con respecto a los resultados en el post test, sobre los niveles de ansiedad en estudiantes de la Carrera Profesional de Educación Inicial del grupo experimental se observa que 74 estudiantes tienen baja ansiedad haciendo un 52,9 %; así mismo 51 estudiantes tienen media ansiedad que hace el 36,4%; finalmente 15 estudiantes tienen alta ansiedad que hace el 10,7%. Por otro lado en los resultados del grupo de control se tiene que 18 estudiantes tienen baja ansiedad haciendo un 18,9 %; así mismo 24 estudiantes tienen media ansiedad que hace el 25,3%; finalmente 53 estudiantes tienen alta ansiedad que hace el 55,8%.

## Resultados inferenciales

### Prueba de hipótesis

#### - Hipótesis nula

Las artes plásticas no influyen positivamente en la disminución de la ansiedad en las estudiantes de la Carrera Profesional de Educación Inicial de la Universidad Nacional del Centro del Perú.

#### - Hipótesis alterna

Las artes plásticas influyen positivamente en la disminución de la ansiedad en las estudiantes de la Carrera Profesional de Educación Inicial de la Universidad Nacional del Centro del Perú.

Para un nivel de significancia de  $\alpha=0,05$  o también llamada error de tipo I procedemos a utilizar la prueba de independencia chi cuadrado.

Procedemos a determinar el valor calculado mediante la estadística chi cuadrado en la Tabla 2 o pos test cuyo valor es:

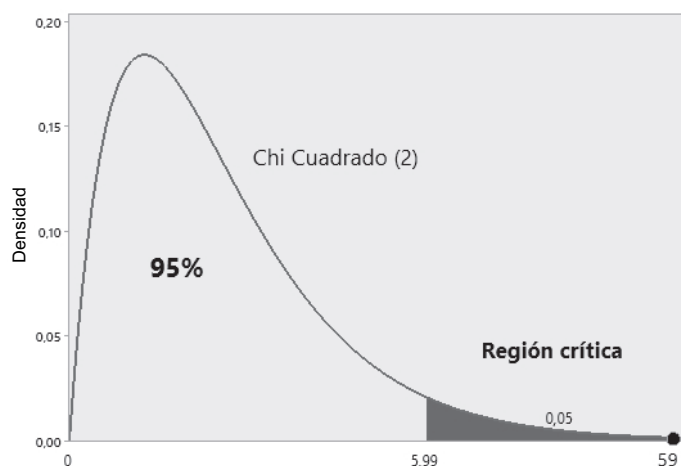
$$\chi^2 = \sum \frac{(f_o - f_e)^2}{f_e} = 59$$

Notamos que la estadística chi cuadrado es 59 que tiene asociado una probabilidad de contraste  $Valor p = 0,00 < 0,05$  por tanto corroboramos a rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna con un nivel de confianza de 95%; por tanto, las artes plásticas si influyen positivamente en la disminución de la ansiedad en las estudiantes de la Carrera Profesional de Educación Inicial de la Universidad Nacional del Centro del Perú.



### Figura 3

#### *Distribución chi cuadrado para la prueba de hipótesis*



*Nota. Obtenido del software estadístico.*

### Discusión

Los resultados hallados en el presente estudio figuran que los puntajes más altos se encuentran en el nivel de ansiedad alto con 88 estudiantes que hace el 62,9% en el grupo experimental y 65 estudiantes que tienen alta ansiedad que hace el 68,4% antes de la aplicación del programa, estos hallazgos coinciden con los resultados de Saravia et al. (2020) quien igualmente realizó su investigación durante la emergencia sanitaria ocasionada por el COVID 19 llegando a la conclusión que los estudiantes de los primeros ciclos de Medicina Humana tienen altos niveles de ansiedad, siendo las mujeres quienes presentan puntajes más altos es importante remarcar el sexo debido a que nuestra muestra estuvo conformada por estudiantes del sexo femenino.

Así mismo, se tiene el trabajo de Yepes (2018) quien sostiene que los estados de ansiedad tienen correlación directa con la procrastinación académica, justamente entre los fundamentos que conllevaron a realizar este trabajo de investigación se halla inmerso el efecto que causa una ansiedad que sobrepasa los límites de la normalidad afectando los aspectos académicos, debido a tal hecho se propuso un programa de artes plásticas para controlar los desbalances de la ansiedad.

En el presente trabajo se logró comprobar que las artes plásticas influyen de manera positiva en la disminución de la ansiedad y esto se evidenció con los siguientes resultados: en el post test, 74 estudiantes tienen baja ansiedad haciendo un 52,9 %; así mismo 51 estudiantes tienen media ansiedad que hace el 36,4%; finalmente 15 estudiantes tienen alta ansiedad que hace el 10,7%. Por otro lado en los resultados del grupo de control se tiene que 18 estudiantes tienen baja ansiedad haciendo un 18,9 %; así mismo 24 estudiantes tienen media ansiedad que hace el 25,3%; finalmente 53 estudiantes tienen alta ansiedad que hace el 55,8%. Las bondades de las artes plásticas para coadyuvar al desarrollo integral en el ser humano son respaldados por los siguientes estudios de Bolívar y Dorotea en el 2017 quienes señalan que las artes plásticas son una estrategia didáctica muy importante para la expresión en el ser humano; así mismo Pineda (2018), sostiene que los estudiantes de artes plásticas poseen una situación familiar y perspectivas profesionales más positivas, estos estudios consolidan los resultados de la presente investigación en el cual se tiene que las artes plásticas sí influyen positivamente en la disminución de la ansiedad en las estudiantes de la Carrera Profesional de Educación Inicial de la Universidad Nacional del Centro del Perú.

### Conclusiones

- Se demostró que las artes plásticas influyen en la disminución de la ansiedad en las estudiantes de la Carrera Profesional de Educación Inicial de la Universidad Nacional del Centro del Perú.
- Se identificó el nivel de ansiedad en los grupos de control y experimental de las estudiantes de la Carrera Profesional de Educación Inicial de la Universidad Nacional del Centro del Perú, antes de la aplicación de las artes plásticas.
- Se aplicó las artes plásticas en la disminución de la ansiedad en el grupo experimental de las estudiantes de la Carrera Profesional de Educación Inicial de la Universidad Nacional del Centro del Perú.
- Se verificó el nivel de disminución de la ansiedad en los grupos de control y experimental después de la aplicación de las artes plásticas en las estudiantes de la Carrera Profesional de Educación Inicial de la Universidad Nacional del Centro del Perú.



## Referencia bibliográfica

- Arnheim, Rudolf, Consideraciones sobre la educación artística, ED. Paidós, España, 1993. Consultado el 22 de noviembre de 2020 en <https://rinconsev.files.wordpress.com/2014/11/manual-pedagogia-desde-el-arte-nov-14.pdf>
- Agudelo Vélez , D. M., Casadiegos Garzón, C. P., & Sánchez Ortíz , D. L. (2008). Características de Ansiedad y Depresión en Estudiantes Universitarios. *International Journal of Psychological Research*, 1(1), 34-39. Obtenido de [https://www.redalyc.org/pdf/2990/299023503006.pdf?fbclid=IwAR2RNL0\\_vYlkAo7mpZWcX91Tjn#:~:text=Asimismo%2C%20seg%C3%BAAn%20Paykel%20\(1992%2C,la%20aparici%C3%B3n%20de%20la%20depresi%C3%B3n](https://www.redalyc.org/pdf/2990/299023503006.pdf?fbclid=IwAR2RNL0_vYlkAo7mpZWcX91Tjn#:~:text=Asimismo%2C%20seg%C3%BAAn%20Paykel%20(1992%2C,la%20aparici%C3%B3n%20de%20la%20depresi%C3%B3n).
- Aguirre, I. (2005). Teorías y prácticas en educación artística. Barcelona: Octaedro. Recuperado de [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_nlinks&ref=2874410&pid=S0718-](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=2874410&pid=S0718-)
- Arco, T., López, S., Heilborn, V., y Fernandez F. (2015). Terapia breve en estudiantes universitarios con problemas de rendimiento académico y ansiedad: eficacia del modelo “La Cartuja”. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, (5), pp. 589-608. <https://www.redalyc.org/pdf/337/33705310.pdf>
- Carrión, D., & Salazar, L. (2017). “ansiedad y consumo de tabaco en los estudiantes de la carrera de psicología clínica, de la universidad nacional de chimborazo, periodo abril-septiembre 2016” (bachelor’s thesis, universidad nacional de chimborazo, 2017).
- Díaz, R. (2002). “Hablar y hacer arte contemporáneo en la escuela” volumen 14. Madrid. Recuperado de <https://publicaciones.ucuenca.edu.ec/ojs/index.php/revpos/article/view/1632/1291>
- Efland, A. (2004). *Arte y cognición. La integración de las Artes Visuales en el currículum*. Barcelona: Octaedro. Recuperado el 25 de octubre de 2020 de [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_nlinks&ref=2874416&pid=S0718-](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=2874416&pid=S0718-)
- Eisner, E. (2004). El arte y la creación de la mente. Barcelona: Paidós.
- España. Recuperado el 14 de noviembre de 2020 de <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/2277/1/tps777.pdf>
- García, A. (2013). La depresión en adolescents. <http://www.injuve.es/sites/default/files/RJ84-07.pdf>
- González Ceinos, Martha. (2007). Reflexión sobre los trastornos de ansiedad en la sociedad occidental. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 23(1) Recuperado en 10 de setiembre de 2020, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pi-d=S085421252000001000](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pi-d=S085421252000001000).
- Martínez Sánchez, F. (2015). Emoción, estrés y afrontamiento. In A. Puente (Ed.), *Psicología básica: Introducción al estudio de la conducta humana* (pp. 497-531). Madrid: Pirámide.
- Ministerio de Educación. (2019). Sobre la reforma universitaria. Recuperado el 15 de agosto de 2020, de <http://www.minedu.gob.pe/reforma-universitaria/>
- Ministerio de Salud. (2018). Módulo integral de salud mental dirigido a jóvenes y comunidad. Recuperado el 22 de setiembre <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/2280.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2017). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. Recuperado 07 de Agosto de 2020, de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Parra, B. (2005). Didáctica de las artes visuales. Consultado el 22 de noviembre en <http://inteligenciasmultiplenilson.blogspot.com/p/bibliografia.html>
- Perez M. (2003). Dónde y cómo se produce la ansiedad: sus bases biológicas. *Revista ciencia*, pp. 13-28. [https://www.revistaciencia.amc.edu.mx/images/revista/54\\_2/como\\_produce\\_ansiedad.pdf](https://www.revistaciencia.amc.edu.mx/images/revista/54_2/como_produce_ansiedad.pdf)
- Sandín, B. & Chorot, P. (1995). Concepto y categorización de los trastornos de ansiedad. In A. B. Belloch, B. Sandín & F. Ramos (Eds.), *Manual de psicopatología* (Vol. 2 pp.53-80). Madrid:
- Valdés M. Zoel Arturo. (2017). Artes Plásticas. Primer Curso: Editorial Marti, segunda edición. Segunda Edición.
- Virues, R. A. (2005). Estudio sobre ansiedad. *Revista Psicología Científica.com*, 7(9). Recuperado de <http://www.psicologiacientifica.com/ansiedad-estudio>
- Yepes Morante , A. S. (2018). “Procastinación académica y ansiedad en estudiantes de la Carrera de Administración y Marketing de uan Universidad Privada de Trujillo. Tesis de licenciatura. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/14026/Yepes%20Morante%20Ana%20Sof%C3%ADa.pdf?sequence=4>