

UNIVERSIDAD EVANGÉLICA DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES “PROF. Y DR. SANTIAGO ECHEGOYEN”
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA



**“El papel de la exigencia académica en el desarrollo de sintomatologías
ansiosas y depresivas en estudiantes de educación media”**

Seminario de Pre-Especialización para optar al título universitario

Realizado por:

Hernández Guidos Kenya Iveth **CIF:** 2019010423

San Salvador

Mayo, 2024

Índice

Resumen.....	4
Introducción.....	5
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	6
Enunciado del problema.....	9
Justificación.....	9
Delimitación.....	11
Objetivos.....	12
Objetivo general.....	12
Objetivos específicos.....	12
METODOLOGÍA.....	13
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	15
Antecedentes.....	15
Antecedentes históricos.....	15
Antecedentes conceptuales.....	16
Exigencia académica.....	18
Concepto actual.....	18
En educación media.....	19
En educación superior.....	21
Adolescencia.....	21
Concepto.....	21
Problemáticas.....	23
Motivos de consulta.....	24
Teoría de la Pirámide de Maslow.....	25
Sintomatologías.....	28
Conceptos.....	28
Población.....	29

Criterios diagnósticos.....	30
Trastorno de Ansiedad Generalizada.....	30
Características Diagnósticas.....	31
Trastorno de Depresión Mayor.....	33
Características Diagnósticas.....	34
Parámetros de la exigencia académica.....	35
Ejes transversales.....	36
Lineamientos de evaluación.....	36
Objetivos de grado.....	39
Competencias a desarrollar.....	42
CAPÍTULO III: ANÁLISIS DE LOS DATOS.....	47
Discusión.....	47
Conclusiones.....	56
Recomendaciones para el Gobierno de El Salvador e Instituciones.....	58
Recomendaciones para los profesionales en psicología.....	59
Recomendaciones para los docentes y padres de familia.....	59
Referencias bibliográficas.....	61
Anexos.....	69
Anexo 1: Recuadro Bibliográfico.....	69
Tabla 1: Tabla de Tipo de Análisis.....	69

Resumen

La salud mental de los estudiantes es una de las principales preocupaciones de la sociedad actual, debido a la magnitud global de problemas de salud mental de la población infanto-juvenil, y siendo los centros escolares los lugares donde está población dedica la mayoría de su tiempo durante la semana, se vuelve primordial trabajar en la renovación de estos espacios a nivel académico, estructural y profesional para brindarles a los estudiantes un contexto positivo, que promueva diariamente su aprendizaje, recreación, orientación, apoyo y protección física, mental y emocional. Y de esta manera es fundamental darle el apoyo que requieren a cada una de las etapas escolares según las necesidades particulares de cada edad, es así que los adolescentes que cursan el tercer ciclo de educación básica, son una población a la que se les debe brindar un apoyo y educación especializado, debido a que en este nivel educativo los estudiantes vivencian un proceso biológico que es la pubertad, junto al desarrollo cognitivo, emocional y personal que este conlleva, por esta razón esta población se vuelve vulnerable de afectaciones a nivel académico, social, familiar y principalmente mental, donde tienen el riesgo de desarrollar sintomatologías ansiosas y depresivas por las diferentes situaciones a las que se ven expuestos.

Palabras Claves: exigencia académica, carga académica, estudiantes, adolescentes, ansiedad, depresión.

Introducción

La salud mental es un pilar fundamental de la salud general y bienestar de la población, siendo clave en el desempeño del ser humano en situaciones académicas, sociales y económicas; de esta manera, la buena salud mental da como resultado que el individuo sea capaz de interactuar con su entorno, afrontar las diversas problemáticas y desarrollarse de forma óptima en su día a día (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2022).

En el ámbito escolar o educativo, la salud mental se ha convertido en un tema de suma importancia, que progresivamente se le ha dado más visibilización y atención en las últimas décadas; sin embargo, actualmente se siguen evidenciando problemáticas en los diferentes niveles de educación, desde la primera infancia hasta la educación superior. Por esta razón se busca que los estudiantes, de acuerdo a su etapa de desarrollo, logren demostrar bienestar emocional, psicológico y social dentro del centro escolar (Almada, 2023).

De esta manera, en la presente monografía se realiza una investigación que contiene tres secciones principales. En el Capítulo 1, se presenta el planteamiento del problema, explicando las problemáticas que dan pie a la realización de la investigación, a su vez se presenta la justificación, donde se exponen las razones de llevarla a cabo, dando a conocer la necesidad de investigar en conjunto las variables propuestas, además se presenta la delimitación del problema, donde se especifican las variables y temáticas que determinarán el curso de la investigación, finalmente se plantean los objetivos, que orientarán la búsqueda de información y análisis de la monografía.

En el Capítulo 2, se desarrolla el Marco teórico, el cual contiene conceptos, clasificaciones, datos científicos, artículos y demás fuentes de información desglosadas desde lo general a lo particular, es decir que progresivamente se va especificando la información hasta llegar a relacionar las variables. Finalmente, en el Capítulo 3, se da el cierre a la investigación presentando la discusión de los datos, conclusiones y recomendaciones que surgen de la investigación.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La adolescencia se define como el período de transición entre la niñez y la adultez, donde se experimentan cambios significativos, tanto a nivel físico como a nivel cognitivo, lo que contribuye en la forma en la que el individuo se relaciona con el mundo; en este periodo, la cantidad de cambios físicos, sexuales, cognitivos, sociales y emocionales pueden causar expectativas y ansiedad tanto a los niños como a sus familias (Allen y Waterman, 2019).

Debido a estos cambios a nivel familiar, social y académico, se hace necesario que los adultos que tienen la oportunidad de relacionarse y apoyar a los adolescentes, tengan el conocimiento de lo qué se puede esperar en las distintas etapas, de manera que puedan ayudar a promover un desarrollo saludable durante la adolescencia y que la transición a la adultez sea satisfactoria, donde los adolescentes tengan el conocimiento necesario para afrontar los cambios de la vida adulta (Allen y Waterman, 2019).

Entre los 12 y los 19 años, la adaptación social y la pertenencia a grupos de amigos cobran más importancia que en otras etapas de la vida, esto los puede conducir a situaciones de riesgo, como el consumo de alcohol y sustancias, relaciones sexuales sin protección, sumado a los desafíos de salud mental o de aprendizaje (Child Mind Institute, 2022).

Los estudiantes que cursan el nivel de educación media se enfrentan a los cambios que trae la adolescencia, junto a la exigencia académica que deben superar por las nuevas responsabilidades, madurez y conocimiento que deben demostrar por el nivel académico que están cursando. Por esta razón, los diversos cambios durante la adolescencia son factores importantes en el desempeño académico durante la educación media y el bachillerato. Para Prepaup-varonil (2020), son los siguientes aspectos:

En primer lugar se encuentra el desarrollo físico, donde se dan grandes cambios corporales, y debido a ello, el cuerpo se encuentra haciendo un constante

esfuerzo físico, este esfuerzo en muchas ocasiones no es perceptible por los adolescentes, por lo que muchos sufren alteraciones en el proceso de sueño, se sienten cansados y presentan dificultades para seguir el ritmo que tenían antes de iniciar esta nueva etapa de desarrollo, y al no ser perceptible puede que sea un comportamiento preocupante, además de dificultar a los adolescentes el trabajo de adaptarse a nuevas rutinas y horarios.

Otro de los cambios que plantea el autor es el desarrollo emocional, donde sufren grandes cambios, principalmente hormonales, lo que ocasiona alteraciones en sus estados de ánimo, dando apertura a nuevas formas de pensamiento, nuevos sentimientos que dan como resultado nuevas experiencias que generan picos emocionales importantes. Así mismo, este cambio es un factor que afecta su atención, la cual puede estar enfocada en temas que desafían su estabilidad emocional y les pueden generar diversas dudas sobre sí mismos, su futuro, sus sentimientos y sus nuevas motivaciones, ocasionando que descuiden la parte académica.

Además, a su vez se da el cambio en el entorno social, que se genera en conjunto con los demás compañeros de clases que están pasando por los mismos cambios físicos y emocionales. Además, el trato que reciben de sus maestros y padres cambia, debido a que dicha etapa implica que los adolescentes inicien un proceso gradual de independencia, responsabilidad y madurez.

Debido a los grandes cambios que viven los adolescentes, también el autor plantea que su entorno familiar, se verá afectado de igual forma, debido a la posibilidad de distanciamiento de los hijos con los padres, además si la dinámica familiar no es la adecuada entre padres y entre padres e hijos, esto puede llegar a generar inestabilidad en el adolescente.

Y al igual que con los padres, la relación con los profesores depende de la percepción y el trato que reciban de ellos, debido a que puede generar que los adolescentes no se sientan apoyados en el proceso académico, resultando un distanciamiento de los adolescentes hacia los profesores; por otro lado, si el alumno

se siente apoyado por el profesor y que puede formar un vínculo de respeto y admiración con el profesor y el colegio, el estudiante podría tener un mayor compromiso y atención con su aprendizaje, con las herramientas que le brinden para crear hábitos adecuados de estudio.

Al conocer sobre los diversos cambios que sufren los adolescentes, se evidencia la vulnerabilidad a los riesgos de esta edad, en este caso las dificultades en su salud mental, dando paso al padecimiento de sintomatologías, principalmente ansiosas y depresivas; se ha dado a conocer con diversas investigaciones que los estudiantes están expuestos al deterioro de su salud mental.

Como en la investigación de Galindo et al. (2009) titulada “Prevalencia de Ansiedad y Depresión en una Población de Estudiantes Universitarios: Factores Académicos y Sociofamiliares Asociados” o la investigación de Londoño et al. (2021) “Depresión y ansiedad en estudiantes que ingresan a la universidad y factores de estrés asociados”, en las cuales se da a conocer como la ansiedad y la depresión, como trastornos o el padeciendo de algunas sintomatologías, son de las afecciones más usuales en los estudiantes.

En este sentido, Galindo et al. (2009), en la introducción de su artículo menciona que el estudio de la ansiedad y depresión en estudiantes no es un tema novedoso, debido a la existencia de un respaldo epidemiológico, clínico, psicosocial y transcultural con poblaciones universitarias con metodologías variadas, evidenciando que en esta investigación, donde la población son los estudiantes universitarios realmente solo se ha logrado seguir ampliando los posibles factores que llevan a los estudiantes a dichos diagnóstico.

En este sentido, al investigar los motivos de consulta psicológica más frecuentes en los estudiantes, se encuentran investigaciones como la de Gómez y Pérez (2017) titulada “Particularidades de los motivos de consulta psicológica de los estudiantes que asisten a la Dirección de Bienestar Universitario”, donde obtuvieron como resultado que en primer lugar los motivos de consulta eran del Ámbito relacional con una frecuencia de 40%, en segundo lugar se posicionaron los

Síntomas o problemas psicológicos con una frecuencia del 27% y finalmente en el tercer lugar el Ámbito académico con una frecuencia del 23%.

Con estas investigaciones se va evidenciando que las dificultades psicológicas y académicas conforman una parte significativa en las problemáticas de los estudiantes para lograr desarrollarse de la mejor manera, para cumplir sus metas y generar resultados gratificantes a nivel personal, académico y social.

Enunciado del problema

¿Cuál es el papel de la exigencia académica en el desarrollo de sintomatologías ansiosas y depresivas en estudiantes de educación media?

Justificación

La adolescencia representa una etapa llena de cambios físicos, emocionales y sociales que la hacen única y formativa, a su vez esta puede verse impactada por los malos tratos o la violencia, junto a los nuevos pensamientos de independencia y madurez, todos estos factores que rodean a los adolescentes por el cambio que su desarrollo representa pueden hacer que sean vulnerables a problemas de salud mental; debido a estos constantes cambios y riesgos, los profesionales que tienen contacto con ellos tienen la responsabilidad de protegerlos de la adversidad, de promover el aprendizaje socioemocional y el bienestar psicológico para garantizar su acceso a una atención de salud mental como apoyo constante en su vida académica, personal y social (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2021).

Como parte de los cambios que viven los adolescentes que cursan el nivel de educación media es que se ven expuestos a desarrollar trastornos psicológicos y enfrentar dificultades con su entorno y, sumado al progresivo cambio por la pubertad, pueden afectar su salud mental los cambios a nivel cognitivo y académico que presentan estas edades y el nivel académico que cursan, dando como resultado un impacto directo en su rendimiento escolar y bienestar general en el entorno educativo. Según Almada (2023) algunos de los trastornos psicológicos y dificultades asociadas a la salud mental escolar se incluye las siguientes:

Dentro de los trastornos se encuentran los Trastorno de ansiedad, donde se presentan dificultades para concentrarse en clase, participar en actividades sociales y problemas para realizar evaluaciones, debido a la preocupación constante y los síntomas físicos relacionados con la ansiedad, también los Trastornos de Depresión, donde se pueden ver afectados por la falta de energía, falta de interés en las actividades escolares y disminución del rendimiento académico, lo que evidentemente afecta la vida escolar, llegando a afectar otras áreas de su vida.

La autora explica que a esto se suman las altas expectativas académicas, donde la presión para tener éxito es un factor que regularmente la mayoría de estudiantes vive, cada uno en diferentes grados, lo cual puede contribuir a generar estrés y ansiedad, provocando una resistencia cada vez más fuerte a permanecer o a asistir a clases.

Y finalmente, un aspecto fundamental en la salud mental de los estudiantes son los posibles problemas dentro del ámbito familiar, debido a que este afecta directa o indirectamente el comportamiento del estudiante dentro del contexto académico, debido a que la convivencia familiar traspasa el hogar y llega a causar dificultades en la dinámica del estudio, como el divorcio, la violencia intrafamiliar, el maltrato y el abuso o la falta de apoyo, lo que impacta en el rendimiento académico de los niñas, niños y adolescentes, llegando a malograr su aprendizaje, retrasarlos y sumarle una nueva problemática a las que están viviendo.

De esta manera se comprende que la adolescencia se desarrolla en un nivel académico que implica nuevos desafíos para los estudiantes, resultando que en estos años de vida los individuos tienen que enfrentar los cambios físicos y cognitivos junto a los cambios académicos que implican mayor responsabilidad e independencia de parte de los estudiantes.

Entonces como se mencionó en el apartado anterior, las variables a investigar en el ámbito educativo, siendo la ansiedad y la depresión en estudiantes, no es un tema novedoso, se evidencia que desde hace más de diez años las investigaciones contaban con un respaldo en diversas áreas que contribuía al ya

existente marco de referencia sobre esta problemática en los estudiantes, pero un factor en común que queda al descubierto es la población que guía dichas investigaciones, siendo la comunidad de estudiantes de educación superior, los universitarios, resultando en la afirmación de que dichos estudiantes de las distintas carreras realmente se ven afectados por la exigencia académica.

Al conocer estos datos se genera un vacío en la comprensión del desarrollo de dichas sintomatologías en los universitarios, y al evaluar las diferentes investigaciones se evidencia la poca relevancia que se le da a estas problemáticas en individuos menores de edad, surgiendo la necesidad de investigar grados académicos más bajos, en este caso, indagar en un punto crucial como lo es la adolescencia, que se ve ubicada en el nivel de educación media, siendo en El Salvador 7^{mo}, 8^{vo} y 9^{no} grado.

En este lapso de tres años, los estudiantes se enfrentan a una gran cantidad de cambios físicos, emocionales, sociales, familiares, personales y académicos que los hacen vulnerables a cualquier impacto psicológico o físico; por tanto, se busca con esta monografía conocer cómo esta nueva etapa académica afecta a los adolescentes que, como se evidenció con anterioridad, generalmente sus intereses personales están enfocados fuera del contexto académico, llegando a querer deslindarse de las responsabilidades que conlleva este nivel académico.

Delimitación

La presente monografía ha sido realizada como requisito para optar al título de la Licenciatura en Psicología de la Universidad Evangélica de El Salvador; como lo dictan los Lineamientos de investigación de la Universidad, la monografía se realizará durante un periodo de 18 semanas, aproximadamente 5 meses que comprenden desde enero 15 hasta mayo 31 del 2024. El seminario de Pre-especialización ha sido dirigido por la asesora: MSc. Mercedes Padilla.

La investigación se realizará principalmente desde la Psicología Clínica, la cual se guía por la evaluación, el diagnóstico y la prevención de los trastornos

mentales, y se aplicará en conjunto con la psicología educativa, en la cual se estudia la enseñanza- aprendizaje y el rendimiento del ser humano dentro de un centro escolar, debido a que su objetivo es optimizar los aprendizajes y el rendimiento de los estudiantes dentro de los centros escolares (Universidad Peruana Los Andes [UPLA], 2021), por esta razón se guiará la investigación con los lineamientos de la psicología clínica aplicada al ámbito escolar.

Los estudiantes de educación media viven una de las etapas más importantes del desarrollo de los seres humanos: la adolescencia. Son años primordiales para la búsqueda de identidad, el proceso de independización y otros factores que llenan de desafíos a los futuros adolescentes como a las personas que los rodean (Child Mind Institute, 2022); por esta razón, la población que se investigará son los estudiantes de educación media, haciendo una búsqueda global en América Latina e hispanohablantes, para luego ser enfocada en el sistema educativo de El Salvador.

Objetivos

Objetivo general

- Describir el papel de la exigencia académica en el desarrollo de sintomatologías ansiosas y depresivas en estudiantes de educación media.

Objetivos específicos

- Explorar el desarrollo de las sintomatologías ansiosas y depresivas en los estudiantes de tercer ciclo.
- Examinar los parámetros que definen la exigencia académica a nivel de la educación media en El Salvador.

METODOLOGÍA

El presente trabajo de investigación se clasifica como una monografía, dentro del enfoque cualitativo, Corona (2015) describe una monografía como un texto científico resultado de una investigación de tipo documental o bibliográfica, principalmente utilizada en el ámbito académico para evidenciar el estudio exhaustivo de una temática en específico, realizar este tipo de investigaciones permite que se lleve a cabo una investigación enfocada hacia una problemática específica por medio del análisis y síntesis de la temática y sus particularidades.

Esta investigación bibliográfica ayuda en la búsqueda de temas de los que se necesita conocer más información, la cual “toma como punto de partida la lectura de diversas fuentes, para la elaboración de un nuevo texto con datos consultados” (Corona, 2015, p. 64), para ser recopilados por su conexión de forma ordenada y puntual, junto al análisis de esta correlación documental.

La presente monografía se guía bajo el enfoque cualitativo de una investigación en la cual se asume una realidad subjetiva, dinámica y compuesta por multiplicidad de contextos de parte del investigador al realizar la recopilación de la información, este tipo de enfoque privilegia el análisis profundo y reflexivo de los contenidos diversos que forman parte de las realidades estudiadas (Mata Solís, 2019).

Álvarez-Gayou et al. (2015), en su ensayo sobre la investigación cualitativa, lograron definirla como un procedimiento metodológico donde se utilizan palabras, textos, discursos, dibujos, gráficos e imágenes con la finalidad de construir un nuevo conocimiento de la realidad social relacionada a la temática investigada, donde se busca comprender el conjunto de cualidades interrelacionadas que caracterizan a un determinado fenómeno.

En su libro de la Metodología de Investigación, Hernández Sampieri et al. (2014), explican que en el enfoque cualitativo se utiliza la recolección y análisis de los datos para perfeccionar las preguntas de investigación o revelar nuevas interrogantes en el proceso de interpretación que caracteriza a un determinado

fenómeno debido a que este enfoque cualitativo busca principalmente la dispersión o expansión de los datos e información planteados con anterioridad.

En la realización de la presente investigación, con la intención de documentar y analizar la información pertinente de las variables, se llevó a cabo una búsqueda exhaustiva a nivel digital, utilizando todo tipo de materiales académicos, desde artículos de revistas científicas, artículos universitarios, bases de datos como Dialnet, SciELO, Google Académico, Academia y los e-recursos que proporciona la Universidad Evangélica de El Salvador, además de diversos sitios web y blog digitales que contuvieran información sobre la temática, con la finalidad de conocer las diversas posturas de la problemática; junto a la utilización de documentos proporcionados por el gobierno de El Salvador por medio de su página web desde el Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología (MINEDUCYT); a su vez se utilizó material físico como libros y manuales para sustentar la investigación.

Para realizar la recolección de información se utilizaron las palabras claves: exigencia académica, carga académica, estudiantes, adolescentes, ansiedad, depresión, con la finalidad de encontrar diversas publicaciones científicas que examinarán estas variables que se buscaba relacionar y analizar; la información que se buscaba para el desarrollo del marco teórico estaba en publicaciones de entre 2013 hasta la actualidad.

Durante la búsqueda de información se encontraron diversas publicaciones relacionadas a la temática en concreto, desde publicaciones científicas de investigaciones de campo hasta blogs de noticias sobre las problemáticas diarias de la población, además se incluyeron estadísticas oficiales relacionadas a la población de interés. Las publicaciones se buscaron desde 1980, esto con la finalidad de conocer un precedente sobre la problemática, para luego sustentar progresivamente con datos actualizados hasta 2023. Los documentos que fueron seleccionados de la búsqueda global de información corresponden a 8 artículos de revista, 3 libros físicos, 12 informes de investigación, 2 ensayos, 1 tesis, 1 monografía, 4 manuales virtuales y 10 páginas web.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

Antecedentes

Antecedentes históricos

La salud mental en adolescentes es un tema que con el paso del tiempo ha tomado muchas más relevancia, para el año 1993 el fenómeno psicológico de la ansiedad tuvo gran relevancia en la sociedad, Ayora explicó que existe una relación directa entre ansiedad y aprendizaje, debido a que la ansiedad inhibidora y la ansiedad facilitadora inciden en el rendimiento académico, se evidencio que los altos niveles de ansiedad por lo general impiden y desorganizan la ejecución de actividades, entorpecen la concentración, entre otras problemáticas a las que los estudiantes se exponen.

Para hacer un estudio previo Ayora (1993) se referenció de investigaciones de José J. Navas (1991), Alfredo Gosalbez C. (1987), Margareth Sharp (1979), David C. McClelland (1981); que habían realizado estudios de la ansiedad situacional en los centros educativos y sus repercusiones conductuales; con dicha información Ayora (1993) define que la ansiedad se origina en la propia cognición de quien la experimenta, la cual por consecuencia despliega una gran cantidad de síntomas como la inquietud motriz, irritabilidad, temblores en las manos, sudoración, dificultad respiratoria, necesidad de orinar más frecuentemente, ausencia mental y rumiaciones.

Para el año 1997, como expone Cumsille y Martínez aumentó el estudio de la depresión en niños y adolescentes principalmente por el nexo entre depresión y suicidio, los cuales en dicho momento habían aumentado en los adolescentes, impulsando el interés en su investigación debido a que con anterioridad no se pensaba que los niños y adolescentes experimentarían sentimientos depresivos como lo hacían los adultos.

Debido a las diferencias en la metodología de estas investigaciones publicadas en Estados Unidos los datos no muestran un parámetro en común, pero

al revisar las descripciones de las investigaciones de depresión en adolescentes se evidencio que la sintomatología depresiva aumenta con la edad del individuo, además de tener mayor prevalencia en adolescentes mujeres (Cumsille y Martínez, 1997).

En las investigaciones implementadas en Chile Cumsille y Martínez (1997), explican que encontraron que se obtuvieron datos donde entre los escolares de 6 y 11 años se describió una frecuencia del trastorno de un 9.8% en niñas y un 4.2% en niños, y en adolescentes se registraron sintomatologías depresivas frecuentes de un 14.7% hasta un 59% de entre adolescentes de 16 a 19 años de edad del área norte de Santiago con mayor incidencia entre las niñas.

Antecedentes conceptuales

La exigencia académica para Hernández y Santos (2001), es un término complejo el cual abarca desde los requisitos de admisión a la institución, los requisitos de sus procesos educativos, las características de los programas, políticas y/o cursos que ofrecen, hasta requisitos para concluir el grado académico que se esté cursando, junto a los parámetros que se establezcan dentro del salón de clases con los profesores así como alumnos.

En primera instancia, Hernández y Santos (2001), explican la exigencia académica desde los Planes de estudio/Programas, en donde se destaca el trabajo voluntario y servicio comunitario, siendo la unión entre el trabajo en clases y el trabajo comunitario, debido a que este ayuda a retener el material estudiado en clases y mejorar calificaciones, esto porque los estudiantes ven este trabajo del mundo real más retador y los alienta a crear un sentido de propósito y confianza en sus habilidades.

Sparks (1996 como se citó en Hernández y Santos, 2001), hace la observación de que la exigencia académica busca elevar el nivel de conocimiento de los estudiantes, no solo su promedio; y para ese momento esa afirmación había ido perdiendo fuerza por la gran cantidad de alumnos que se graduaron con promedios

altos y honores; a lo que Stone (1997 como se citó en Hernández y Santos, 2001), analizó como una inflación de calificaciones sobre una disminución de estándares, evidenciando una elevación de notas sin aumentar el conocimiento de los estudiantes, de esta manera se pierde el objetivo principal de la enseñanza.

En este sentido, Ravitch (1996), buscaba establecer “Estándares en la Educación”, definiendo estándar tanto como una meta (lo que debiera hacerse) como una medida de progreso hacia esa meta (cuán bien fue hecho), con esto conformó tres términos fundamentales para su investigación que están interrelacionados, los cuales son:

- Estándares de contenido (o estándares curriculares):

Aquí se describe lo que los profesores deberían enseñar y lo que se espera que los estudiantes aprendan, los maestros proporcionarían descripciones claras y específicas de las destrezas y conocimientos que debieran enseñarse a los estudiantes. Un estándar de contenido debería ser medible para que los estudiantes puedan demostrar su dominio de destrezas o conocimientos.

- Estándares de desempeño escolar

Definen grados de dominio o niveles de logro, describen qué clase de desempeño representa un logro inadecuado, aceptable, o sobresaliente; indican tanto la naturaleza de las evidencias (un ensayo, una prueba matemática, un experimento científico, un proyecto, un examen, o una combinación de éstos) requeridas para demostrar que los estudiantes han dominado el material estipulado por los estándares de contenido, como la calidad del desempeño del estudiante (es decir, una especie de sistema de calificaciones).

- Estándares de oportunidad-para-aprender, o transferencia escolar

Definen la disponibilidad de programas, personal, y otros recursos que las escuelas, distritos, y estados proporcionan para que los estudiantes puedan ser capaces de satisfacer estándares de contenido y de desempeño desafiantes.

El objetivo principal de Ravitch (1996), al establecer “Estándares Educativos” fue para asegurar que todos los estudiantes tuvieran acceso a los centros educativos que ofrecieran una educación similar y de alta calidad, algunas estrategias que se han implementado entre los centros de educación son:

- El uso de textos de estudio idénticos o similares.
- La especificación de requisitos para graduarse de la enseñanza secundaria o para ingresar a la educación superior.
- El uso de pruebas estandarizadas o de logros académicos comparables para la promoción o admisión a la educación superior.
- La prescripción de patrones curriculares.
- La profesionalización del entrenamiento de profesores, con normas y expectativas compartidas.

Exigencia académica

Concepto actual

En su ensayo Flores (2015), definió la exigencia académica como una condición controlable del proceso educativo, que está correlacionada positivamente con el aprendizaje y la persistencia estudiantil, es decir, con el éxito estudiantil. Principalmente determinada por el profesor a través de su labor educativa, la exigencia académica puede resultar en condiciones donde se alcanzan altos niveles de desempeño y éxito estudiantil.

Por otro lado, Costa (2017), describe como la exigencia académica es el camino para alcanzar la calidad educativa de niños y jóvenes, una parte esencial del logro de este objetivo, es que los docentes eduquen e impulsen el desarrollo de los talentos de sus estudiantes al máximo, lo cual implica que estudiantes y maestros den lo mejor de sí mismos en las aulas y se esfuercen por mejorar continuamente, para que los jóvenes logren aprendizajes profundos y significativos.

Para lograr un adecuado proceso académico se debe impulsar el aprendizaje significativo, el cual es un tipo de aprendizaje en el que un estudiante relaciona la

información nueva con la que ya posee, reajustando y reconstruyendo ambas informaciones en este proceso, lo que significa que el acceso al conocimiento por parte del alumno requiere de un esfuerzo intelectual verdadero (Costa, 2017).

La exigencia académica busca fomentar una cultura del estudio, no solo dentro de las instituciones educativas sino fuera de las aulas, siendo una responsabilidad compartida entre el centro educativo que lo fomente, un docente que lo exija y un alumno que se comprometa (Costa, 2017).

Por esta razón Costa (2017), explica que quienes implementan este proceso con su debido rigor, toman en consideración la obligación de comprender que la exigencia académica tiene el afán de que los estudiantes tengan un alto rendimiento tanto en su presente como en su futuro universitario y profesional.

En educación media

En su estudio de la salud mental de los adolescentes en el contexto escolar Ortuño-Sierra et al. (2015 como se citó en Tacca et al., 2022), explicaron que en esta etapa los adolescentes se enfrentan a un despertar hormonal, el cual tiene una relación directa con su rendimiento académico, debido al progresivo y lento proceso de maduración cognitivo, también se deben enfrentar a situaciones que pueden generar un desequilibrio cognitivo y emocional, por ejemplo: el desarrollo de la autonomía, los retos académicos, las relaciones sociales, así como la decisión del futuro académico y profesional.

Tacca et al. (2022) al estudiar sobre el rendimiento académico de los adolescentes, logró identificar que entre los 14 y 19 años los estudiantes experimentan estrés, ansiedad y depresión con mayor facilidad debido a las exigencias académicas, conformada por los exámenes y proyectos escolares, así como el ambiente de clase, la carga de tareas, las expectativas académicas y las demandas interpersonales; todas estas actividades, responsabilidades y evaluaciones constantes se convierten en factores que contribuyen a la aparición del

estrés, ansiedad y depresión, además se deben tomar en cuenta las expectativas de los padres y las exigencias de los docentes.

En este sentido, el Consejo General de la Psicología de España (2023) , llevó a cabo una revisión del artículo “Time to take academic pressure seriously” publicado por la revista The Lancet Child & Adolescent Health, en la cual se prioriza la importancia de tomar en consideración la presión académica que pueden llegar a sufrir niños/as y adolescentes durante el curso escolar, centrándose en el impacto negativo que puede tener sobre la salud mental de los y las menores, así como sus consecuencias a corto y largo plazo; en este artículo se evidencia que entre el 11% y el 12% de adolescentes muestran su descontento con las actividades, tareas y en general con colegio, denotando que entre los 14 y 16 años los estudiantes revelan sentirse más descontentos con estos aspectos que aquellos/as más pequeños/as (9 a 13 años).

Con estos datos y el riesgo al que los estudiantes se enfrentan diariamente surge la necesidad de darle relevancia a la presión académica en el debate sobre la salud mental infanto-juvenil; siendo la clave las y los profesionales de la salud mental infanto-juvenil, educadores y familias, para que desde su rol con los menores los escuchen, validen sus sentimientos y reconozcan su individualidad; porque estos adolescentes que se sienten descontentos con la escuela necesitan adultos empáticos que reconozcan sus desafíos, les brinden un apoyo personalizado y estén dispuestos “a caminar junto a ellos”, en lugar de hacerles sentir que el problema está en ellos, evitando así que la presión pueda llegar a convertirse en una crisis.

Entonces la exigencia académica puede tener consecuencias negativas en la salud mental y el bienestar de los estudiantes, incluyendo ansiedad, depresión, agotamiento y problemas de salud física, por esta razón se vuelve esencial abordar este tema de manera efectiva y proactiva, para fomentar un equilibrio saludable entre el rendimiento académico y el bienestar emocional de cada uno de los estudiantes, proporcionándoles el apoyo emocional y las herramientas necesarias para manejar el la ansiedad, depresión, estrés y agotamiento de manera saludable.

En educación superior

Para Alfonso et al. (2015), “las exigencias académicas funcionan como estresores curriculares o estímulos persistentes de respuestas ante situaciones de agobio, conocidas como estrés estudiantil” (p. 171).

En su investigación con estudiantes de Medicina demostraron que estos se caracterizan por una constante y creciente exigencia académica que reclaman del estudiante esfuerzos de adaptación, a estos factores se suma la necesidad de una preparación óptima, fundamental para el futuro profesional por la carga tan importante como lo es la vida de un ser humano (Alfonso et al., 2015).

Y al realizar este análisis se comprende que todos los estudiantes al llegar a la universidad se enfrentan a una transición constante a medida pasan los años ya que el nivel de presión, responsabilidades, información y actividades aumenta en determinados momentos, sobre todo al realizar las prácticas preprofesionales, en las que los estudiantes se insertan en la problemática de desempeñar funciones diarias en los lugares de trabajo donde es requerido el conocimiento que han adquirido en cada ciclo de la universidad enfrentados así a sus limitaciones de experiencia, así como al enfrentarse a las presiones directas e indirectas de los mismos compañeros asociadas a la competitividad.

Adolescencia

Concepto

La adolescencia es una etapa entre la niñez y la edad adulta, que cronológicamente se inicia por los cambios puberales y que se caracteriza por profundas transformaciones biológicas, psicológicas y sociales, muchas de ellas generadoras de crisis, conflictos y contradicciones, pero esencialmente positivos. No es solamente un período de adaptación a los cambios corporales, sino una fase de grandes determinaciones hacia una mayor independencia psicológica y social (Pineda y Aliño, 2002).

La pubertad es un término empleado para identificar los cambios somáticos dados por la aceleración del crecimiento y desarrollo, aparición de la maduración sexual y de los caracteres sexuales secundarios, no es un proceso exclusivamente biológico, sino que está interrelacionado con factores psicológicos y sociales (Pineda y Aliño, 2002).

La juventud comprende el periodo entre 15 y 24 años de edad, es una categoría sociológica que coincide con la etapa post-puberal de la adolescencia, ligada a los procesos de interacción social, de definición de identidad y a la toma de responsabilidad, es por ello que la condición de juventud no es uniforme, varía de acuerdo al grupo social que se considere (Pineda y Aliño, 2002).

Las características generales de la adolescencia según Pineda & Aliño (2002), son:

- Crecimiento corporal dado por aumento de peso, estatura y cambios de la forma y dimensiones corporales. Al momento de mayor aceleración de la velocidad de crecimiento en esta etapa, se le denomina estirón puberal.
- Se produce un aumento de la masa muscular y de la fuerza muscular, más marcado en el varón, acompañado de un aumento en la capacidad de transportación de oxígeno, incremento de los mecanismos amortiguadores de la sangre, que permiten neutralizar de manera más eficiente los productos químicos derivados de la actividad muscular, también se produce un incremento y maduración de los pulmones y el corazón, teniendo por tanto un mayor rendimiento y recuperación más rápida frente al ejercicio físico.
- El incremento de la velocidad de crecimiento, los cambios en la forma y dimensiones corporales, los procesos endocrino-metabólicos y la correspondiente maduración, no siempre ocurre de manera armónica, por lo que es común que presenten torpeza motora, incoordinación, fatiga, trastornos del sueño, que pueden generar trastornos emocionales y conductuales de manera transitoria.

- El desarrollo sexual está caracterizado por la maduración de los órganos sexuales, la aparición de los caracteres sexuales secundarios y el inicio de la capacidad reproductiva.

Problemáticas

Los adolescentes experimentan una etapa marcada por estar más llenos de vida, ya que a esa edad, cuestionan las normas que se les han establecido y quieren mostrar ante todos que son independientes, causando con su nuevo comportamiento diversas problemáticas, donde muchas veces desobedecen las normas y deberes asignados, por algo fisiológico, ya que su cerebro no está completamente maduro o desarrollado y tienden a cometer errores consecutivamente, esto por el proceso hormonal que están vivenciando con la llegada de la pubertad (Polo, 2022).

Siguiendo esta idea, Polo (2022), describe las diferentes problemáticas a las que un adolescente se enfrenta en esta nueva etapa de desarrollo en su vida diaria, entre ellas se encuentran:

- Problemas emocionales: se pueden manifestar por los diferentes factores externos, debido a que experimentan nuevas emociones dando pie al proceso de reconocerlas y gestionarlas de forma saludable.
- Problemas alimenticios: están estrechamente relacionados con la baja autoestima, cómo perciben su imagen corporal y las opiniones que generan las personas que les rodean.
- Problemas de relación interpersonales: dado que en esta etapa tienden a sentirse comprendidos e integrados por su grupo de iguales (compañeros de clases, vecinos e incluso personas externas que solo conocen por redes sociales), pero caso contrario, se sienten cuestionados e incomprensidos con los adultos y seres queridos más cercanos.
- Bajo rendimiento académico: se puede manifestar por distintas causas, afectando a toda la comunidad educativa, maestros, encargados, incluso entre los mismos estudiantes, además de los padres de familia, siendo esta problemática una consecuencia de la incorrecta gestión de emociones, nulos

hábitos y rutinas de estudio, falta de comunicación asertiva entre estudiantes, maestros y padres de familia.

Motivos de consulta

La psicoterapeuta infantil y profesora de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México Rocío Nuricumbo Ramírez, explica como en la clínica psicológica los menores de edad llegan a terapia por problemas como: dificultades para establecer rutinas matutinas para asistir al colegio, comportamientos agresivos hacia sus compañeros de clases, falta de motivación para cumplir con la entrega de actividades y tareas o falta de atención durante las clases; pero luego de la pandemia y el confinamiento, la psicoterapeuta observó un incremento en ciertos motivos de consulta, pues además de los mencionados, algunos niños y adolescentes acudían a terapia ya que se aislaban, algunos adolescentes en ocasiones se autolesionaban, presentaban dificultades para identificar y expresar sus emociones, además de evidenciar una falta de integración social, ahora los menores en su mayoría, presentan problemas de conducta como agresividad, depresión y ansiedad (López, 2023).

El psicólogo Le Breton (2012 como se citó en Flores, 2020), explica que en la adolescencia se dimensiona una vulnerabilidad que puede desencadenar períodos depresivos, donde tienen dificultades en la toma de decisiones, en la expresión de emociones y aceptación de sus cambios físicos, lo que contribuye a la creación de inseguridades a la hora de la búsqueda y conformación de una identidad más sólida, siendo un proceso largo desde la llegada de la pubertad hasta la conformación de la vida adulta (independización).

Por esta razón Flores (2020), analiza que en los motivos de consulta actual ya no predominan tanto los síntomas neuróticos o la inhibición, así como tampoco aspectos relacionados a la represión, ya que en la actualidad los adolescentes consultan sobre las dificultades vinculadas a la otredad y el relacionamiento con uno mismo, evidenciando así los casos de depresión, que muchas veces son un camino hacia comportamientos autodestructivos (conductas adictivas, síntomas

obsesivos-compulsivos, mutilaciones del cuerpo así como tentativas de suicidios, entre otros).

En este sentido, Muñoz (2021), explica que actualmente la ansiedad es uno de los principales motivos de consulta psicológica, la cual es una tipología de trastorno psicológico que se asocia a una diversidad de causas relacionadas con múltiples factores:

- Factores de índole social (relaciones sociales, familia, pareja).
- Factores de índole cultural (creencias, religiosidad, ideales).
- Factores relacionados con patologías de naturaleza orgánica (enfermedades físicas).
- Factores relacionados con patologías de naturaleza psicológica (trastornos psicológicos, situaciones traumáticas).
- Factores relacionados con el entorno, coyunturales o estructurales (una pandemia, una catástrofe natural, un golpe de estado, una guerra).

En la consulta psicológica al analizar el motivo de consulta por ansiedad se logra conocer cómo está se desencadenó de una situación determinada que genera en la persona la expectativa de que su resolución va a ser negativa o que dicha situación va a tener consecuencias negativas, donde progresivamente estas ideas se vuelven aún más catastróficas (Muñoz, 2021).

Teoría de la Pirámide de Maslow

La Pirámide de Maslow es una teoría sobre la motivación que explica las necesidades humanas a través de una jerarquía en forma de pirámide, explica que cuando el individuo va satisfaciendo las necesidades que están en la base de la pirámide (necesidades básicas), se van desarrollando nuevas necesidades y deseos; debido a que esta teoría define la motivación como aquello que impulsa al individuo a conseguir un objetivo o cubrir cualquiera de estas necesidades (Casternao, 2022).

El psicólogo García-Allen (2023), explica que la Pirámide de Maslow ayuda a explicar la conducta y motivación del ser humano, establece que la motivación es la

explicación del porqué las persona se comportan de sirva forma, debido a que estas acciones nacen de la motivación que conducen a las personas hacia el fin de cubrir ciertas necesidades, donde se ordenadas jerárquicamente según la importancia que tienen para el bienestar de cada individuo.

García-Allen (2023), explica que Maslow planteó las *necesidades instintivas* y las diferencia entre necesidades deficitarias (fisiológicas, de seguridad, de afiliación, de reconocimiento) y de desarrollo del ser (autorrealización); estas se diferencian en que las “deficitarias” se refieren a una carencia, mientras que las de “desarrollo del ser” hacen referencia al quehacer del individuo; al satisfacer las necesidades deficitarias se evita consecuencias negativas o sentimientos displacenteros, por otro lado las necesidades desarrollo del forman parte del crecimiento personal.

En la pirámide de Maslow existen cinco niveles de necesidades, García-Allen (2023), las desglosa de la siguiente manera:

En primer lugar se encuentran las necesidades fisiológicas en la base de la pirámide, aquí se incluyen las necesidades vitales para la supervivencia del ser humano y son de orden biológico, está conformada por las necesidades básicas del ser humano como respirar, beber agua, dormir, comer, refugio; es decir, las que satisfacen los procesos biológicos más fundamentales que hacen que la existencia del cuerpo sea viable.

Arriba de la base de la pirámide siguen las necesidades de seguridad, donde a pesar de que es necesaria para vivir se encuentra separada de las necesidades fisiológicas, debido a que hasta que las primeras no se satisfacen, no surge un segundo eslabón de necesidades que se orienta a la seguridad personal, al orden, la estabilidad y la protección; esto se debe a que se relaciona con las expectativas y las condiciones de vida que permiten desarrollar proyectos a medio y a largo plazo.

En tercer lugar se encuentran las necesidades de afiliación, que se describen como menos básicas, ya que esta necesidad se surge cuando las personas buscan superar los sentimientos de soledad y sentir que tienen vínculos afectivos entre ellas

y otras personas, es decir que surge la necesidad de establecer vínculos con el entorno social, este nivel se caracteriza por presentarse continuamente en la vida diaria del individuo, esto debido a que la pertenencia a un colectivo, ya sea más o menos pequeño, aportar sentido a lo que se hace en el día a día, y favorece significativamente a la persona, que puede ser calificada como una necesidad.

Ya en el penúltimo lugar están las necesidades de reconocimiento, también, conocido como necesidades de estima, en cuarto lugar se encuentran las necesidades que tienen que ver con el modo en el que las persona se valoran entre sí y a los demás, el resto de la sociedad, surge después de cubrir las necesidades de los tres primeros niveles, en el cuarto nivel se encuentran las necesidades que favorecen el fortalecimiento de la autoestima, el reconocimiento hacia la propia persona, el logro particular y el respeto hacia los demás; al satisfacer este nivel, las personas se sienten seguras de sí mismas, dándose el valor que merecen dentro de la sociedad.

En este nivel existen dos necesidades de reconocimiento: una inferior (respeto de los demás, estatus, fama, gloria, reconocimiento, atención, reputación, y dignidad) y otra superior (respeto de sí mismo, incluyendo sentimientos como auto-confianza, competencia, independencia y libertad).

Y en último y quinto lugar se encuentran las necesidades de autorrealización, que se unen al desarrollo de las necesidades internas, el desarrollo espiritual, moral o la búsqueda de una misión en la vida, este nivel es complejo de describir debido a que tiene que ver con objetivos altamente abstractos, no son acciones concretas, sino una cadenas de acciones que se producen durante periodos relativamente largos, en este nivel cada individuo tendrá necesidades de autorrealización diferentes y personalizadas.

Al conocer esta teoría se hace una relación con el contexto escolar de los estudiantes, en este caso, de tercer ciclo, donde al plantear la pirámide de necesidades de un estudiante se puede evidenciar las motivaciones y necesidades que este presenta durante el año escolar, debido a que el aprendizaje se vuelve el

factor fundamental que motiva a los estudiantes, por el cual cada adolescente guiará sus acciones, dependiendo qué significa para cada uno de ellos el estudio, sus compañeros, los maestros y su futuro académico.

La psicóloga Agüera (2023), menciona que sin motivación no hay aprendizaje ya que entre más motivado esté un estudiante, más implicado estará con sus tareas, más atención les prestará y más se esforzará para mejorar sus habilidades y capacidades, ella explica que se vuelve importante que los maestros conozcan sobre la pirámide de Maslow, ya que de esta manera logran comprender y tomar acciones con sus estudiantes desde un punto de vista distinto, el cual ayudará a modificar la visualización de los estudiantes sobre el estudio.

Sintomatologías

Conceptos

La ansiedad es una emoción normal que se experimenta en situaciones en las que el sujeto se siente amenazado por un peligro externo o interno, de esta manera se debe diferenciar entre miedo (el sujeto conoce el objeto externo y delimitado que le amenaza y se prepara para responder) y ansiedad (el sujeto desconoce el objeto, siendo la amenaza interna y existiendo una dificultad en la elaboración de la respuesta); entonces la ansiedad se vuelve anormal cuando es desproporcionada y demasiado prolongada para el estímulo desencadenante, a diferencia de la ansiedad relativamente leve y transitoria causada por un evento estresante (Ortuño, 2014).

El grupo de Educación para la Salud (2020) de la Sociedad Española de Medicina Interna, lo explica desde otro punto de vista, siendo la ansiedad un mecanismo adaptativo natural que le permite al ser humano estar alerta ante sucesos comprometidos, por esta razón un cierto grado de ansiedad proporciona un componente adecuado de precaución en situaciones especialmente peligrosas que pueden vivenciar los individuos.

Sin embargo, el sistema de respuesta a la ansiedad se puede desbordar y funcionar incorrectamente, es decir que se vuelve desproporcionada con la situación

donde el sujeto se siente paralizado con un sentimiento de indefensión y, en general, se produce un deterioro del funcionamiento psicosocial y fisiológico (Educación para la Salud, 2020).

La Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2021), define la depresión como una condición que se caracteriza por una tristeza persistente y por la pérdida de interés en las actividades con las que normalmente se disfruta, así como por la incapacidad para llevar a cabo las actividades cotidianas.

Para la organización Mental Health America (2019), la depresión es una enfermedad grave y común que afecta física y mentalmente en modo de sentir y de pensar del individuo, esta puede provocar deseos de aislamiento de la familia, amigos, trabajo, y escuela, además puede causar pérdida del sueño, del apetito, y falta de interés o placer en realizar diferentes actividades.

Es importante reconocer que la depresión no es simplemente una angustia, es también una tristeza o melancolía permanente, debido a que esta lleva al individuo a sentirse inútil, sin esperanza, causa pérdida del placer en la vida diaria, tensión en el trabajo o escuela y en las relaciones interpersonales, agrava condiciones médicas e incluso puede llevarle al suicidio (Mental Health America, 2019).

Población

En relación con las cifras de Depresión la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), expone que se estima que el 3,8% de la población experimenta depresión, incluido el 5% de los adultos (4% entre los hombres y el 6% entre las mujeres) y el 5,7% de los adultos mayores de 60 años; a escala mundial, aproximadamente 280 millones de personas sufren depresión, así en todo el mundo, más del 10% de las embarazadas y de las mujeres que acaban de dar a luz experimentan depresión; y con estas cifras se llega a la estadística del suicidio, donde cada año más de 700 000 personas cometen suicidio en el mundo, siendo este la cuarta causa de muerte más común en el grupo etario de 15 a 29 años.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), con respecto a las cifras de Ansiedad, exponen que se calcula que un 4% de la población mundial padece actualmente un trastorno de ansiedad, para 2019, 301 millones de personas en el mundo tenían un trastorno de ansiedad, lo que los convierte en los más comunes de todos los trastornos mentales.

Al enfocarnos en los adolescentes la OMS (2021), expone que en esta etapa los trastornos emocionales con más frecuencia, ya que se calcula que el 3,6% de los adolescentes de 10 a 14 años y el 4,6% de los de 15 a 19 años padece un trastorno de ansiedad, también se calcula que el 1,1% de los adolescentes de 10 a 14 años y el 2,8% de los de 15 a 19 años padecen depresión.

Criterios diagnósticos

En el proceso terapéutico, en la clínica psicológica uno de los distintos procedimientos para diagnosticar a un paciente con un trastorno es utilizando el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales [DSM-5] publicado por la Asociación Americana de Psiquiatría [APA] por sus siglas en inglés, en el año 2014 en su 5ª edición.

Para la investigación se tomarán de referencia los criterios diagnósticos del Trastorno de Ansiedad Generalizada, el cual se encuentra en la categoría de Trastornos de Ansiedad, junto a los criterios diagnósticos del Trastorno de Depresión Mayor, que está en la categoría de Trastornos Depresivos, esto con la finalidad de tener un parámetro establecido para identificar las problemáticas que presentan los estudiantes.

Trastorno de Ansiedad Generalizada.

La Asociación Americana de Psiquiatría (APA, 2014) establece los siguientes Criterios Diagnósticos:

A. Ansiedad y preocupaciones excesivas (anticipación aprensiva), que se produce durante más días de los que ha estado ausente durante un mínimo de seis meses, en relación con diversos sucesos o actividades.

B. Al individuo le es difícil controlar la preocupación.

C. La ansiedad y la preocupación se asocian a tres (o más) de los seis síntomas siguientes:

Nota: En los niños, solamente se requiere un ítem.

1. Inquietud o sensación de estar atrapado o con los nervios de punta.

2. Fácilmente para fatigarse.

3. Dificultad para concentrarse o quedarse con la mente en blanco.

4. Irritabilidad.

5. Tensión muscular.

6. Problemas de sueño (dificultad para dormirse o para continuar durmiendo, o sueño inquieto e insatisfactorio).

D. La ansiedad, la preocupación o los síntomas físicos causan malestar clínicamente significativo o deterioro en lo social, laboral u otras áreas importantes del funcionamiento.

E. La alteración no se puede atribuir a los efectos fisiológicos de una sustancia ni a otra afección médica.

F. La alteración no se explica mejor por otro trastorno mental (pp. 222 - 223).

Características Diagnósticas.

La característica esencial del trastorno de ansiedad generalizada es una ansiedad y una preocupación excesivas (anticipación aprensiva) acerca de una serie

de acontecimientos o actividades. La intensidad, la duración o la frecuencia de la ansiedad y la preocupación es desproporcionada a la probabilidad o al impacto real del suceso anticipado. Al individuo le resulta difícil controlar la preocupación, y el mantenimiento de los pensamientos relacionados con la misma interfiere con la atención a las tareas inmediatas. Los niños con trastorno de ansiedad generalizada tienden a preocuparse en exceso por su competencia o por la calidad de su desempeño. Durante el curso del trastorno, el centro de las preocupaciones puede trasladarse de un objeto o una situación a otra (APA, 2014).

Varias características distinguen el trastorno de ansiedad generalizada de la ansiedad no patológica. En primer lugar, las preocupaciones asociadas con el trastorno de ansiedad generalizada son excesivas y, por lo general, interfieren significativamente con el funcionamiento psicosocial, mientras que las preocupaciones de la vida cotidiana no son excesivas, se perciben como más manejables y pueden ser aplazadas si surgen asuntos más urgentes. En segundo lugar, las preocupaciones asociadas con el trastorno de ansiedad generalizada son más penetrantes, pronunciadas y angustiosas; tienen una mayor duración y se producen con frecuencia sin desencadenantes. En tercer lugar, las preocupaciones cotidianas se asocian con mucha menos frecuencia a síntomas físicos (p. ej., inquietud, sentimiento de agitación o nerviosismo). Las personas con trastorno de ansiedad generalizada refieren malestar subjetivo debido a la preocupación constante y al deterioro de las áreas sociales u ocupacionales, o de otras áreas importantes del funcionamiento (APA, 2014).

La ansiedad y la preocupación se acompañan de, al menos, tres de los siguientes síntomas adicionales: inquietud o sensación de excitación o nerviosismo, facilidad para fatigarse, dificultad para concentrarse o tener la mente en blanco, irritabilidad, tensión muscular y trastornos del sueño, a pesar de que en los niños sólo se requiere un síntoma adicional (APA, 2014).

Trastorno de Depresión Mayor.

La Asociación Americana de Psiquiatría (APA, 2014) establece los siguientes Criterios Diagnósticos:

A. Cinco (o más) de los síntomas siguientes han estado presentes durante el mismo periodo de dos semanas y representan un cambio del funcionamiento previo; al menos uno de los síntomas es (1) estado de ánimo deprimido o (2) pérdida de interés o de placer.

Nota: No incluir síntomas que se pueden atribuir claramente a otra afección médica.

1. Estado de ánimo deprimido la mayor parte del día, casi todos los días, según se desprende de la información subjetiva (**Nota:** En niños y adolescentes, el estado de ánimo puede ser irritable).
2. Disminución importante del interés o el placer por todas o casi todas las actividades la mayor parte del día, casi todos los días.
3. Pérdida importante de peso sin hacer dieta o aumento de peso (p. ej., modificación de más del 5% del peso corporal en un mes) o disminución o aumento del apetito casi todos los días. (**Nota:** En los niños, considerar el fracaso para el aumento de peso esperado).
4. Insomnio o hipersomnia casi todos los días.
5. Agitación o retraso psicomotor casi todos los días.
6. Fatiga o pérdida de energía casi todos los días.
7. Sentimiento de inutilidad o culpabilidad excesiva o inapropiada (que puede ser delirante) casi todos los días.
8. Disminución de la capacidad para pensar o concentrarse, o para tomar decisiones, casi todos los días.

9. Pensamientos de muerte recurrentes, ideas suicidas recurrentes sin un plan determinado, intento de suicidio o un plan específico para llevarlo a cabo.

B. Los síntomas causan malestar clínicamente significativo o deterioro en lo social, laboral u otras áreas importantes del funcionamiento.

C. El episodio no se puede atribuir a los efectos fisiológicos de una sustancia o de otra afección médica.

Nota: Los Criterios A–C constituyen un episodio de depresión mayor.

Nota: Las respuestas a una pérdida significativa pueden incluir el sentimiento de tristeza intensa, rumiación acerca de la pérdida, insomnio, pérdida del apetito y pérdida de peso que figuran en el Criterio A, y pueden simular un episodio depresivo. Aunque estos síntomas pueden ser comprensibles o considerarse apropiados a la pérdida, también se debería pensar atentamente en la presencia de un episodio de depresión mayor además de la respuesta normal a una pérdida significativa. Esta decisión requiere inevitablemente el criterio clínico basado en la historia del individuo y en las normas culturales para la expresión del malestar en el contexto de la pérdida.

D. El episodio de depresión mayor no se explica mejor por un trastorno esquizoafectivo, esquizofrenia, un trastorno esquizofreniforme, trastorno delirante, u otro trastorno especificado o no especificado del espectro de la esquizofrenia y otros trastornos psicóticos.

E. Nunca ha habido un episodio maníaco o hipomaníaco.

Nota: Esta exclusión no se aplica si todos los episodios de tipo maníaco o hipomaníaco son inducidos por sustancias o se pueden atribuir a los efectos fisiológicos de otra afección médica (pp. 160 - 164).

Características Diagnósticas.

Los síntomas de los criterios diagnósticos del trastorno depresivo mayor deberían aparecer casi cada día para poderlos considerar, con la excepción del

cambio de peso y la ideación suicida. Debería haber ánimo deprimido la mayor parte del día, además de casi cada día. A menudo los síntomas de presentación son el insomnio y la fatiga, y el trastorno se infradiagnostica si no se reconocen los otros síntomas depresivos acompañantes. Aparecen fatiga y alteración del sueño en una alta proporción de casos, y las alteraciones psicomotoras son mucho menos frecuentes, pero son indicativas de una mayor gravedad global, al igual que la presencia de una culpa delirante o casi delirante (APA, 2014).

En los niños y los adolescentes, el ánimo suele ser irritable más que triste. El paciente debe experimentar además al menos cuatro síntomas adicionales de una lista que incluye cambios en el apetito o el peso y en la actividad psicomotora, energía disminuida, sentimientos de inutilidad o de culpa, dificultades para pensar, para concentrarse o para tomar decisiones, y pensamientos recurrentes de muerte o ideación suicida, o planes o intentos de suicidio (APA, 2014).

Algunos pacientes enfatizan las quejas somáticas (p. ej., dolores y sufrimientos corporales) en lugar de manifestar sentimientos de tristeza. Muchos pacientes refieren o presentan un aumento de la irritabilidad (p. ej., ira persistente, tendencia a responder a los acontecimientos con accesos de ira o culpabilizando a los otros, o un exagerado sentido de la frustración por acontecimientos menores). En los niños y los adolescentes aparece un ánimo irritable o malhumorado más que un ánimo triste o abatido (APA, 2014).

Parámetros de la exigencia académica

El Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología [MINEDUCYT] en el 2021 actualizó los programas de estudio para todos los niveles de educación de El Salvador, desde la primera infancia, parvularia, primer ciclo, segundo ciclo, tercer ciclo y bachillerato en el marco del Plan Nacional de Educación 2021; con estos documentos se logró recaudar la siguiente información en específico de Tercer ciclo (séptimo, octavo y noveno grado), los cuales están conformados por tres documentos diferentes, cada uno de una materia de educación básica (Lenguaje y Literatura, Estudios Sociales y Cívica, Ciencia, Salud y Medio Ambiente).

Ejes transversales

En primer lugar, el Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología (MINEDUCYT, 2021) estipula en los tres documentos que además de las temáticas que presenta el programa de estudio, se deben tomar en cuenta los *ejes transversales*, los cuales son contenidos importantes, no disciplinares, que deben desarrollarse oportunamente junto con los contenidos básicos del plan de estudio de cada asignatura, debido a que estos contribuyen a la formación integral del educando, ya que, a través de ellos, se consolida una sociedad democrática impregnada de valores, de respeto a la persona y a la naturaleza, constituyéndose en orientaciones educativas concretas a problemas y aspiraciones específicas del país, las cuales son:

- Educación en derechos humanos
- Educación ambiental
- Educación en población
- Educación preventiva integral
- Educación para la igualdad de oportunidades
- Educación para la salud
- Educación del consumidor
- Educación en valores

Lineamientos de evaluación

El MINEDUCYT (2021) estipuló nuevos lineamientos de evaluación para que correspondan con la propuesta de competencias y el tipo de evaluación que se necesita en el sistema educativo nacional, es decir una evaluación al servicio del aprendizaje. Al revisar todos los documentos correspondientes se logró hacer una recopilación de los aspectos más importantes que abarca cada una de las evaluaciones de cada materia:

- Evaluación diagnóstica:

Es recomendable y oportuno que siempre se haga una evaluación de inicio del año escolar y cuando el alumnado enfrente un nuevo contenido, con el fin de conocer el grado de dominio de algunos procedimientos que el alumnado necesitará aplicar en las clases. Se recomienda partir del análisis de indicadores de logro de unidades anteriores o de grados previos al que están cursando los estudiantes, por medio de diversas técnicas, como la formulación de preguntas exploratorias, las lecturas de textos, descripciones o explicaciones previas, con el objetivo que el maestro conozca el saber y las habilidades que poseen los estudiantes al inicio del año escolar. Es importante no olvidar que la finalidad de la evaluación diagnóstica es adecuar la planificación y aplicar estrategias para nivelar al alumnado en el grado que cursa, de manera que tenga las condiciones de éxito para su aprendizaje.

- Evaluación formativa:

Evalúa los avances o progresos de los estudiantes en el desarrollo de manejo de conceptos, procedimientos, actitudes y valores, este ha de ser un proceso sistemático y riguroso, que permita conocer oportunamente la información requerida sobre el que aprende, el que enseña y el proceso de enseñanza, a fin de que todos y todas se esfuercen en una mejora permanente. La evaluación formativa constituye un seguimiento que se realiza a lo largo de ese proceso y que proporcionará información sobre los progresos y las dificultades de los alumnos y las alumnas en el proceso de enseñanza - aprendizaje. La razón de este seguimiento es entender sus necesidades, darles ánimo, orientación y apoyo oportuno.

Al implementar la observación directa del desempeño y la entrevista personal permiten detectar dificultades oportunamente, así como valorar las actitudes y las habilidades que las niñas y los niños están desarrollando; utilizando diversas técnicas para conocer cómo cada estudiante comprende, analiza e interpreta los diferentes contenidos, por ejemplo se puede utilizar la exposición de contenidos, trabajos en equipo, trabajos diarios dentro del salón de clases o la elaboración de mapas conceptuales.

Otro recurso que permite hacer una evaluación del progreso de los estudiantes durante el año escolar es la coevaluación y la autoevaluación, la cual contribuye a que el alumnado tome conciencia de sus progresos y de sus dificultades, de sus capacidades y de sus limitaciones. La finalidad de la evaluación formativa es conocer los logros y las dificultades de aprendizaje de los estudiantes para facilitarles ayuda adecuada y oportuna en la adquisición de las competencias.

- Evaluación sumativa:

Registra logros al finalizar una etapa de trabajo (Trimestre) y al final del año lectivo. Su nombre indica que se evalúa sumando logros y objetivos cumplidos o todo el producto del proceso educativo. Para ello se analizan y ponderan los resultados obtenidos de las actividades de evaluación que reflejan el grado de aprendizaje respecto a los objetivos planteados. Los indicadores de logro que presenta el programa de estudio son un referente importante para planificar las actividades de evaluación, puesto que señalan evidencias del aprendizaje expresado en los objetivos.

Ejemplos de actividades de evaluación:

- Trabajos de investigación o de campo (evaluar la preparación, realización y aplicación posterior).
- Actividades de simulación o dramatización.
- Actividades experimentales o proyectos.
- Revisión de trabajos escritos o del cuaderno de clases con las actividades diarias, resúmenes, esquemas, mapas conceptuales, etc.
- Pruebas específicas orales y escritas, se debe insistir en evaluar la utilización correcta de términos, el reconocimiento y la aplicación de conceptos.

El programa de estudio presenta indicadores de logro que sirven de guía para determinar las evidencias de aprendizajes esperados. Se recomienda revisar los criterios que se utilizan para ponderar y valorar las actividades y los productos del alumnado en función de las competencias de la asignatura.

Objetivos de grado

El MINEDUCYT (2021) en cada programa de estudio de las tres materias que se están analizando se establecieron una serie de objetivos por cada grado y materia, con la finalidad de que los estudiantes al finalizar el séptimo, octavo y noveno grado respectivamente, tengan la capacidad de interpretar, analizar y emplear los diversos contenidos impartidos en cada unidad a estudiar. Se realizó un cuadro comparativo que contiene el análisis de los objetivos establecidos para cada grado en las tres diferentes materias.

Tabla 1.

Objetivos de cada grado según la asignatura.

Materia / Grado	Séptimo grado	Octavo grado	Noveno grado
Lenguaje y Literatura	Producir textos con intención literaria e interpretar: • Obras narrativas de los subgéneros cuento y novela	Producir textos con intención literaria e interpretar: • Obras narrativas y líricas	Producir textos con intención literaria e interpretar • Obras dramáticas y ensayísticas
	valorando oralmente y por escrito la clase a la que pertenecen, los recursos expresivos, los elementos del género, las situaciones comunicativas imaginarias y reales; construyendo, además, los significados y el sentido de cada muestra, con el fin de desarrollar habilidades para analizar críticamente cualquier clase de discurso		
	Elaborar diferentes clases de textos orales y escritos relacionados con: • El diálogo y la conversación, la descripción, la noticia, la	Elaborar diferentes tipos de textos orales y escritos relacionados con: • La exposición oral, la instrucción, la información	Elaborar diferentes clases de textos orales y escritos relacionados con: • Los discursos televisivos, argumentativos, expositivos y

	investigación bibliográfica y el párrafo	radiofónica y periodística, la narrativa, la lírica y el diálogo	periodísticos
	para acomodarlos a una situación de comunicación (con todos sus elementos y usos pragmáticos) que esté definida con anterioridad, cuidando las estructuras de cada uno, su registro particular, los elementos de cohesión necesarios, el desarrollo coherente de las ideas y la corrección gramatical.		
Estudios Sociales y Cívica	Describir los componentes geográficos de la localidad, del país y de América Central, identificando y valorando la diversidad del medio ambiente, con el fin de proponer soluciones para el logro del desarrollo humano mediante el uso racional de los recursos	Describir las principales características geográficas del continente americano, analizando las desigualdades socioeconómicas y los problemas demográficos medioambientales, identificando las oportunidades y desafíos para el logro del desarrollo humano en la localidad, en el país, en la región centroamericana y en América.	Describir las principales características geográficas del medio geográfico mundial, analizando la relación existente entre el crecimiento poblacional, las actividades económicas y la degradación medioambiental, plantear alternativas y considerarlas para el logro del desarrollo humano en el ámbito local, nacional, regional y mundial.
	Argumentar con interés críticamente las causas y consecuencias de los procesos históricos en el contexto geográfico, el legado social y la herencia cultural de la comunidad local, nacional, regional, centroamericana, americana y mundial, por medio de indagaciones sobre la situación política, económica, social y cultural de El Salvador, América y el mundo para explicar los sucesos locales de mayor importancia y relacionarlos con los acontecimientos		

	nacionales e internacionales y acertar cómo influyeron diversos factores en la conformación de la sociedad actual		
	Interpretar y defender con seguridad e interés los derechos propios y de los demás, por medio de la promoción y la propuesta de normas de convivencia democrática, con el fin de participar responsablemente en los diferentes espacios de interacción social		
Ciencia, Salud y Medio Ambiente	Investigar las propiedades, composición y transformación de la materia y la energía, aplicando principios físicos y químicos que les permita comprobar sus hipótesis.	Indagar y explicar las bases de la investigación científica del movimiento de los cuerpos, las fuerzas y la presión de líquidos y gases, aplicando principios de cinemática, presión e hidráulica.	Analizar y describir los principios básicos de la termodinámica, la electricidad y el magnetismo, aplicando la indagación científica.
	Describir y clasificar a los seres vivos por sus características y categorías taxonómicas, representando y explicando su estructura, relaciones con su medio ambiente y funciones vitales.	Experimentar y describir las transformaciones de la materia, preparando mezclas y reacciones químicas que les permita comprender la naturaleza de los compuestos orgánicos e inorgánicos.	Identificar y describir las características de los compuestos químicos, explicando y experimentando con algunas reacciones químicas.
	Analizar y describir la organización y dinámica ecológica, identificando los tipos de poblaciones, problemas ambientales y	Investigar y representar la estructura y funciones vitales de los seres vivos, analizándolos y clasificándolos.	Indagar y explicar el origen de la vida y la transmisión de los caracteres hereditarios, analizando distintas hipótesis, y describiendo modelos

	legislación ambiental.		que le permitan comprender cómo los seres vivos transfieren la información genética a las nuevas generaciones.
	- - -	Explicar la degradación de los recursos naturales y los ecosistemas, investigando y analizando su dinámica.	Analizar críticamente los problemas ecológicos de El Salvador, identificando los factores que deterioran los recursos naturales.

Nota: Se observa que, en las asignaturas de Lenguaje y Literatura y Estudios Sociales y Cívica, en la mayoría de los puntos se buscan los mismos objetivos pero con diferentes especificaciones según el grado, a comparación de la asignatura de Ciencia, Salud y Medio Ambiente, que en todos sus objetivos se buscan distintos puntos de aprendizaje.

Competencias a desarrollar

El MINEDUCYT (2021) explica que es consciente de la trascendencia educativa de la enseñanza y aprendizaje basado en competencias, por esta razón ha definido las siguientes competencias generales para ser desarrolladas en estas asignaturas, las cuales aplican en los tres grados educativos, es decir a nivel global de tercer ciclo:

Tabla 2.

Competencias a desarrollar

Lenguaje y Literatura	Estudios sociales y Cívica	Ciencias, Salud y Medio Ambiente
• <u>Comprensión oral:</u> Es la capacidad de utilizar todo tipo de recursos para comprender información oral, que se presenta con distintos propósitos y en diferentes situaciones comunicativas. • <u>Expresión oral:</u> Esta competencia, al igual que la comprensión oral, se enmarca en situaciones comunicativas, en las cuales el educando expresa de forma oral, sus deseos, intereses, experiencias, ideas, entre otros, con un propósito determinado. • <u>Comprensión lectora:</u> Esta competencia implica la construcción del sentido de textos escritos. En este	• <u>Análisis de la problemática social:</u> Pretende crear conciencia y compromiso en el educando a partir de la reflexión crítica de los problemas políticos, económicos, sociales, ecológicos y culturales presentes en la sociedad. • <u>Investigación de la realidad social e histórica:</u> Promueve en el alumnado la observación y la comprensión del por qué y cómo ocurren los hechos, al indagar sus causas, se pretende realizar predicciones y sugerir soluciones. • <u>Participación crítica y responsable en la sociedad,</u> es decir, que el alumnado comprenda claramente su contexto y su cultura, y participe en ellos de	• <u>Comunicación de la información con lenguaje científico:</u> Esta competencia consolida el uso apropiado del lenguaje científico y la interpretación de diferentes tipos de textos, sobre temáticas que promueven el análisis crítico-reflexivo. La comunicación es parte esencial del trabajo científico, ya que permite adquirir y producir información representada a través de tablas, gráficos, modelos simbólicos y verbales que dan precisión, validez y universalidad a este trabajo. • <u>Aplicación de procedimientos científicos:</u> Implica la utilización de procedimientos de investigación para resolver problemas de la vida cotidiana, científicos y tecnológicos, facilita al estudiante una mejor comprensión de la

proceso el lector se ve enfrentado a una situación comunicativa peculiar, a distancia, en la que pone en juego un grado de autonomía elevada, conocimientos y estrategias cognitivas y metacognitivas, pues su interlocutor no puede ser interrogado de manera directa, sino a través de las pistas y convenciones que estructuran los diferentes tipos de discursos escritos. ● <u>Expresión escrita:</u> Esta capacidad permite establecer comunicación por medio de la escritura. Al igual que las otras competencias, implica adecuarse al contexto comunicativo, al lector (destinatario). Escribir no solo requiere el conocimiento del código (sistema de escritura) sino	forma crítica, creativa y responsable. Se promueve una posición moral y ética frente al análisis de los problemas del país y de la región de manera que se rechace toda forma de falsedad a favor de una posición comprometida con la construcción de la democracia y la paz. Además, se potencia el compromiso por vivir relaciones basadas en el reconocimiento del otro y en el respeto a su identidad.	naturaleza de la ciencia y la actividad científica como una acción humana. En este contexto, la resolución de problemas forma parte de la construcción del conocimiento científico, generando en las y los estudiantes aprendizajes permanentes que apliquen en situaciones de la vida para actuar eficazmente en el ámbito individual y profesional, así como en otros en donde se desempeñe. ● <u>Razonamiento e interpretación científica:</u> El razonamiento crítico, reflexivo e inventivo permite consolidar el aprendizaje y generar una valoración ética de sus aplicaciones científico-tecnológicas en la vida de los seres humanos. Cultiva el interés y el respeto por las iniciativas científicas, la comprensión de los fenómenos de la naturaleza, el análisis e interpretación de datos para una mejor toma de decisiones.
---	---	---

también del uso de estrategias, técnicas y principios convencionales, que implican saber planificar un discurso, y construirlo con adecuación, coherencia y cohesión textual. • <u>Comunicación literaria</u>: Es la competencia que habilita al estudiante para interpretar los significados y el sentido de los textos literarios, así como usar sus recursos expresivos en la construcción de escritos con intenciones artísticas. Su importancia educativa se extiende al desarrollo de todas las habilidades comunicativas, debido a que las obras literarias son modelos ficcionales de la realidad y presentan al estudiante y al docente numerosas oportunidades de		
--	--	--

trabajar con situaciones lingüísticas y pragmáticas de diversa índole.		
--	--	--

Nota: Se observa que, en cada grado escolar de tercer ciclo, con cada contenido del programa de estudio, se busca que los estudiantes refuercen en todo momentos cada una de estas competencias.

CAPÍTULO III: ANÁLISIS DE LOS DATOS

Discusión

La salud mental de los adolescentes es un tema que en la actualidad es motivo de investigación y acción, pero por el año 1993 empezaba a tomar relevancia esta temática, donde los investigadores encontraron una relación directa entre el proceso de aprendizaje y la aparición de síntomas ansiosos en los estudiantes, estas dos variables se unían en un dialelo o círculo vicioso, debido a que si el proceso de aprendizaje dentro de un salón de clases promueve el desarrollo de síntomas ansiosos, estos síntomas obstaculizaran el proceso de aprendizaje continuo debido a la ansiedad y preocupación que padece el estudiante, dificultando la atención dentro del salón de clases, la realización de tareas y actividades.

En relación a la depresión en adolescentes alrededor de los años 1997 los casos de suicidio en adolescentes aumentaron, dando así el interés en la investigación de este tipo de sentimiento y motivaciones en los menores de edad, ya que estas cosas demostraban que la depresión y actos suicidas no eran casos aislados solo en adultos, esto dio la pauta a que progresivamente las investigaciones en menores de edad fueran de las principales temáticas a conocer.

Las investigaciones fueron aumentando, junto a las estadísticas que evidenciaban el deterioro de la salud mental de los adolescentes, donde se demostró un alza en los casos de depresión y ansiedad, además de las estadísticas de los conflictos familiares, deserción escolar y bajo rendimiento académico, con esta información se logra analizar que los menores de edad, en específico los adolescentes se encuentran bajo diversos factores de riesgo a nivel familiar, escolar y social, lo que conlleva a una gran responsabilidad y carga emocional por parte de cada estudiantes, debido a que en dicha etapa se concentran diversos cambios significativos para su óptimo desarrollo.

En el ámbito escolar se encuentra el término exigencia académica, el cual se comprende como un conjunto de normas, procesos, programas y actividades a los

que los estudiantes se deben someter para lograr un grado académico en específico, esto abarca desde la inscripción al centro educativo hasta la realización del último examen para finalizar el proceso académico requerido, durante todo este proceso los estudiantes se enfrentan a diversos cambios en la currícula académica, esta varía por la dinámica que el maestro requiera llevar para cumplir con los objetivos académicos que estipula cada grado escolar, todas las actividades y procedimientos que los estudiantes llevan a cabo para conocer, analizar y exponer los diferentes contenidos impartidos en cada materia forman parte de la exigencia académica, aunque varíen las formas, orden y expresión de los contenidos, siempre forman parte del programa que deben aprobar los estudiantes al final del año.

Pero además de que la exigencia académica se refiere al proceso específicamente de formación y aprendizaje académico, este concepto también hace alusión a la carga de contenidos, actividades y acciones que los estudiantes deben solventar para adquirir todos los conocimientos necesarios para obtener su título de finalización del grado académico cursado, entonces la exigencia académica hace alusión a la sobrecarga de contenidos y procesos académicos que los estudiantes deben solventar para ser considerados aptos para recibir su título de finalización; con estos procedimientos se evidencia la saturación de contenidos y acciones que representan un proceso agotador, estresante y tedioso que expone a los estudiantes a desarrollar patologías ansiosas o depresivas, en conjunto con las demás situaciones familiares y sociales que deben enfrentar en su día a día.

Entonces la exigencia académica tiene un precedente en el desarrollo de patologías ansiosas y depresivas, principalmente en estudiantes de educación superior o universitaria, se han documentado diversas investigaciones sobre cómo los estudiantes se ven afectados por la carga académica que aumenta progresivamente durante cada nuevo ciclo o módulo, pero también las investigaciones con el paso del tiempo han evidenciado cómo los adolescentes se exponen a diversas situaciones que afectan su salud física y mental, principalmente debido al proceso biológico que atraviesan durante esos años de vida, es decir la pubertad, una etapa de la vida de cada ser humano, donde además de los cambios

evidentemente físicos, también experimentan cambios internos debido al desarrollo de su cuerpo tanto en hombre como en mujeres, donde su cuerpo se prepara para la madurez.

Pero los adolescentes no solo pasan por un extremo cambio físico, sino por las nuevas condiciones personales, sociales, culturales y familiares, donde se enfrentan a las nuevas emociones que deben reconocer, nuevas responsabilidades sociales y académicas que deben cumplir y principalmente asumir el inicio del camino a la adultez e independencia. Esta nueva etapa de vida marcada por el inicio de la pubertad conlleva consigo que el individuo experimente sus cambios físicos como un acercamiento a la adultez, esto para la sociedad, centro educativo, familia, amigos y para el propio individuo dictamina un cambio en la forma de visualizar al adolescentes, debido a que existe una predisposición a los cambios que empiezan a experimentar, a nivel familiar esto representa en alguna medida el miedo al crecimiento o a delegar responsabilidades más importantes, en la sociedad lo visualizan como un adulto pequeño que ahora es consciente de sus acciones y que será juzgado por ellas, en el centro escolar se le atribuye mayores responsabilidades, en conjunto con el incentivo a la independencia y responsabilidad de sus propias acciones al obtener buenas calificaciones, tener un comportamiento que encaje con los valores institucionales y para sus amistades y para sí mismo es un proceso lleno de dudas, presiones y nuevos retos que todo su entorno esperan que cumplan por ahora ser mayores, ser conscientes de las consecuencias y valerse por sí mismos.

De esta manera el estudiante de tercer ciclo vivencia un proceso social, familiar y personal predispuesto por el determinante de la adolescencia con las nuevas responsabilidades que abarca el programa de estudio de tercer ciclo, debido a que este refleja un cambio en la metodología de estudio, la participación de los padres de familia y los métodos de enseñanza de los maestros, entonces un estudiante de tercer ciclo se encuentra bajo una gran cantidad de factores que llegan a ser estresantes, que demandan de él un desarrollo de madurez y conciencia acorde a las nuevas responsabilidades asignadas a su edad y nivel educativo.

Con este panorama es pertinente tomar en cuenta la Teoría de la Pirámide de Maslow enfocada en los estudiantes de tercer ciclo, en esta teoría se plantea una pirámide de necesidades dividida en cinco niveles, Maslow se interesó por estudiar la motivación de las personas en su día a día, de conocer cuál es el porqué de las acciones diarias que guían a cada individuo ha actuar de una manera en específico. Él planteó que el cumplimiento de estas necesidades en progresivo, es decir que primero se deben satisfacer todas las necesidades de la base de la pirámide para luego seguir con el segundo nivel y así progresivamente hasta llegar a la punta de la pirámide con la autorrealización personal; en la base de la pirámide se encuentran las necesidades básicas, aquellas que satisfacen los aspectos vitales de supervivencia, como la alimentación, descanso y buena salud física, que permita que el individuo se desarrolle adecuadamente; en este nivel es necesario entonces que los estudiantes cuenten con las necesidades básicas satisfechas, corroborar que en casa cuenten con la alimentación adecuada, que su apariencia física refleje una buena atención médica, ya que esto es la base para su pleno desarrollo.

En el segundo nivel de la pirámide se encuentran las necesidades de seguridad, referentes a un lugar de vivienda que cumpla con los parámetros básicos como agua, luz, internet, además de referirse a la satisfacción económica que permite que el individuo tenga la posibilidad de sustentar sus necesidades básicas diariamente, en el caso de los estudiantes este se vuelve un nivel esencial para que se sienta a salvo de los peligros de su entorno, que tengan la oportunidad de tener comida semanalmente y sienta el apoyo de sus padres, familiares y también maestros. En el tercer nivel se encuentran las necesidades de afiliación referentes a satisfacer la necesidad del contacto con los demás seres humanos que le agraden, de tener la oportunidad de pertenecer a un grupo social que lo ayude a salir de la soledad y se sienta parte de un grupo, en los estudiantes esto conforma un nivel fundamental para su vida académica debido a que dentro del entorno escolar los grupos de amistad forman un papel decisivo en su desarrollo dentro del salón de clases, este grupo definirá su rol dentro y fuera del centro escolar, además de guiar sus acciones sobre el estudio.

En el cuarto nivel se encuentran las necesidades de reconocimiento, estas hacen referencia al respeto, éxito, admiración que a logrado obtener el individuo que contribuyen al fortalecimiento de la autoestima, esto debido a que este reconocimiento externo, es decir, de otra persona hacia el individuo, contribuye al reconocimiento interno, el propio valor que el individuo se da a sí mismo; en los estudiantes es la culminación de todas sus acciones en los niveles anteriores, ya que recibe el conocimiento e integración que desea de su grupo de amistades o el reconocimiento de los maestros y su propia familia. El quinto nivel y último nivel de necesidades hace referencia a la autorrealización, el punto máximo donde progresivamente se han cumplido todas sus necesidades y logra llevar a cabo ciertas acciones que lo hacen darse cuenta de que logró satisfacer todo lo que necesitaba y ya que este nivel se vuelve subjetivo debido a las particularidades de cada individuo, a nivel escolar se vuelve momentáneo, lo que puede significar la forma en que finalizó en año escolar, puede referirse que el estudiante logró obtener las mejores calificaciones, o logro tener un grupo de amigos importantes que lo hacen sentir pleno en su vida escolar.

La pirámide de Maslow permite conocer y delimitar las necesidades de cada individuo, lo que define sus motivaciones diarias, a corto y claro plazo, pero a nivel escolar, la pirámide de maslow se vuelve sumamente personal y no representa las necesidades de toda una vida, por el contrario puede representar un año escolar o incluso un evento en específico como una excursión o evento académico/recreativo, es de entender que los primeros dos niveles representan una constante en la vida diaria, pero los tres siguientes niveles pueden variar constantemente, ya que los grupos de amistades tienden a cambiar junto con los objetivos escolares de cada estudiantes, esto genera que en un mismo año escolar un individuo sólo desee pertenecer a un grupo específico de compañeros y después cambie de parecer y quiera pertenecer a otro grupo, incluso lograr tener una amistad con su maestros.

Y de esta manera también pueden cambiar las necesidades de los demás niveles, y así surgen las situaciones donde, por diferentes motivos, los estudiantes no logran satisfacer esas necesidades, desde no lograr pertenecer a un grupo social

deseado hasta no lograr el éxito académico que desea, lo que puede llegar a provocar una desmotivación en su día a día, donde la constante búsqueda de satisfacciones desgasta al estudiante, teniendo el riesgo de desarrollar sintomatologías ansiosas o depresivas en la búsqueda del cumplimiento de sus necesidades. Esto se vuelve posible debido a que la pirámide de Maslow solo delimita las necesidades, pero no proporciona una manera en cómo satisfacerlas, entonces se vuelven conceptos que se desean cumplir diariamente, pero sin conocer la forma en cómo se lograrán, bajo el riesgo de los factores externos que pueden ayudar a afectar la búsqueda de la satisfacción.

Es así que se vuelve necesario establecer parámetros de la sintomatología ansiosa y depresiva que pueden presentar los estudiantes dentro y fuera del salón de clases, debido a los diversos factores que rodean a los estudiantes en el proceso de aprendizaje, de su desarrollo personal, pertenencia a grupos sociales y cumplimiento de sus expectativas como estudiantes de tercer ciclo, junto con las metas a nivel académico y social. La divulgación profesional de la sintomatología de estos posibles trastornos ayuda que se logren identificar posibles casos donde los estudiantes, debido a la carga académica y el nulo cumplimiento de sus necesidades afecte su estado de ánimo y llegue a afectar su salud mental, la cual llevará al deterioro de las demás áreas de su vida.

Pero realmente es necesario conocer cuál es la exigencia académica que tienen los estudiantes de tercer ciclo de educación básica, y gracias al gobierno de El Salvador por medio del Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología se logró obtener los programas de estudio que los centros escolares públicos y colegios privados deben cumplir para que cada estudiante tenga la oportunidad de finalizar cada grado académico.

Estos programas están divididos en tres documentos, cada uno de una asignatura diferente en el cual se desglosa la currícula académica de los tres grados que conforman el tercer ciclo; este material desglosa ordenadamente los aspectos más importantes que se deben desempeñar en la asignatura, los puntos más importantes que expone cada documento son los lineamientos de evaluación

sugeridos, los objetivos de grado y las competencias a desarrollar durante el año escolar, con esta información se evidencia una organización sugerida que contiene una cantidad moderada de contenidos a estudiar ya que son planteados de forma general y con los aspectos más importantes, pero al revisar el apartado de las unidades de contenidos de cada asignatura en cada grado, se evidencia un crecimiento exponencial de los contenidos que los estudiantes deben lograr conocer y analizar.

En estos programas se brindan las unidades de cada asignatura de cada grado, cada unidad contiene sus propios objetivos, juntos a los contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales que se requiere cada temática, y así cada uno de estos cuenta con su indicador de logro específico.

Objetivo

✓ *Analizar y describir críticamente las características del conocimiento científico y tecnológico, diferenciándolo del conocimiento empírico que le permita decidir de forma adecuada ante mitos, dogmas y creencias populares y mejorar la calidad de vida.*

UNIDAD 1

CIENCIA Y TECNOLOGÍA

Tiempo probable: 18 horas clase

CONTENIDOS

CONCEPTUALES

- **Ciencia y Tecnología.**
 - Origen y definición.
 - Clasificación de la ciencia.
 - Aplicación de la ciencia y la tecnología en la vida cotidiana.
- **Características del conocimiento científico y tecnológico.**

PROCEDIMENTALES

- Indagación y explicación del origen de la ciencia y la tecnología.
- Clasificación de las ciencias en formales y fácticas.
- Diferenciación y explicación de algunos tipos de ciencias por su objeto de estudio.
- Relación y explicación de la importancia de la tecnociencia.
- Indagación comparación y explicación de la incidencia de la ciencia y la tecnología en la vida cotidiana.
- Descripción y análisis de las características del conocimiento científico: racional, objetivo, sistemático, verificable, proyectable, comunicable, universal, entre otras.

ACTITUDINALES

- Interés en relacionar la importancia de la ciencia y la tecnología en la vida del ser humano.
- Iniciativa por identificar las diferencias entre ciencias formales y fácticas.
- Valoración de la importancia de los avances científicos y tecnológicos en la vida cotidiana.
- Disposición para describir las características del conocimiento científico y tecnológico.

INDICADORES DE LOGRO

- 1.1 Explica correctamente la relación de la ciencia y la tecnología en la vida cotidiana.
- 1.2 Indaga y explica con interés la incidencia del desarrollo científico y tecnológico en la vida cotidiana.
- 1.3 Explica y diferencia con certeza el objeto de estudio de algunas ciencias.
- 1.4 Describe adecuadamente las características del conocimiento científico y tecnológico.

18

Programa de estudio de séptimo grado

Figura 1: parte del Programa de estudio de Ciencia, Salud y Medio Ambiente de Séptimo grado.

En la imagen se pueden visualizar como está constituido este programa, en esta imagen solo se muestra una parte de la unidad uno de Ciencia, Salud y Medio Ambiente de séptimo grado, se puede observar que una temática contiene tres subtemas, cinco contenidos procedimentales y tres actitudinales y tres indicadores de logros de una sola temática, con esto se evidencia que la cantidad de contenidos es mayor que la que muestran los objetivos de grado y los contenidos a desarrollar en general.

Ahora que se conoce a profundidad la exigencia académica que deben superar los estudiantes de tercer ciclo, es necesario saber identificar las manifestaciones de síntomas ansiosos y depresivos en los estudiantes, ya que los centros escolares y colegios privados son los lugares donde los adolescentes invierten la mayor parte de su tiempo durante la semana, es aquí donde los docentes y directores tienen el espacio para reconocer las diferentes manifestaciones de estos trastornos en los estudiantes; como se explicó con anterioridad por medio de la teoría de la Pirámide de Maslow, los estudiantes adolescentes se ven envueltos en una nueva etapa de su vida, la cual, a nivel personal inicia con pubertad y el reconocimientos de los cambios físicos, cognitivos y emocionales que representan una lucha entre el miedo a lo desconocido y la esperanza de la madurez e independencia, donde a su vez, a nivel académico se inicia una etapa dentro del centro escolar, dictaminada por la separación del área de primaria y llegar al área de tercer ciclo y en ocasiones en conjunto con bachillerato, donde los estudiantes ahora forman parte del área de los más grandes, y como se ve reflejado en los programas de estudio, la cantidad de contenidos aumenta, junto a la responsabilidad e independencia para realizar las tareas y actividades asignadas.

Entonces durante todo este proceso de asimilación por parte de los adolescentes, de los cambios físicos, cognitivos y académicos, entran a la dinámica de la motivación y cumplimientos de metas dentro del centro escolar, es aquí donde inician la búsqueda de su identidad dentro del salón de clases, delimitan sus metas personales, académicas y sociales, lo que conlleva a las situaciones donde no logran sobrellevar todos los cambios y responsabilidades que deben cumplir como

estudiantes de tercer ciclo, y a nivel conductual y emocional se empiezan a ver reflejadas esas decepciones y preocupaciones porque no pueden cumplir alguno de sus objetivos planteados, dando lugar a la preocupación excesiva por obtener una buena calificación, se sienten atrapados e irritados, durante las clases pueden quedarse dormidos, mostrar una actitud triste donde en momentos recreativos demuestran que no les emociona, no gozan de dichas actividades y pueden realizar comentarios que denotan desesperanza o preocupación por las calificaciones, o no tener un grupo de amigos, el comportamiento de los estudiantes puede deteriorarse progresivamente, donde al inicio solo una vez a la semana se veían tristes, vacíos o fatigados y preocupados, para luego ver es sintomatología de forma más regular durante la semana, hasta llegar al punto que todo su comportamiento dentro del centro escolar se caracterice por sintomatologías ansiosas o depresivas.

Es aquí donde los programas de estudio, que proporciona el gobierno, se vuelven de suma importancia, porque debido a la gran cantidad de contenidos conceptuales e indicadores de logros que deben cumplir, las actividades y clases se vuelven más cargadas de material, donde en muchas ocasiones los docentes para abarcar más temas en un periodo de tiempo, asignan exposiciones de distintas temáticas para que en una hora clase se logren aprender varios temas de una sola vez, esta acción se vuelve recurrente dentro de los salones de clases, con diferentes métodos de estudio los docentes asignan distintos contenidos conceptuales a cada grupo de trabajo para que en una semana o incluso en una hora clases se cumplan con la mayor cantidad de indicadores de logros; esta dinámica que hace que los estudiantes tengan que conocer, aprender y analizar varios contenidos en poco tiempo en todas las materias que cursan, da pie a la manifestación de síntomas ansiosos o depresivos por buscar el cumplimiento de todas estas actividades, y no solo se vuelve la acción de entregar la tarea o pasar a exponer, sino que los estudiantes se autoevalúan si realmente con toda esa cantidad de contenidos y esfuerzo, ellos sienten que comprenden el tema, que realmente han aprendido de las exposiciones, dramatizaciones, resúmenes y otros métodos, así progresivamente los adolescentes constantemente evalúan sus propios conocimientos y esfuerzos.

Conclusiones

En conclusión, y dando respuesta al objetivo general de la investigación “describir el papel de la exigencia académica en el desarrollo de sintomatologías ansiosas y depresivas en estudiantes de educación media”, la exigencia académica es el medio por el cual los estudiantes desean cumplir sus metas y objetivos sobre las expectativas familiares, sociales, culturales y personales que se han planteado, ya que por medio del cumplimiento satisfactorio de los diversos aspectos que conforman la exigencia académica, se satisfacen las predisposiciones que representa culminar un grado académico, es entonces que el cumplimiento de todas las exigencias académicas representa más que un título de finalización, sino que conlleva una carga social referente al nivel de conocimientos que logró adquirir el estudiante, lo que lo etiqueta como un adolescente enfocado en su aprendizaje, que busca la superación personal; pero al no cumplir con las exigencias académicas necesarias los estudiantes se ven expuestos a los sentimientos de desesperanza o preocupación excesiva por no lograr solventar todos sus objetivos, se vuelven vulnerables a entrar en un círculo vicioso donde sus fracasos conducen a los sentimientos ansiosos o depresivos, que luego afectaran en el óptimo desempeño académico que buscan y de esta manera el estudiante al no lograr cumplir con las exigencias académicas que desea se potenciara la sintomatología existente.

Para responder al primer objetivo específico “explorar el desarrollo de las sintomatologías ansiosas y depresivas en los estudiantes de tercer ciclo”, se debe tomar en cuenta la teoría de la pirámide de Maslow, donde cada estudiante crea su propia pirámide de necesidades que desea cumplir en cierto periodo de tiempo dentro del centro escolar, al estar establecido cada nivel, el estudiante buscará exhaustivamente estar cada día más cerca de cubrir esa necesidad, y debido a que dentro del centro escolar todo está enfocado en el aprendizaje y buenas notas, todas las acciones del estudiante se verán afectadas por este factor aunque al estudiante no le interese obtener buenas calificaciones o aprender sobre un tema, sus acciones serán juzgadas bajo este factor, y así afectará el cumplimiento de sus demás necesidades ya que dentro del centro escolar todo está relacionado al aprendizaje, y

debido a que la satisfacción de una necesidad no solo depende del propio estudiantes, sino que del entorno social, donde las oportunidades y habilidades se vuelven de suma importancia para que su entorno le ayude o no a cumplir esas necesidades, aunque siempre está la posibilidades que no se logre solventar una necesidad que se ha propuesto, dejándolo as, vulnerable en el desarrollo de sintomatologías ansiosas y depresivas por el fracaso de que no logra solventar esa necesidad; la búsqueda constante del cumplimiento de metas dentro del centro escolar a nivel académico, social y personal se vuelve un pilar significativo para el óptimo desarrollo del estudiante, debido a que la desesperanza o preocupación excesiva se vuelven parte del día a día debido a que por diferentes motivos, como el cuestionamiento del propio conocimiento y esfuerzo, valoración de sí mismo como amigo y compañero, preocupación por la opinión del docente sobre el estudiante, hacen que la sintomatología ansiosa y depresiva sean parte del diario vivir de cada uno de los estudiantes, lo que da la pauta de que esta la exigencia académica, que ejerce el centro escolar, sea el factor principal por el cual estos síntomas se manifiesten.

Finalmente para responder al segundo objetivo específico “examinar los parámetros que definen la exigencia académica a nivel de la educación media en El Salvador”, se debe tomar en cuenta los programas de estudio proporcionados por el gobierno de El Salvador, y realizar la comparativa de las tres asignaturas en los tres grados que conforman el tercer ciclo de educación básica; de esta manera se evidencio que el gobierno proporciona un programa detallado y explicativo de los procedimientos, contenidos y expectativas que cada asignatura y grado requieren para finalizar exitosamente cada año escolar, pero al revisar exhaustivamente cada programa con los contenidos conceptuales y sus respectivos indicadores de logros en cada unidad se evidencio que existe una cantidad significativa de temáticas que los alumnos deben cumplir para lograr finalizar satisfactoriamente cada grado académico; aunque se sabe que no todos los centros escolares y colegios lograran impartir el programa completo de cada asignatura en cada grado, pero esto permite que durante toda los años de tercer ciclo se dejen de lado contenidos importantes debido a la falta de tiempo necesaria para darle un espacio justo a cada contenido,

para que los estudiantes conozcan, analicen y apliquen dichos conocimientos. Los programas de estudio de tercer ciclo se encuentran expuestos de forma explícita y organizada, pero la cantidad de contenido que se sugieren debe impartirse en cada grado escolar supera el tiempo que los centros escolares y colegios privados tiene para impartirlos, sin tomar en cuenta los días festivos donde no se asiste a clases, los días que los maestros no puede impartir la clase por motivos mayores y los días donde los estudiantes no asiste a clases por estar enfermos o tener alguna emergencia; y es bien sabido que en muchos centros escolares públicos se tiene la tendencia a perder clases por diversos motivos, lo que reducen aún más las posibilidades que se imparten todos los contenidos sugeridos en el programa de estudio.

Recomendaciones para el Gobierno de El Salvador e Instituciones.

- Se recomienda al gobierno de El Salvador, en el área de educación con el Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología, realizar ajustes a los programas de educación, principalmente en Tercer ciclo de educación básica, donde después de su análisis, se evidencia que la cantidad de contenidos sugeridos, junto a sus indicadores de logros, sobrepasan la capacidad de los centros escolares públicos y colegios privados, de sus maestros y estudiantes, de lograr conocer y analizar correctamente cada una de las temáticas, debido a las diversas circunstancias que rodean a los involucrados; la reorganización de los contenidos permitirá que cada estudiante y maestro tenga la oportunidad de conocer la temática con el tiempo y recursos necesarios para su correcto análisis y divulgación.
- Se recomienda al gobierno de El Salvador, en el área de salud con el Ministerio de Salud, priorizar la salud mental de los estudiantes de educación básica, creando espacios y programas que alienten a cada estudiante a llevar un proceso terapéutico gratuito o de bajo costo, para solventar las diversas dificultades que se presentan en esta etapa del desarrollo de los adolescentes, con base en las estadísticas oficiales donde se refleja que dicha

población es propensa a vivenciar situaciones que son primordiales para el desarrollo de su futuro, siendo una etapa de suma importancia en la formación de la personalidad, autoestima y el plan de vida.

- Se recomienda a las instituciones que velan por el cuidado y protección de niñas, niños y adolescentes como el Consejo Nacional de la Primera Infancia, Niñez y Adolescencia [CONAPINA], Instituto Crecer Juntos, Save the Children y demás instituciones, que organicen e impartan cursos dirigidos a los padres de familia y profesionales que trabajen con menores de edad, para informarlos y concientizarlos sobre los factores de riesgos a los que estas poblaciones, principalmente los adolescentes, están expuestas diariamente en los centros escolares, impartiendo temáticas relacionadas a la identificación de sintomatologías ansiosas y depresivas, problemas conductuales y emocionales, relaciones entre compañeros y con los docentes, para que estos adultos tengan los conocimientos para brindarles la ayuda necesaria a las niñas, niños y adolescentes.

Recomendaciones para los profesionales en psicología.

- A los profesionales de la salud mental se les recomienda difundir por medio de redes sociales y espacios públicos, la importancia de que las niñas, niños y principalmente adolescentes, reciban atención psicológica, aportando en la difusión de información educativa para que los padres e incluso los mismo menores de edad, conozcan la labor y relevancia de la psicología clínica en el día a día, divulgando diferentes temáticas con las que esta población se vea identificada, como autoestima, hábitos de estudio, relación con los padres y docentes, inteligencia emocional y demás aspectos significativos para el pleno desarrollo de los menores de edad.

Recomendaciones para los docentes y padres de familia.

- Se recomienda a los maestros de tercer ciclo de educación básica y directores organizar y reestructurar los programas de estudio con la finalidad de que

todos los contenidos sugeridos se logren impartir dentro del salón de clases para que los estudiantes tengan la oportunidad de tener el tiempo necesario para conocer y analizar cada temática, además se sugiere que implementen técnicas de estudio como exposiciones, resúmenes, esquemas, cuadros comparativos, sinópticos y grupos de estudio, que promuevan espacios de aprendizaje dinámicos y variados para que los estudiantes tengan la oportunidad de aprender, analizar y divulgar cada contenido con seguridad de sus propios conocimientos.

- Se recomienda a los padres de familia mantener comunicación regular con los docentes de sus hijos, para que reciban una retroalimentación semanal o mensual del comportamiento y desempeño académico de los estudiantes dentro del centro escolar, esto les ayudará a estar informados sobre los aspectos más relevantes que caracterizan a sus hijos dentro y fuera del salón de clases, además ayudar en la identificación de cualquier irregularidad conductual, para prevenir que las dificultades se agraven y así brindarles a los estudiantes la atención profesional necesaria si es requerido, y de esta manera el docente también estará actualizado de cualquier situación fuera del centro escolar que pueda afectar al estudiantes durante las clases.

Referencias bibliográficas

- Agüera, P. (2023, enero). *Pirámide de Maslow: así se aplica para motivar al alumnado*. Educación 3.0.
<https://www.educaciontrespuntocero.com/recursos/piramide-de-maslow/>
- Alfonso, B., Calcines, M., Monteagudo, R., y Nieves, Z. (2015). Estrés Académico. *EDUMECENTRO*, 7(2), 163-178.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=s2077-28742015000200013&script=sci_arttext&lng=en
- Allen, B., y Waterman, H. (2019, mayo). *Etapas de la adolescencia*. healthychildren.org.
<https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/Paginas/Stages-of-Adolescence.aspx>
- Almada, S. (2023, octubre). *Salud mental en la escuela: 10 problemas frecuentes y cómo proteger el bienestar psicológico de los niños*. infobae.
<https://www.infobae.com/salud/2023/10/25/salud-mental-en-la-escuela-10-problemas-frecuentes-y-como-proteger-el-bienestar-psicologico-de-los-ninos/>
- Álvarez-Gayou, J. L., Camacho, S. M., Maldonado Muñiz, G., Trejo García, C. Á., Olguín López, A., y Pérez Jiménez, M. (2015, mayo). *La investigación cualitativa*. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo.
<https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/tlahuelilpan/n3/e2.html>

- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5)* (5th ed.). Editorial Médica Panamericana.
<https://www.federaciocatalanatdah.org/wp-content/uploads/2018/12/dsm5-manualdiagnosticoyestadisticodelostrastornosmentales-161006005112.pdf>
- Ayora, A. (1993). Ansiedad en situaciones de evaluación o examen, en estudiantes secundarios de la ciudad de Loja (Ecuador). *Revista Latinoamericana de Psicología*, 25(3), 425-431. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80525305.pdf>
- Casternao, Á. (2022, julio). *Pirámide de Maslow y la teoría de las necesidades*. Blog del Instituto Serca.
<https://blog.institutoserca.com/que-es-la-piramide-de-maslow-y-necesidades/>
- Child Mind Institute. (2022, diciembre). *Desafíos de la adolescencia*. Childmind.org.
<https://childmind.org/es/formas-de-donar/boletines-informativos/desafios-de-la-adolescencia/>
- Consejo General de la Psicología de España. (2023, septiembre). *Es prioritario abordar la presión académica en niños y adolescentes*. INFOCOP.
<https://www.infocop.es/es-prioritario-abordar-la-presion-academica-en-ninos-y-adolescentes/>
- Corona, J. L. (2015). Uso e importancia de las monografías. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 34(1), 64 - 68.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=s0864-03002015000100007&script=sci_arttext&lng=en

Costa, P. (2017, julio). *La exigencia académica y el futuro estudiantil*. Los Pinos: Mujeres que cambian el mundo.

<https://colegioloospinos.ec/la-exigencia-academica-futuro-estudiantil/>

Cumsille, P., & Martínez, M. L. (1997). Síntomas de depresión en estudiantes de enseñanza media de Santiago. *Revista Chilena de Pediatría*, 68(2), 74-77.

<https://www.scielo.cl/pdf/rcp/v68n2/art03.pdf>

Educación para la Salud. (2020, octubre). *Ansiedad*. Sociedad Española de Medicina Interna.

<https://www.fesemi.org/informacion-pacientes/conozca-mejor-su-enfermedad/ansiedad>

Flores, J. B. (2015). *Exigencia Académica en el aula universitaria*. Universidades mexicanas.

<https://hablandoderecho.files.wordpress.com/2015/02/exigencia-academica-en-el-aula-universitaria.pdf>

Flores, P. I. (2020). *Motivos de consulta adolescente: Reflexión para el abordaje clínico*. Universidad de la República Uruguay.

https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/26177/1/tfg_patricio_flores.pdf

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF]. (2022). *Cinco pilares esenciales para promover y proteger la salud mental y el bienestar psicosocial en las escuelas y los entornos de aprendizaje*. UNICEF. org.

<https://www.unicef.org/media/137741/file/Promoting%20and%20protecting%20mental%20health%20in%20schools%20and%20learning%20environments.pdf>

Galindo, S. B., Moreno, I. M., y Muñoz, J. G. (2009). Prevalencia de Ansiedad y Depresión en una Población de Estudiantes Universitarios: Factores Académicos y Sociofamiliares Asociados. *Clínica y Salud*, 20(2), 177-187.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180613879006>

García-Allen, J. (2023, julio). *Pirámide de Maslow: la jerarquía de las necesidades humanas*. Psicología y Mente.
https://psicologiaymente.com/psicologia/piramide-de-maslow#google_vignette

Gómez, M., y Pérez, E. (2017). Particularidades de los motivos de consulta psicológica de los estudiantes que asisten a la Dirección de Bienestar Universitario, Universidad de Antioquia. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 9(1), 75-92.
<file:///C:/Users/user/Downloads/Dialnet-ParticularidadesDeLosMotivosDeConsultaPsicologicaD-6229087.pdf>

Hernández, E., y Santos, A. (2001). *Definición del término Exigencia Académica: la opinión de los profesionistas*. Universidad de Monterrey: División de Posgrado e Investigación. <file:///C:/Users/user/Downloads/33409001681752.pdf>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., y Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6th ed.). Mc Graw-Hill Education.

- Londoño, N. H., Calle, L. C., y Berrio, Z. (2021). Depresión y ansiedad en estudiantes que ingresan a la universidad y factores de estrés asociados. *Revista Psicología e Saúde*, 13(4), 123-138.
<https://www.redalyc.org/journal/6098/609871321010/html/>
- López, P. (2023, mayo). *Nuevos motivos de consulta psicológica en menores de edad*. GACETA UNAM.
<https://www.gaceta.unam.mx/nuevos-motivos-de-consulta-psicologica-en-menores-de-edad/>
- Mata Solís, L. D. (2019, mayo). *El enfoque cualitativo de investigación*. investigalia.
<https://investigaliacr.com/investigacion/el-enfoque-cualitativo-de-investigacion/>
- Mental Health America. (2019, diciembre). *¿Qué es la depresión?* (MHA) Mental Health America. <https://mhanational.org/que-es-la-depresion>
- Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología [MINEDUCYT]. (2021). *Programas de Estudio: Ciencia, Salud y Medio Ambiente - Tercer ciclo de Educación Básica*. MINEDUCYT. <https://www.mined.gob.sv/programas-de-estudio/>
- Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología [MINEDUCYT]. (2021). *Programas de Estudio: Estudios Sociales y Cívica - Tercer ciclo de Educación Básica*. MINEDUCYT. <https://www.mined.gob.sv/programas-de-estudio/>
- Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología [MINEDUCYT]. (2021). *Programas de Estudio: Lenguaje y Literatura - Tercer ciclo de Educación Básica*. MINEDUCYT. <https://www.mined.gob.sv/programas-de-estudio/>

Muñoz, A. (2021, marzo). *Causas y Consecuencias de la Ansiedad*. Aesthesis
Terapia Psicológica.

<https://www.psicologosmadridcapital.com/blog/causas-consecuencias-ansiedad-estres/#:~:text=La%20ansiedad%20es%20uno%20de,sociales%2C%20familia%2C%20pareja%E2%80%A6>)

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2021, noviembre). *Salud mental del adolescente*. Organización Mundial de la Salud.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2023, marzo). *Datos sobre la Depresión*. Organización Mundial de la Salud.
https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression?gad_source=1&gclid=Cj0KCQjw5cOwBhCiARIsAJ5njuZtv-9rNVw_UeoYULIPZtxCHfpdHM2kY-egVUnGVS6COaAeckwZ23QaAhRMEALw_wcB

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2023, noviembre). *Datos de Ansiedad*. Organización Mundial de la Salud.
[https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders#:~:text=En%202019%2C%20301%20millones%20de,los%20trastornos%20mentales%20\(1\).](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders#:~:text=En%202019%2C%20301%20millones%20de,los%20trastornos%20mentales%20(1).)

Organización Panamericana de la Salud [OPS]. (2021, junio). *Depresión*. OPS
Organización Panamericana de la Salud.
<https://www.paho.org/es/temas/depresion#:~:text=La%20depresi%C3%B3n%2>

0es%20una%20enfermedad,%2C%20biol%C3%B3gicos%2C%20ambientales
%20y%20psicol%C3%B3gicos.

Ortuño, F. (2014, junio). *Ansiedad*. Clínica Universidad de Navarra.
<https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/ansiedad>

Pineda, S., y Aliño, M. (2002). El concepto de adolescencia. In *Manual de prácticas clínicas para la atención en la adolescencia* (pp. 15-23).
<https://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/adolescencia/Capitulo%20I.pdf>

Polo, C. (2022, mayo). *Problemas en la adolescencia*. EUROINNOVA.
<https://www.euroinnova.edu.es/blog/problemas-en-la-adolescencia>

Prepaup-varonil. (2020, enero). *Factores que afectan el rendimiento académico en adolescentes*. Preparatoria Panamericana.
<https://blog.up.edu.mx/prepaup/factores-afectan-rendimiento-academico-adolescentes>

Ravitch, D. (1996). *Estándares Nacionales en Educación*. PREAL.
https://blogs.ffyh.unc.edu.ar/indicadoresyevaluacion/files/2016/08/estandares_nacionales_educacion_ravitch-1.pdf

Tacca, D. R., Alva, M. Á., y Tacca, A. L. (2022, junio). Estrés, afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes adolescentes peruanos durante tiempos de covid-19. *Repositorio Institucional Peruano*, 27, 15-32.
https://repositorio.utp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12867/5979/D.Tacca_M.Alva_A.Tacca_RIP_Articulo_spa_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Universidad Peruana Los Andes. (2021, abril). *¿Sabes qué temas abarca la Psicología Educativa?* upla.edu.

<https://upla.edu.pe/sabes-que-temas-abarca-la-psicologia-educativa/#:~:text=L a%20Psicolog%C3%ADa%20Educativa%20es%20una,dentro%20de%20los%20centros%20educativos>.

Anexos

Anexo 1: Recuadro Bibliográfico

Tabla 1: *Tabla de Tipo de Análisis*

Cuadro Bibliográfico					
Fuentes primarias					
No	Autor y Año de publicación	Título	Tipo de material	Área disciplinaria	Aporte al abordaje del tema
1	Asociación Americana de Psiquiatría. (2014).	Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5)	Libro (5th ed.). Editorial Médica Panamericana.	Psicología Clínica	Criterios diagnósticos y Características diagnósticas del Trastorno de Ansiedad Generalizada y Trastorno de Depresión Mayor
2	Ayora, A. (1993). (Ecuador).	Ansiedad en situaciones de evaluación o examen, en estudiantes	Artículo Revista Latinoamericana de Psicología, 25(3), 425-431.	Psicología Educativa	Indicadores de ansiedad en adolescentes en el contexto académico.

		secundarios de la ciudad de Loja			
3	Consejo General de la Psicología de España. (2023) .	Es prioritario abordar la presión académica en niños y adolescentes	Informe INFOCOP Boletín del Consejo General de la Psicología de España.	Psicología Clínica y Educativa	Datos estadísticos sobre la presión académica que viven los estudiantes y el impacto negativo en su salud mental
4	Costa, P. (2017)	La exigencia académica y el futuro estudiantil.	Informe Los Pinos: Mujeres que cambian el mundo.	Psicología educativa	Experiencias de maestras y psicólogos educativos del impacto de la exigencia académica en los estudiantes de un colegio de Ecuador
5	Flores, P. I. (2020).	Motivos de consulta adolescente: Reflexión para el abordaje clínico.	Monografía Universidad de la República Uruguay.	Psicología Clínica	Motivos de consulta de adolescentes y sus causas

6	García-Allen, J. (2023)	Pirámide de Maslow: la jerarquía de las necesidades humanas.	Sitio web Psicología y Mente.	Psicología Clínica	Aspectos más importantes de la Teoría de la Pirámide de Maslow
7	Hernández, E., & Santos, A. (2001).	Definición del término Exigencia Académica: la opinión de los profesionistas.	Tesis Universidad de Monterrey: División de Posgrado e Investigación.	Ciencias de la Educación	Concepto y evaluación de la exigencia académica desde el punto de vista del profesorado.
8	Londoño, N. H., Calle, L. C., & Berrio, Z. (2021).	Depresión y ansiedad en estudiantes que ingresan a la universidad y factores de estrés asociados.	Artículo Revista Psicología e Saúde, 13(4), 123-138.	Psicología Clínica	Datos estadísticos sobre la prevalencia de sintomatologías depresivas y ansiosas en los estudiantes de nuevo ingreso a las universidades
9	Ministerio de Educación, Ciencia	Programas de Estudio: Ciencia, Salud y Medio	Manual MINEDUCYT.	Educación	Datos e información relevante del plan de estudio recomendado por

	y Tecnología. (2021).	Ambiente - Tercer ciclo de Educación Básica.			el Gobierno de El Salvador de la materia de Ciencia, Salud y Medio Ambiente
10	Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología. (2021).	Programas de Estudio: Estudios Sociales y Cívica - Tercer ciclo de Educación Básica.	Manual MINEDUCYT.	Educación	Datos e información relevante del plan de estudio recomendado por el Gobierno de El Salvador de la materia de Estudios Sociales y Cívica
11	Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología. (2021).	Programas de Estudio: Lenguaje y Literatura - Tercer ciclo de Educación Básica.	Manual MINEDUCYT	Educación	Datos e información relevante del plan de estudio recomendado por el Gobierno de El Salvador de la materia de Lenguaje y Literatura
12	Organización Mundial de la Salud. (2021, noviembre).	Salud mental del adolescente.	Informe Organización Mundial de la Salud.	Investigación científica	Importancia del cuidado de la salud mental de los adolescentes

13	Organización Mundial de la Salud. (2023, marzo).	Datos sobre la Depresión.	Informe Organización Mundial de la Salud.	Investigación científica	Datos estadísticos de sintomatologías depresivas y diagnóstico del Trastorno de depresión mayor
14	Organización Mundial de la Salud. (2023, noviembre).	Datos de Ansiedad.	Informe Organización Mundial de la Salud.	Investigación científica	Datos estadísticos de sintomatologías ansiosas y el diagnóstico del Trastorno de Ansiedad Generalizada
15	Organización Panamericana de la Salud. (2021, junio).	Depresión.	Informe Organización Panamericana de la Salud.	Investigación científica	Información relevante sobre la población con sintomatologías depresivas y formas de prevención
16	Pineda, S., & Aliño, M. (2002).	El concepto de adolescencia.	Libro Manual de prácticas clínicas para la atención en	Psicología Clínica	Definiciones y características de la población adolescentes

			la adolescencia (pp. 15-23).		
17	Ravitch, D. (1996).	Estándares Nacionales en Educación.	Manual Programa de Promoción de la Reforma Educativa en América Latina y el Caribe	Educación	Concepto y categorías de los estándares de educación
18	Tacca, D. R., Alva, M. Á., & Tacca, A. L. (2022)	Estrés, afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes adolescentes peruanos durante tiempos de covid-19.	Artículo Repositorio Institucional Peruano, 27, 15-32.	Psicología Clínica	Factores que influyen en el bajo rendimiento académico de los adolescentes

Nota: Las fuentes primarias del Cuadro Bibliográfico son las referencias que forman la base del análisis de la información, al igual que contribuyeron para dar respuesta a los objetivos.