



**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**TRABAJO DE TITULACIÓN**

**Modalidad Proyecto de Investigación**

**Tema:**

**“Estudio De Las Afectaciones De La Salud Mental En Los Adultos Jóvenes De La Ciudad  
De Manta, Debido A Los Cortes De Energía Eléctrica”**

**Estudiantes:**

Lucas Mendoza Valeska Elizabeth

Soledispa Tello Yelena Rafkaella

**Tutor:**

Psic. Clin. Katty Villavicencio


**Periodo 2025-2**

## CERTIFICACIÓN DE AUTORÍA


Las estudiantes Lucas Mendoza Valeska Elizabeth y Soledispa Tello Yelena Raffaella, en calidad de autoras y titulares de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación: "Estudio de las afectaciones de la salud mental en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta, debido a los cortes de energía eléctrica" modalidad proyecto de investigación, de conformidad con el Art. 114 del Código orgánico de la economía social de los conocimientos, creatividad e innovación, concedo a favor de la Universidad Laica "Eloy Alfaro" de Manabí (Uleam), licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de esta producción, con fines estrictamente académicos. Así mismo, autorizamos a la Uleam de Manta, para que realice la digitalización y publicación de este trabajo de titulación en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Las autoras declaran que este informe objeto de la presente autorización, es original en su forma de expresión y no infringe el derecho del autor de terceros, asumiendo la responsabilidad por cualquier reclamación que pudiera presentarse por esta causa y liberando a la Uleam.

### AUTORAS:

  
\_\_\_\_\_  
Lucas Mendoza Valeska Elizabeth  
C.I: 1350098875

  
\_\_\_\_\_  
Soledispa Tello Yelena Raffaella  
C.I: 1315252195

	NOMBRE DEL DOCUMENTO: CERTIFICADO DE TUTOR(A).	CÓDIGO: PAT-04-F-004
	PROCEDIMIENTO: TITULACIÓN DE ESTUDIANTES DE GRADO BAJO LA UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR	REVISIÓN: 1 Página 1 de 1

## CERTIFICACIÓN

En calidad de docente tutor(a) de la Facultad de Ciencias de la Salud, Manta de la Universidad Laica "Eloy Alfaro" de Manabí, CERTIFICO:

Haber dirigido, revisado y aprobado preliminarmente el Trabajo de Integración Curricular bajo la autoría de las estudiantes: **Lucas Mendoza Valeska Elizabeth** y **Soledispa Tello Yelena Rafaella**, legalmente matriculadas en la carrera de Psicología, período académico **2025-2**, cumpliendo con el total de horas establecidas, cuyo tema del proyecto es **"Estudio de las afectaciones de la salud mental en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta, debido a los cortes de energía eléctrica"**.

La presente investigación ha sido desarrollada en apego al cumplimiento de los requisitos académicos exigidos por el Reglamento de Régimen Académico y en concordancia con los lineamientos internos de la opción de titulación en mención, reuniendo y cumpliendo con los méritos académicos, científicos y formales, y la originalidad del mismo, requisitos suficientes para ser sometida a la evaluación del tribunal de titulación que designe la autoridad competente.

Particular que certifico para los fines consiguientes, salvo disposición de Ley en contrario.

Manta, 30 de enero de 2026.

Lo certifico,



Psic. Cl. Katty Villavicencio Navia  
**Docente Tutor(a)**  
**Área: Ciencias de la Salud**

### **Dedicatoria**

Dedico este proyecto, en primer lugar, a mi madre, por ser mi apoyo incondicional y la fuerza que me impulso a seguir adelante en cada etapa de este camino.

A mis hermanos, por su motivación constante y por creer en mí.

A mis abuelos, por su amor, cuidado y confianza sincera.

A mi compañera de tesis quien fue un apoyo fundamental durante todo el proceso.

Gracias por su compromiso, colaboración y compañerismo

Este logro también les pertenece.

*Valeska Lucas Mendoza*

Dedico este proyecto a mi familia y amigos, quienes han estado presentes de manera incondicional, brindándome apoyo y motivación a lo largo de todos estos años.

*Yelena Soledispa Tello*

## **Agradecimiento**

Agradezco con infinita gratitud a Dios, por ser mi fortaleza en los momentos de debilidad y mi refugio en medio de la incertidumbre.

Al concluir esta hermosa etapa de mi vida, quiero agradecer a mi pilar fundamental: mi mamá, Lorena Mendoza y a mi padrastro Luis Chinga por su apoyo constante, su presencia firme y su cariño sincero quienes me ha inculcado valores que guían mi camino; Gracias por acompañarme en este camino, por creer en mí y por brindar siempre palabras de ánimo y respaldo incondicional; y a mis hermanos, Anthony y Erick Lucas, el regalo más grande que me ha dado la vida. Gracias por su amor incondicional y por nunca dejar sola.

A mis abuelitos, Yolanda Cedeño y Héctor Lucas, quienes partieron antes de verme cumplir este sueño, pero viven siempre dentro de mí. Este logro también les pertenece.

A mi mejor amiga, Yelena Soledispa, quien con su espíritu inquebrantable y su corazón amoroso ha sido luz en mi camino personal académico, su paciencia, esfuerzo y apoyo me han permitido llegar al final de esta meta.

Agradezco profundamente a la Psi. Cli. Katty Villavicencio, por su valiosa labor como tutora y docente de la carrera, así como por los conocimientos compartidos y el constante acompañamiento brindado a lo largo de mi formación profesional.

Finalmente, gracias a mí, por haberme permitido fallar, llorar, detenerme, pero también por levantarme una y otra vez. Porque este título es el símbolo de una lucha silenciosa de una joven valiente que nunca se rindió.

*Los amo*

*Valeska Lucas Mendoza*

## **Agradecimiento**

Expreso mi profundo agradecimiento a mi mamá, Graciela, por su apoyo incondicional, guía constante y presencia a lo largo de todas las etapas de mi vida. A mi papá, Rafael, quien, a pesar de no encontrarse físicamente conmigo, sé que desde el cielo me cuida y se siente orgulloso de mis logros.

A mis hermanos, por su compañía, comprensión y paciencia, ya que su apoyo fue fundamental para la culminación de esta meta académica. A mi tía Teresa, quien ha estado presente desde mi infancia y en todas mis etapas académicas, contribuyendo a mi formación personal y profesional a través de sus enseñanzas.

A mi prima Jenniffer, por acompañarme desde mis primeros años de vida. A mi gatita Tokio, que, a pesar de no expresar palabras, su compañía fue un gran apoyo emocional durante mis días de trabajo y desvelo.

A mi mejor amiga y compañera desde primer semestre de la carrera y actualmente de tesis, Valeska, agradezco por su paciencia, apoyo y acompañamiento durante este proceso. A mis amigas, María José, Candy y Salomé, por los momentos que hemos compartido juntas durante toda la etapa universitaria. A mis mejores amigos, Erika, Jhosemar y Víctor, por siempre escucharme, entenderme y darme consejos, así como su compañía en momentos difíciles y por estar presentes en una nueva etapa de mi vida académica.

A la Psi. Cli. Katty Villavicencio, por su destacada labor como tutora y docente de la carrera, agradezco profundamente todos los conocimientos impartidos y el acompañamiento durante mi formación profesional y a todos los docentes que sin duda aportaron en mi formación académica.

Finalmente, agradecerles a todas las personas que han estado presentes en mi vida y que, de una u otra manera, me han transmitido su cariño, comprensión y sabiduría.

***Yelena soledispa Tello***

## Resumen

El presente proyecto de investigación tiene como propósito analizar las afectaciones de la salud mental en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta, asociadas a los cortes de energía eléctrica. La investigación se desarrolla en el contexto de la crisis energética que ha afectado al Ecuador, caracterizada por apagones frecuentes y prolongados, los cuales han generado alteraciones en la vida cotidiana, el desempeño académico y el bienestar emocional de la población joven. Desde la psicología, se busca comprender cómo estos eventos actúan como factores estresores que inciden en el equilibrio psicológico de los adultos jóvenes. El estudio se sustenta en el modelo biopsicosocial, el cual permitió analizar la interacción entre los factores ambientales, psicológicos y sociales que influyen en la salud mental. La investigación se desarrolló bajo un enfoque mixto, de tipo exploratorio, descriptivo y correlacional, lo que permitió integrar el análisis cuantitativo y cualitativo de la información. La muestra estuvo conformada por 30 estudiantes de la carrera de Ingeniería Eléctrica de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico intencional. Para la recolección de datos se emplearon encuestas estructuradas, la técnica de observación no participante e instrumentos psicométricos validados, orientados a evaluar los niveles de ansiedad, estrés y bienestar emocional en los participantes. Los resultados permitieron identificar las principales afectaciones psicológicas asociadas a los cortes de energía eléctrica y sirvieron como base para la formulación de recomendaciones y estrategias de apoyo psicológico orientadas a la prevención y mitigación de sus efectos en la salud mental.

**Palabras clave:** salud mental, adultos jóvenes, cortes de energía eléctrica, estrés, ansiedad.

### **Abstract**

The purpose of this research project is to analyze the effects of power outages on the mental health of young adults in the city of Manta. The research is being conducted in the context of the energy crisis that has affected Ecuador, characterized by frequent and prolonged blackouts, which have disrupted the daily lives, academic performance, and emotional well-being of the young population. From a psychological perspective, the aim is to understand how these events act as stressors that affect the psychological balance of young adults. The study is based on the biopsychosocial model, which allows for the analysis of the interaction between environmental, psychological, and social factors that influence mental health. The research was conducted using a mixed exploratory, descriptive, and correlational approach, which allowed for the integration of quantitative and qualitative analysis of the information. The sample consisted of 30 electrical engineering students from the Laica Eloy Alfaro University in Manabí, selected through intentional non-probabilistic sampling. Data collection used structured surveys, non-participant observation, and validated psychometric instruments to assess participants' levels of anxiety, stress, and emotional well-being. The results will identify the main psychological effects associated with power outages and will serve as a basis for formulating recommendations and psychological support strategies aimed at preventing and mitigating their effects on the mental health of young adults, contributing to the strengthening of emotional well-being in the university context.

**Keywords:** mental health, young adults, power outages, stress, anxiety.

## Tabla de contenido

Dedicatoria.....	4
Agradecimiento.....	5
Agradecimiento.....	6
Resumen.....	7
Abstract.....	8
Tabla de contenido .....	9
Índice de Tablas .....	11
Índice de Gráficos.....	12
Índice de Anexos.....	13
Planteamiento del Problema .....	14
Antecedentes.....	15
Justificación .....	17
Preguntas de Investigación .....	19
Objetivo General:.....	19
Objetivos Específicos: .....	19
Capítulos .....	20
Capítulo I: Marco Teórico de la Investigación.....	20
Salud mental.....	20
Características de la salud mental .....	21
Bienestar emocional.....	21
Entorno Social.....	21
Regulación Emocional.....	22
Salud mental en los adultos jóvenes .....	23
Factores que influyen en la salud mental .....	23
Trastornos mentales .....	24
Cortes de energía eléctrica .....	26
Definición de Apagones.....	26
Efectos generales de los apagones .....	27
Efectos de los apagones-en la salud-mental de los-ecuatorianos.....	27

	10
Impacto psicológico de los apagones.....	28
Cortes de energía eléctrica como factor estresor .....	28
Capitulo II: Metodología.....	31
Diseño de la Investigación .....	31
Métodos de Investigación .....	32
Población y muestra.....	34
Criterios de inclusión y exclusión.....	34
Criterio de Inclusión: .....	34
Criterios de Exclusión.....	35
<i>Definición de variables.</i> .....	35
Técnicas e Instrumentos de Recopilación de Datos.....	37
Validez de la Investigación .....	39
Procedimiento .....	40
Manejo de datos .....	41
Consideraciones éticas.....	42
Capitulo III: Resultados .....	42
Análisis y Discusión de los Resultados .....	42
Escala de Ansiedad de Beck (BAI).....	51
Escala de Estrés percibido (PSS) .....	53
Resultados de la entrevista a profesionales del ámbito educativo .....	55
Conclusiones .....	56
Recomendaciones .....	57
Plan de acción .....	59
Fundamentación.....	59
Referencias.....	62
Anexo .....	66

## Índice de Tablas

<b>Tabla 1.</b> Definición de variables .....	35
<b>Tabla 2.</b> Calificación de cambios en el estado emocional durante los cortes de energía eléctrica.....	43
<b>Tabla 3.</b> Efectos de los apagones en el desempeño académico o laboral.....	44
<b>Tabla 4.</b> Alteraciones del sueño durante los cortes de energía eléctrica.....	46
<b>Tabla 5.</b> Afectación de las relaciones familiares y sociales durante los cortes eléctricos.....	47
<b>Tabla 6.</b> Impacto de los cortes de energía en los niveles de estrés y ansiedad.....	49
<b>Tabla 7.</b> Estrategias de afrontamiento frente a los apagones prolongados .....	50
<b>Tabla 8.</b> Análisis de resultados de la escala de Ansiedad de Beck.....	52
<b>Tabla 9.</b> Análisis de resultados de la escala de Estrés Percibido (PSS).....	54
<b>Tabla 10.</b> Plan de acción.....	60
<b>Tabla 11.</b> Resultados del instrumento de Estrés Percibido (PSS) en estudiantes de Ingeniería Eléctrica.....	81
<b>Tabla 12.</b> Resultados del instrumento de Ansiedad de Beck (BAI) en estudiantes de Ingeniería Eléctrica.....	82

## Índice de Gráficos

<b>Gráfico 1.</b> Calificación de cambios en el estado emocional durante los cortes de energía eléctrica.....	43
<b>Gráfico 2.</b> Efectos de los apagones en el desempeño académico o laboral.....	45
<b>Gráfico 3.</b> Alteraciones del sueño durante los cortes de energía eléctrica.....	46
<b>Gráfico 4.</b> Afectación de las relaciones familiares y sociales durante los cortes eléctricos.....	48
<b>Gráfico 5.</b> Impacto de los cortes de energía en los niveles de estrés y ansiedad.....	49
<b>Gráfico 6.</b> Estrategias de afrontamiento frente a los apagones prolongados.....	51
<b>Gráfico 7.</b> Análisis de resultados de la escala de Ansiedad de Beck.....	52
<b>Gráfico 8.</b> Análisis de resultados de la escala de Estrés Percibido (PSS).....	54

## Índice de Anexos

<b>Anexo 1.</b> Plan de Acción y Cronograma .....	66
<b>Anexo 2.</b> Oficio entregado a la Carrera de Ingeniería Eléctrica .....	68
<b>Anexo 3.</b> Ficha sociodemográfica.....	69
<b>Anexo 4.</b> Modelo de entrevista a los profesionales de la Carrera de Ingeniería Eléctrica.....	71
<b>Anexo 5.</b> Certificado de validación de los instrumentos aplicado.....	72
<b>Anexo 6.</b> Consentimiento Informado .....	73
<b>Anexo 7.</b> Instrumento: Escala de Estrés Percibido (PSS).....	74
<b>Anexo 8.</b> Instrumento: Escala de ansiedad de Beck (BAI).....	75
<b>Anexo 9.</b> Consentimientos firmados por los profesionales de la Carrera De Ingeniería Eléctrica .....	77
<b>Anexo 10.</b> Resultados del instrumento de Estrés percibido (PSS) .....	81
<b>Anexo 11.</b> Resultados del instrumento de Ansiedad De Beck (BAI).....	82
<b>Anexo 12.</b> Fotografías de la aplicación de encuestas e instrumentos .....	83

### **Planteamiento del Problema**

El periódico publicado en América Latina “Un nuevo apagón deja a Cuba a oscuras en su peor crisis energética en décadas” informó que la noche del viernes 14 de marzo, Cuba sufrió un nuevo apagón general debido a una falla en su sistema eléctrico nacional, siendo este el cuarto en los últimos seis meses (Colomé, 2025). Esta situación se da en el contexto de una profunda crisis económica, considerada la más grave en tres décadas marcada por una escasez severa de alimentos, medicinas, combustible y una inflación descontrolada. La infraestructura eléctrica del país está en condiciones críticas, y solo en el último trimestre de 2024 se registraron tres apagones nacionales, de los cuales dos han sido prolongados varios días.

En Ecuador, el periódico Primicias, en su artículo “Atrapados, tristes y angustiados: los prolongados cortes de luz llenan de ansiedad a las y los ecuatorianos” da cuenta de que, desde el mes de septiembre del año 2024, los extensos cortes de luz en Ecuador han afectado la cotidianidad de la población, generando alteraciones en los trabajos de la casa, en actividades académicas, en tareas laborales y también en la salud emocional. Según la Psi. Johanna Pozo, del Instituto de Neurociencias de la Universidad Católica de Cuenca, muchos ecuatorianos experimentan estrés, ansiedad e incluso síntomas de depresión ante la incertidumbre provocada por la falta de electricidad (Beltrán, 2024).

Las investigaciones realizadas dentro de la ciudad de Manta, a pesar de la creciente preocupación por las consecuencias psicológicas derivadas de los cortes de energía eléctrica, se evidenció una notable escasez de investigaciones que analicen específicamente cómo estas interrupciones afectan la salud mental de los adultos jóvenes. La ausencia de estos estudios restringe el entendimiento respecto de las implicaciones emocionales psicosociales que originan los apagones en esta población, sobre todo cuando hablamos de estrés, de ansiedad, de desarticulación de los ciclos de sueño y también de la sensación de inseguridad. La ausencia de

datos empíricos acerca de esta temática constituye un vacío de conocimiento en la localidad, lo cual dificulta poder generar estrategias de intervención efectivas y ajustadas a las necesidades de los jóvenes manabitas que se encuentran en esta situación de manera frecuente.

### **Antecedentes**

El estudio de alcance mundial realizado en Estados Unidos, “Power Outages and Community Health: a Narrative Review” de Casey et al. (2020), analizaron los efectos de los cortes de energía eléctrica en la salud pública mediante la revisión de 50 artículos publicados entre 2004 y 2020. Los autores señalaron que la mayoría de las investigaciones presentó una evaluación básica e inconsistente de la exposición a los apagones, ya que el 86 % se centró en eventos únicos a gran escala. A pesar de estas limitaciones, los resultados evidenciaron que los cortes de energía provocaron consecuencias adversas en la salud, como el aumento de hospitalizaciones por enfermedades cardiovasculares, respiratorias y renales. De igual forma, se identificaron riesgos adicionales como intoxicaciones por monóxido de carbono, afecciones relacionadas con temperaturas extremas y enfermedades gastrointestinales.

En el estudio realizado por Rivera-Rodríguez et al. (2025) titulado “Powering Well-Being: Energy Independence and Mental Health” estudiaron la relación entre las fallas energéticas y la salud mental de la población en Puerto Rico tras los desastres naturales. La investigación se llevó a cabo mediante un enfoque etnográfico en el pueblo de Adjuntas, así como mediante entrevistas cualitativas a 45 personas con distintos niveles de acceso a la energía solar. Los hallazgos señalaron que las prolongadas interrupciones de energía eléctrica impactaron los servicios más esenciales como la refrigeración de los alimentos, el acceso al agua potable y la atención médica en el hogar, provocando altos niveles de estrés y ansiedad. Se evidenció que las

comunidades rurales, familias con niños pequeños y personas con enfermedades crónicas presentaron mayor vulnerabilidad psicológica

El estudio de Ipsos UU (2024), "Los ecuatorianos en la oscuridad: Consecuencias y estado de ánimo de la población ante los cortes de luz" se investigó el impacto de los apagones en Ecuador, donde los hogares enfrentan hasta 14 horas diarias sin electricidad. A través de una indagación cualitativa online con 371 participantes a nivel nacional, el estudio identificó alteraciones en la vida cotidiana, incluyendo cambios en las rutinas de alimentación, sueño y ocio. Además, el estudio encontró un impacto perjudicial sobre la salud mental, con incremento en el estrés, la ansiedad, la frustración o la sensación de inseguridad entre los afectados.

En el estudio de Triviño-Burbano et al. (2025), se analizó el impacto de la crisis energética en Ecuador, con gran cantidad de efectos emocionales, sociales y económicos. Una muestra representativa de 100 personas de Guayaquil, Quito y Cuenca considerada en el rango de edad de 7 a 65 años dio lugar a la declaración de altos niveles de ansiedad y depresión asociados a los cortes eléctricos. Estos cortes energéticos repercuten en la productividad económica, elevan y agudizan las tasas de desempleo y generan las tensiones entre las familias. En un entorno dependiente de la tecnología, las interrupciones eléctricas son fuente de estrés y frustración, agravados por la incertidumbre sobre su duración y repercusiones en la vida cotidiana.

Un estudio reciente titulado "Los cortes de luz también afectan la salud mental de los ecuatorianos" publicado por Multitrabajo, difundido en el diario Expreso, y citado por Rosero (2024), analizó el impacto de la crisis energética en el empleo y la salud mental en Ecuador. La investigación se basó en una encuesta aplicada a 570 personas trabajadoras y especialistas en recursos humanos, donde el 35 % manifestó sentirse estresado por los cortes de energía y un 27

% reportó angustia constante. Se evidenciaron sentimientos de desesperación, ira y pérdida de esperanza, especialmente en zonas de la Costa ecuatoriana, como Manabí.

### **Justificación**

El estudio de las afectaciones a la salud mental es fundamental para comprender cómo los cortes de energía eléctrica influyen en el bienestar emocional y social de los adultos jóvenes. En el contexto de la ciudad de Manta, esta relación es especialmente relevante, ya que esta etapa de la vida se caracteriza por altas demandas académicas, laborales y sociales que requieren estabilidad emocional. Además, a pesar de la creciente preocupación por la salud mental, pocos estudios se han centrado específicamente en analizar cómo los cortes de energía eléctrica impactan el estado psicológico de los adultos jóvenes, lo que evidencia la necesidad y pertinencia de la presente investigación.

Para el análisis de este estudio, desde la psicología, se puede mencionar que los cortes de energía han servido para analizar la salud mental de los adultos jóvenes de la ciudad de Manta, más concretamente el bienestar emocional, el rendimiento académico y la calidad de vida. Desde el punto de vista de la metodología, esta investigación permite determinar las principales alteraciones emocionales y psicológicas desencadenadas de esta problemática, así como también evaluar las implicaciones en cuanto a los entornos sociales y académico. En el ámbito profesional del psicólogo, los resultados servirán como base para poder ofrecer propuestas de apoyo psicológico y recomendaciones de prevención y/o reducción de los efectos negativos provocados por situaciones de crisis energética.

A nivel social, los resultados de la presente investigación permitirán poner en evidencia el impacto que los cortes de energía eléctrica tuvieron en la salud mental y en la calidad de vida de los jóvenes adultos de la ciudad de Manta. También serán evidentes los efectos de esta

problemática en el bienestar emocional, el rendimiento académico y las relaciones sociales de esta población. Así, el estudio aportará a la producción de acciones de ayuda y de planes que sirvan para incrementar la convivencia social y el bienestar psicológico en momentos de crisis.

Para la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, esta investigación contribuye a ofrecer datos importantes porque se examina el impacto que tienen los cortes eléctricos sobre la salud mental, el rendimiento académico y la calidad de vida de los jóvenes adultos de la ciudad de Manta. A través de los resultados se podrá determinar cuáles son las principales afectaciones emocionales y psicológicas en esta población. El estudio será la base para establecer estrategias de apoyo psicológico centradas en la comunidad universitaria. De esta forma, se va favoreciendo la mejora del entorno académico y se facilitará el diseño de futuras líneas de investigación en relación con la salud y el bienestar en contextos de crisis.

Finalmente, para nosotras como autoras del proyecto, esta investigación representó una oportunidad para aplicar los conocimientos adquiridos durante la carrera y fortalecer las competencias investigativas, mediante el análisis de las afectaciones a la salud mental provocadas por los cortes de energía eléctrica en la ciudad de Manta. El estudio combinó el rigor académico con un enfoque de sensibilidad social frente a una problemática que impactó a los adultos jóvenes. La presente investigación contó con el apoyo institucional de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, de la Facultad de Ingeniería, Industria y Arquitectura, específicamente de la Carrera de Ingeniería Eléctrica, y de los docentes guías. La investigación se desarrolló con la colaboración voluntaria de hombres y mujeres entre 18 y 29 años, respetando los principios éticos de confidencialidad, consentimiento informado y anonimato.

### **Preguntas de Investigación**

- ¿Cómo influyen los cortes de energía en el desempeño académico, la calidad de vida cotidiana y las interacciones sociales de los adultos jóvenes en Manta?
- ¿Cuáles son las principales afectaciones emocionales y psicológicas que experimentan los adultos jóvenes de Manta durante los cortes de energía eléctrica?
- ¿Qué relación existe entre los cortes de energía eléctrica y el nivel de estrés, ansiedad en los adultos jóvenes de Manta?
- ¿Qué estrategias de apoyo psicológico y recomendaciones pueden implementarse para reducir los efectos negativos de los cortes de energía eléctrica en los adultos jóvenes de Manta?

### **Objetivo General:**

- Analizar el impacto de los cortes de energía eléctrica en la salud mental de los adultos jóvenes de la ciudad de Manta, considerando su influencia en el bienestar emocional y la calidad de vida.

### **Objetivos Específicos:**

- Identificar las principales afectaciones emocionales y psicológicas presentes en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta asociadas a los cortes de energía eléctrica.
- Evaluar el impacto de los cortes de energía eléctrica en el bienestar emocional, el desempeño académico y la calidad de vida de los adultos jóvenes.

- Proponer recomendaciones generales orientadas a la prevención, así como la mitigación de las afectaciones en la salud mental derivadas de los cortes de energía eléctrica.

## **Capítulos**

### **Capítulo I: Marco Teórico de la Investigación**

El presente capítulo tiene como finalidad detallar los conceptos más relevantes de las variables de estudio, como la salud mental y las afectaciones derivadas de los cortes de energía eléctrica en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta. Para ello, en los siguientes apartados se presentan las definiciones de cada variable sustentadas en el aporte de diversos autores, lo que permite fundamentar teóricamente la investigación.

#### ***Salud mental***

OMS/OPS (2025), describe que la salud mental es un estado de bienestar físico, mental y social, que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad. Es uno de los elementos primordiales de la salud y el bienestar que sustenta las capacidades individuales y colectivas también para decidir, para establecer relaciones y para dar forma al mundo que habitamos.

En el campo de la salud mental se comprende como una condición de bienestar que facilita que las personas desarrollen sus capacidades, hagan frente de forma adecuada a las tensiones que tienen que resolver en la vida cotidiana, sean productivos laboralmente y, en definitiva, contribuyan para la sociedad. Por estas razones, la salud mental se considera un pilar fundamental para el bienestar individual y social (Torres, 2020).

Law (2020), menciona que al hablar de salud mental se debe tener en cuenta que existen diversas alteraciones conocidas como enfermedades mentales, las cuales afectan los procesos afectivos y cognitivos, el estado de ánimo, el pensamiento y el comportamiento. Muchas personas experimentan problemas de salud mental en algún momento de su vida, convirtiéndose en trastornos mentales cuando los síntomas persisten e impiden un adecuado desenvolvimiento personal y social. Entre las principales alteraciones de la salud mental se encuentran la depresión, la ansiedad y el estrés, las cuales pueden verse intensificadas por factores externos estresantes, como la interrupción de servicios básicos, entre ellos los cortes de energía eléctrica.

### ***Características de la salud mental***

***Bienestar emocional.*** El bienestar es un concepto amplio que de acuerdo con Diener (2000) se define como las valoraciones de tipo cognitivo y afectivo que los seres humanos conciben de su vida misma y tiene una serie de componentes: 1) la satisfacción con la vida, es decir los juicios generales que se hacen sobre la propia vida; 2) satisfacción con dominios importantes, como la satisfacción laboral por ejemplo; 3) afecto positivo, experimentar estados de ánimo positivos y emociones agradables) y 4) bajos niveles de afecto negativo, experimentar pocos estados de ánimo y emociones desagradables (citado de Aguirre et al., 2024).

En este sentido, el bienestar emocional puede verse afectado por situaciones externas estresantes, como los cortes prolongados de energía eléctrica, los cuales generan inestabilidad emocional y alteran la percepción de satisfacción con la vida.

***Entorno Social.*** El entorno social, también denominado contexto o ambiente social, hace referencia al espacio en el que los individuos se desarrollan bajo determinadas condiciones económicas, sociales y culturales, y se relaciona con los grupos a los que pertenecen. El entorno en el cual se encuentra la persona queda definido por la cultura en la que se desarrolló, su modo

de vivir y la relación que esta persona tiene de manera habitual con otras personas o instituciones, de forma directa o a través de los medios de comunicación (Hernández et al., 2021). Con ello, el entorno y la sociedad pueden verse influenciados por los periodos indeterminados de cortes de electricidad, pues la alteración de las rutinas y de los canales de comunicación también influye en las condiciones de las relaciones interpersonales y en la dinámica social.

***Regulación Emocional.*** Para Gross (1998), la regulación emocional engloba los procesos que emplean las personas para influir sobre las emociones que sienten, cuándo las sienten y cómo las experimentan o expresan. Gratz & Roemer (2004), manifiestan que el objetivo es la combinación exitosa de la conciencia y comprensión de las emociones propias, su aceptación, la capacidad de controlar la conducta y de comportarse de manera coherente con los objetivos propuestos cuando surgen emociones negativas y de utilizar estrategias de regulación emocional pertinentes para superar con éxito las demandas situacionales y los objetivos propios (citado de Etxaburu et al., 2024).

La regulación emocional hace referencia a la capacidad de las personas para comprender, manejar y expresar adecuadamente sus emociones frente a diversas situaciones. García et al. (2018) explican que las dificultades en la percepción de la felicidad, el optimismo, la tolerancia al estrés y el control de impulsos influyen en la forma en que el adulto joven reacciona emocionalmente ante situaciones de presión, tanto a nivel físico-fisiológico como psíquico-mental, manifestando respuestas inmediatas o espontáneas (citado en Caguana & Ponce, 2022). Por lo tanto, la regulación emocional puede verse comprometida ante la exposición constante a factores estresantes, como los cortes prolongados de energía eléctrica, dificultando el control de las emociones y la respuesta adaptativa frente a situaciones adversas.

### ***Salud mental en los adultos jóvenes***

Ayelén (2021), explica que una de las etapas más cruciales de la vida de una persona es curiosamente una a la que no se le dedica mucha atención en cuanto a la salud mental. El instante en el que los niños y niñas pasan de la adolescencia a jóvenes adultos, es un momento decisivo en su vida. Esto acontece entre los 18 y los 30 años, la cual merece ser considerada una etapa evolutiva tan relevante como las anteriores. Ya que, durante esa edad se experimentan cambios y transiciones significativas que pueden ser cruciales para el bienestar emocional y psicológico.

UNICEF (2024) expone que la salud mental es un componente fundamental del bienestar general, especialmente en los adultos jóvenes, quienes atraviesan una etapa caracterizada por múltiples desafíos y exigencias, como el estrés académico, las expectativas sociales y la influencia constante de las redes sociales. La minimización de los problemas emocionales que enfrentan este grupo etario ha contribuido a un aumento de trastornos como la depresión, la ansiedad y otros problemas relacionados con la salud mental. En contextos de inestabilidad social y de limitaciones en el acceso a servicios básicos, como los cortes de energía eléctrica, esta etapa del desarrollo se vuelve aún más vulnerable, incrementando el riesgo de afectaciones en la salud mental de los adultos jóvenes.

### ***Factores que influyen en la salud mental***

Tuarez-Sosa et al. (2022) mencionan que existe una multitud de factores asociados con el inicio, mantenimiento y recurrencia de los trastornos mentales, entre los cuales se encuentran la vulnerabilidad biológica derivada de la dotación genética y de factores prenatales, las influencias ambientales, los procesos de pensamiento y los eventos estresantes de la vida, los cuales incrementan el riesgo de estas alteraciones. Asimismo, algunas funciones cognitivas pueden

deteriorarse ligeramente con la edad, mientras que otras incluso pueden mejorar; en estos procesos influyen diversos factores de riesgo como los antecedentes familiares, enfermedades psiquiátricas previas y trastornos adictivos. En este contexto, los cortes de energía eléctrica pueden considerarse un factor ambiental estresante que incrementa la vulnerabilidad y el riesgo de afectaciones en la salud mental de los adultos jóvenes.

### ***Trastornos mentales***

Un trastorno mental se define como una alteración clínicamente significativa en la cognición, la regulación emocional o el comportamiento de una persona, la cual suele generar malestar o limitaciones funcionales en áreas importantes de la vida (Castro et al., 2023). Estas alteraciones pueden afectar la calidad de vida de los jóvenes adultos, interfiriendo en su desempeño académico, laboral y social. En este sentido, factores estresantes del entorno pueden incrementar la presencia o intensidad de estos trastornos, por lo que resulta pertinente profundizar en aquellos más relacionados con el objeto de estudio, como la ansiedad y el estrés.

***Ansiedad.*** La ansiedad es una respuesta emocional compleja que involucra sentimientos de tensión, preocupación y síntomas físicos, como el aumento del ritmo cardíaco o de la presión arterial. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) señala que esta emoción puede surgir como respuesta ante situaciones percibidas como amenazantes, incluso cuando no existe un peligro real, y que en niveles moderados cumple una función adaptativa al preparar al organismo para afrontar desafíos; sin embargo, cuando se presenta con frecuencia o intensidad desproporcionada, puede interferir en el bienestar personal, social y laboral.

Para Zimmerman (2023), la ansiedad se define como la sensación de inquietud, preocupación o malestar que es parte de la experiencia humana habitual y se asocia a diferentes trastornos de la salud mental tales como el trastorno de ansiedad generalizada, el trastorno de

pánico o las fobias. Aunque, cada uno de estos trastornos presenta características particulares, pero todos comparten la existencia de una afectación emocional y conductual marcada de la persona.

La ansiedad se expresa a través de distintos *tipos de síntomas*. A nivel somático, puede incluir manifestaciones como taquicardia, sudoración, temblores, tensión muscular y molestias digestivas. En el plano psicológico, se presenta mediante sensaciones de miedo, inseguridad, nerviosismo, dificultad para concentrarse y pensamientos negativos recurrentes. Asimismo, pueden observarse cambios conductuales como reacciones exageradas frente a estímulos del entorno y bloqueos en la respuesta ante situaciones cotidianas (Fernández et al., 2018; Bautista et al., 2018, citados en Quito & Chacha, 2022).

En cuanto a su intensidad, la ansiedad puede clasificarse en *niveles* leve, moderado y grave. La ansiedad leve se asocia con estados de alerta que pueden favorecer el aprendizaje y la creatividad; la ansiedad moderada limita parcialmente la percepción y la atención, dificultando la realización de actividades habituales; mientras que la ansiedad grave reduce considerablemente el campo perceptivo y afecta el funcionamiento diario de la persona (Andrade & Mateo, 2024).

**Estrés.** La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023) señala que el estrés es una respuesta experimentada por todas las personas en distintos momentos de la vida y que, en niveles bajos, no representa un problema para el ser humano. No obstante, cuando el estrés alcanza niveles elevados, puede generar efectos negativos en el organismo, manifestándose a través de síntomas como cefaleas, disminución del apetito, tensión muscular, molestias digestivas y dolores en espalda, cuello y hombros.

El estrés se desarrolla a través de *tres fases*: alarma, adaptación o resistencia y agotamiento. En la fase de alarma, el organismo identifica el estímulo estresante y activa la respuesta de lucha o huida, lo que provoca cambios fisiológicos como el aumento de la frecuencia cardíaca y respiratoria, asociados a la liberación de cortisol. Posteriormente, en la fase de adaptación o resistencia, el cuerpo intenta mantener el equilibrio frente a situaciones tensas prolongadas, generando un desgaste excesivo de energía que no siempre se recupera con el descanso. Finalmente, la fase de agotamiento es la más severa, ya que se evidencian consecuencias físicas y psicológicas derivadas de la exposición continua al estrés (Marcial-Velasteguí, 2023).

De acuerdo con Souza y Machorro (2022), el estrés puede *clasificarse* en agudo, agudo episódico y crónico. El estrés agudo es el más frecuente y surge como respuesta inmediata a una situación desafiante, siendo generalmente de corta duración. El estrés agudo episódico se presenta cuando los episodios de estrés se repiten con frecuencia, generando una sensación constante de presión. Por su parte, el estrés crónico persiste durante largos periodos y resulta el más perjudicial, ya que puede provocar sentimientos de desesperanza y afectar de manera significativa la salud física y mental.

## **Cortes de energía eléctrica**

### ***Definición de Apagones***

Un apagón, también conocido como blecaute, es la interrupción temporal del suministro de energía eléctrica en un área determinada. Las causas pueden ser diversas, desde accidentes y caídas de líneas de transmisión hasta sobrecargas en el sistema y fallas humanas (Parga, 2024).

Un 'black out' es una interrupción completa del abastecimiento de electricidad en un área extensa. Los apagones pueden producirse por problemas en la infraestructura eléctrica, desastres naturales, fallos técnicos o sobrecarga de las redes. (EL COMERCIO , 2024).

### ***Efectos generales de los apagones***

Los apagones eléctricos generan múltiples efectos en la vida cotidiana de la población, ya que alteran de forma directa la rutina diaria de las personas. La interrupción del suministro de energía limita la realización de actividades básicas como cocinar, estudiar, trabajar o descansar, obligando a reorganizar horarios y modificar hábitos establecidos. Esta situación provoca desajustes en la planificación diaria, especialmente en hogares donde se depende de la electricidad para el cumplimiento de responsabilidades académicas y laborales, generando frustración, cansancio y sensación de descontrol (Parga, 2024).

De igual manera, los apagones influyen de manera relevante en el tiempo de descanso, el estudio y el trabajo ya que se ve afectada la iluminación y el acceso a dispositivos electrónicos dificulta la concentración y el cumplimiento de tareas escolares o universitarias, al igual que ejecutar una serie de tareas en su trabajo, especialmente en contextos de teletrabajo. Además, los cortes de energía durante la noche alteran los ciclos de sueño, repercutiendo en la calidad del descanso y ocasionando fatiga física y mental al día siguiente. Estas alteraciones continuas no solo impactan el rendimiento diario, sino que aumentan el malestar y el estrés, volviendo a los apagones un suceso que afecta claramente la calidad de vida de las personas (Parga, 2024).

### ***Efectos de los apagones en la salud mental de los ecuatorianos***

World Visión (2024) señala que los apagones eléctricos generan un impacto importante en la salud mental de los ecuatorianos, ya que provocan altos niveles de estrés y ansiedad debido a la incertidumbre que produce la falta de energía. Las interrupciones constantes del servicio

eléctrico afectan el descanso y la calidad del sueño, lo que ocasiona cansancio físico y emocional. Además, la limitada comunicación y conectividad favorece el aislamiento social, incrementando sentimientos de frustración e irritabilidad. En niños, niñas y adolescentes, los apagones alteran las rutinas educativas y recreativas, influyendo negativamente en su estabilidad emocional. Estas condiciones pueden intensificar las tensiones familiares y generar conflictos dentro del hogar.

### ***Impacto psicológico de los apagones***

Velastegui (2024), señala que la incertidumbre generada por los cortes de energía constituye uno de los principales factores de malestar psicológico, especialmente cuando estos se caracterizan por su duración prolongada, frecuencia constante y carácter imprevisible. La falta de información clara sobre el momento de restablecimiento del servicio incrementa los niveles de estrés y ansiedad en la población, generando una sensación de inseguridad y pérdida de control. Esta situación afecta especialmente a las personas que dependen de la electricidad para el estudio, el trabajo o el cuidado de la salud. La interrupción reiterada de las rutinas diarias provoca desorganización, cansancio emocional e irritabilidad. Cuando los apagones se presentan de manera continua, pueden favorecer la aparición de síntomas de ansiedad, fatiga emocional y alteraciones en el bienestar psicológico general.

### ***Cortes de energía eléctrica como factor estresor***

Los cortes de energía eléctrica pueden comprenderse como un factor estresor ambiental, debido a que constituyen eventos externos imprevistos que alteran la organización de la vida cotidiana y escapan al control de las personas. La interrupción del suministro eléctrico afecta directamente el funcionamiento del hogar, limita el acceso a la información y dificulta la continuidad de actividades académicas y laborales, lo que genera una sensación constante de

incertidumbre e inestabilidad. Estas condiciones ambientales adversas influyen en el equilibrio emocional, ya que obligan a las personas a adaptarse de forma repentina a situaciones que modifican sus rutinas y demandas diarias, incrementando el malestar psicológico (OMS , 2023).

Cuando los cortes de energía eléctrica se presentan con alta frecuencia, se prolongan en el tiempo o se caracterizan por su imprevisibilidad, el impacto psicológico sobre las personas tiende a intensificarse de manera progresiva. La imposibilidad de anticipar el momento de restablecimiento del servicio genera una constante sensación de incertidumbre, favoreciendo la aparición de emociones negativas como frustración, irritabilidad y sensación de inseguridad, las cuales pueden mantenerse de forma persistente. En este contexto, la Asociación Americana de Psicología advierte que la exposición continua a estresores ambientales sostenidos puede desencadenar respuestas de estrés crónico, afectando la regulación emocional y aumentando el riesgo de alteraciones en la salud mental (APA, 2024).

Dentro de la metodología de la investigación se empleó un enfoque cuantitativo, para lo cual se tomó como muestra a 30 estudiantes de la carrera de Ingeniería Eléctrica de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM). En este sentido se realizó un análisis acerca del tipo de relación que existe entre los cortes de energía y algunas dimensiones de la salud mental en los/as jóvenes adultos/as tales como el bienestar en el plano emocional, el rendimiento académico y la calidad de vida. Este enfoque permitió obtener datos objetivos que evidencian cómo las condiciones ambientales adversas pueden influir en el estado psicológico de los estudiantes universitarios.

Tras la revisión de modelos teóricos y literatura científica, se consideró pertinente el modelo biopsicosocial como base teórica de la investigación, debido a que integra de manera conjunta los factores biológicos, psicológicos y sociales que influyen en la salud mental. Este

modelo resulta adecuado para el presente estudio, ya que los cortes de energía eléctrica no solo representan un factor ambiental externo, sino que también afectan los procesos emocionales, cognitivos y sociales de los adultos jóvenes, especialmente en contextos académicos exigentes como el universitario.

Desde la perspectiva del modelo biopsicosocial, se ha determinado que los cortes de energía eléctrica, sobre todo en su forma de repetición, resultado extenso y periódicamente no predecible, constituyen aquellas condiciones ambientales que tienen efecto en la salud mental de los adultos jóvenes. Estas interrupciones inciden negativamente sobre las rutinas diarias de trabajo y estudio; suponen un obstáculo para el descanso, el rendimiento académico y la socialización, generando respuestas psicológicas variadas como estrés, ansiedad y alteraciones emocionales. A su vez, estas respuestas impactan de nuevo en el bienestar general y, en consecuencia, en la calidad de vida de los estudiantes. Este modelo permite comprender la interacción entre el entorno físico, los procesos psicológicos y los factores sociales, explicando cómo los cortes de energía eléctrica impactan en la salud mental, por lo que es un enfoque teórico válido para estudiar el impacto de dicho problema en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta.

Desde la perspectiva del modelo biopsicosocial, los cortes frecuentes, prolongados e imprevisibles de energía eléctrica pueden generar estrés, ansiedad y alteraciones emocionales, al afectar las rutinas diarias, el descanso, el estudio y la interacción social. Este enfoque permite comprender cómo las condiciones del entorno influyen directamente en la salud mental de los estudiantes, mostrando la relación entre factores ambientales, la respuesta psicológica y el bienestar general. Por ello, el modelo se vincula estrechamente con el objetivo de analizar el

impacto de los cortes de energía eléctrica en la salud mental de los adultos jóvenes de la ciudad de Manta.

## **Capítulo II: Metodología**

### **Diseño de la Investigación**

**Enfoque de la investigación:** El presente estudio se desarrolla bajo un enfoque mixto (cualitativo–cuantitativo), ya que permite analizar de manera integral las afectaciones de la salud mental en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta derivadas de los cortes de energía eléctrica. El enfoque cuantitativo posibilita la medición objetiva del grado de afectación en la salud mental de los participantes, a partir de la aplicación de encuestas e instrumentos psicométricos estandarizados, lo que permite identificar la presencia, frecuencia y tipos de afectaciones psicológicas, así como analizar estadísticamente su relación con variables sociales y contextuales. Por su parte, el enfoque cualitativo permite profundizar en las percepciones, experiencias y significados que los participantes atribuyen a esta problemática en su vida cotidiana, enriqueciendo la comprensión de los resultados obtenidos.

La combinación de ambos enfoques es adecuada, debido a que los datos cuantitativos ofrecen objetividad y permiten identificar patrones, relación y tendencias mediante la medición estadística, mientras que los datos cualitativos contribuyen a un análisis más profundo y contextualizado de las experiencias y percepciones de los participantes. En este sentido, el enfoque mixto facilita una comprensión más abarcadora del fenómeno estudiado, al incluir la medición numérica con la interpretación de la realidad social (Cienfuegos Velasco et al., 2022).

### **Tipo de Investigación:**

La presente investigación es de carácter exploratorio–descriptivo, ya que tiene como propósito examinar y describir las afectaciones de la salud mental en los adultos jóvenes de la

ciudad de Manta ocasionadas por los cortes de energía eléctrica, identificando la frecuencia, intensidad y principales manifestaciones psicológicas asociadas a esta problemática. El enfoque exploratorio se justifica debido a que el impacto de los cortes de energía eléctrica en la salud mental de esta población no ha sido ampliamente estudiado en el contexto local, por lo que resulta necesario obtener información preliminar que permita reconocer patrones, experiencias y características relevantes de los participantes. Asimismo, el carácter descriptivo posibilita detallar las alteraciones emocionales y psicológicas presentes, sin manipular las variables de estudio.

La investigación es de tipo correlacional, ya que no se limita solamente a mencionar las afectaciones observadas, sino que también busca analizar cuál es la relación existente entre los cortes de energía eléctrica (variable independiente) y la salud mental de los adultos jóvenes (variable dependiente). Este enfoque permite determinar el grado de asociación entre ambas variables, detectando aquellas posibles patrones que muestren cómo la frecuencia y la duración de los cortes de electricidad se vinculan con la presencia de síntomas psicológicos, otorgando una comprensión más amplia del fenómeno que se ha estudiado.

### **Métodos de Investigación**

**Método deductivo:** El método deductivo se utiliza en esta investigación partiendo de teorías generales sobre la salud mental y el efecto de factores externos estresantes en el bienestar psicológico, para analizarlas en el contexto específico de los adultos jóvenes de la ciudad de Manta frente a los cortes de energía eléctrica. A partir de estos planteamientos teóricos, se examina cómo la interrupción del servicio eléctrico puede generar alteraciones emocionales

como estrés, ansiedad o irritabilidad. Este método permite contrastar la teoría con la realidad estudiada, facilitando la comprensión de las afectaciones psicológicas observadas en la población, sin intervenir ni modificar las variables de estudio.

**Método de análisis y síntesis:** Este método permite analizar de forma detallada las variables del estudio, considerando características como la edad y el género de los participantes, con el fin de identificar patrones en las afectaciones de la salud mental asociadas a los cortes de energía eléctrica. Posteriormente, los resultados se integran para establecer conclusiones generales sobre el impacto de esta problemática en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta.

**Método empírico:** Este método se caracteriza por basarse en la observación sistemática, la medición y el análisis de la información obtenida para llegar a conclusiones válidas y verificables. En la presente investigación resulta pertinente, ya que permite recopilar datos empíricos sobre las afectaciones de la salud mental en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta frente a los cortes de energía eléctrica, a través de información cuantitativa y cualitativa.

- **Encuestas:** Este instrumento permite recopilar información cuantitativa con respecto a las percepciones, emociones y síntomas psicológicos experimentados por los adultos jóvenes a raíz de los cortes de energía eléctrica. Las encuestas permiten obtener información acerca de la frecuencia o intensidad de afectaciones como estrés, ansiedad, irritabilidad o dificultades para concentrarse, así como el reconocimiento de patrones comunes dentro de la población estudiada.
- **Observación no participante:** Esta técnica se emplea para registrar de manera objetiva las reacciones, comportamientos y actitudes de los participantes en su contexto cotidiano, considerando que los cortes de energía eléctrica constituyen un evento previo a la investigación. A través de la observación no participante se

identifican manifestaciones conductuales relacionadas con el estado emocional y la interacción social de los adultos jóvenes, las cuales pueden estar asociadas a las experiencias vividas durante los periodos de interrupción del servicio eléctrico. Esta técnica complementa la información obtenida mediante las encuestas y contribuye a fortalecer la validez y consistencia de los resultados del estudio.

### **Población y muestra**

La Facultad de Ingeniería, Industria y Arquitectura, específicamente la Carrera de Ingeniería Eléctrica (FIIA-B08), cuenta con una población de 400 estudiantes. Para este estudio se seleccionó una muestra no probabilística intencional de 30 estudiantes, compuesta por 15 hombres y 15 mujeres, del 1° semestre al 9° semestre, considerando que su experiencia académica permite observar los efectos de los cortes de energía eléctrica en su salud mental, bienestar emocional y relaciones sociales. Además, se incluyó la participación de 4 docentes, profesionales de la carrera para complementar y validar la información. La muestra se definió como no probabilística intencional, priorizando a quienes presentan características y experiencias relevantes para el estudio, garantizando así datos representativos sobre el impacto de los apagones en este grupo.

### **Criterios de inclusión y exclusión**

#### ***Criterio de Inclusión:***

- Ser estudiante de la Carrera de Ingeniería Eléctrica (FIIA-B08), de 1° a 9° semestre.
- Tener entre 18 y 30 años y residir en la ciudad de Manta.
- Haber experimentado cortes de energía eléctrica frecuentes en los últimos seis meses.

- Consentir voluntariamente su participación en la investigación.
- Comprometerse a responder completa y sinceramente las encuestas o instrumentos aplicadas.

### ***Criterios de Exclusión***

- Ser menor de 18 años o mayor de 30 años.
- No ser estudiante de la Carrera de Ingeniería Eléctrica (FIIA-B08).
- No residir en la ciudad de Manta o no haber experimentado cortes de energía eléctrica recientes.
- No dar consentimiento voluntario para participar en la investigación.
- No estar disponible para responder los instrumentos o asistir a las actividades programadas.

### ***Definición de variables.***

***Tabla 1***

<b>Variable</b>	<b>Definición</b>	<b>Dimensión</b>	<b>Indicador</b>	<b>Instrumentos</b>
Salud mental	Estado de bienestar físico, psicológico y social que permite a las personas desarrollar sus capacidades, enfrentar el estrés cotidiano, trabajar de forma productiva y contribuir a la comunidad (OMS, 2023; OPS, 2025).	Bienestar emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estado de ánimo</li> <li>- Satisfacción con la vida</li> <li>- Estabilidad emocional</li> <li>- Presencia de emociones positivas y negativas</li> </ul>	- Encuesta, Entrevista semiestructurada
		Regulación emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manejo de emociones</li> <li>- Control de impulsos,</li> <li>- Capacidad para manejar situaciones de incertidumbre</li> </ul>	
		Entorno social	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Calidad de las relaciones interpersonales.</li> </ul>	

- Apoyo social percibido.
  - Convivencia familiar
- 
- Preocupación excesiva.
  - Nerviosismo, taquicardia.
  - Tensión muscular.
  - Dificultad para concentrarse
- Escala de Ansiedad de Beck (21 ítems)
- 
- Irritabilidad
  - Cansancio emocional,
  - Alteraciones del sueño.
  - Dificultad para manejar la presión
- Escala de Estrés Percibido de Cohen (PSS-14)

---

Cortes de energía eléctrica	Cruz Roja Americana (2025) define que un corte de energía se produce cuando se corta la energía eléctrica. Planificado o inesperado, puede durar días o más, interrumpiendo las comunicaciones, el agua, el transporte, las tiendas, los bancos y otros servicios. Esto	Características del apagón	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Frecuencia, duración e imprevisibilidad de los cortes eléctricos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Encuesta, Entrevista semiestructurada, Observación no participante</li> </ul>
	Efectos en la vida cotidiana	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Interrupción del estudio y trabajo.</li> <li>- Alteraciones del sueño.</li> <li>- Dificultades en actividades diarias</li> </ul>		
	Impacto psicológico	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Presencia de estrés, ansiedad, irritabilidad, fatiga emocional,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Escala de Ansiedad de Beck (BAI – 21 ítems), Escala de</li> </ul>	

puede afectar necesidades tales como iluminación, calefacción, refrigeración, comunicación, refrigeración de alimentos y medicamentos, cocina y equipos médicos.	Impacto social y académico	sensación de incertidumbre	Estrés Percibido (PSS-14), Entrevista semiestructurada
		- Afectación del desempeño académico, calidad de vida e interacciones sociales	- Encuesta, Entrevista semiestructurada Observación no participante

**Elaborado por:** *Valeska Lucas & Yelena Soledispa*

### **Técnicas e Instrumentos de Recopilación de Datos**

Para la recolección de la información se utilizaron diferentes técnicas e instrumentos a fin de recoger datos válidos y fiables que nos permitan evidenciar las afectaciones de la salud mental de los jóvenes adultos de la ciudad de Manta asociadas a los cortes de energía eléctrica.

- **Encuesta estructurada:** Se utilizó para recopilar información cuantitativa sobre la percepción de los participantes respecto al impacto de los cortes de energía eléctrica en su vida cotidiana, desempeño académico, relaciones interpersonales y bienestar emocional. Las preguntas fueron diseñadas de manera clara y comprensible, permitiendo identificar cambios emocionales, niveles de estrés y ansiedad percibidos, así como alteraciones en la rutina diaria y en la interacción social durante los periodos de interrupción del servicio eléctrico.

- **Observación no participante:** Esta técnica se empleó para registrar de manera objetiva las reacciones, comportamientos y actitudes de los participantes en su contexto cotidiano, considerando que los cortes de energía eléctrica constituyen un evento previo a la investigación. A través de la observación no participante se identificaron manifestaciones

conductuales relacionadas con el estado emocional y la interacción social de los adultos jóvenes, las cuales pueden estar asociadas a las experiencias vividas durante los periodos de interrupción del servicio eléctrico. Esta técnica complementó la información obtenida mediante las encuestas y contribuyó a fortalecer la validez y consistencia de los resultados del estudio.

- **Escala de Ansiedad de Beck (BAI):** La Escala de Ansiedad de Beck (BAI), compuesta por 21 ítems, se utilizó para evaluar la presencia e intensidad de los síntomas de ansiedad en los adultos jóvenes participantes, considerando manifestaciones cognitivas, emocionales y fisiológicas asociadas a esta condición. Para fines académicos, el instrumento fue adaptado en su redacción al contexto de los cortes de energía eléctrica en la ciudad de Manta, manteniendo su estructura y sistema de puntuación original. La fiabilidad de la escala ha sido demostrada en diversas investigaciones desarrolladas a nivel nacional e internacional, incluyendo estudios realizados en la Universidad Técnica del Norte, la Universidad San Francisco de Quito y la Universidad Técnica de Ambato, donde se evidencian adecuados niveles de consistencia interna. Estos antecedentes respaldan su validez y confiabilidad para la evaluación de la ansiedad en población adulta.

- **La Escala de Estrés Percibido (PSS-14):** Desarrollada por Cohen et al., está compuesta por 14 ítems y se utilizó para medir el grado en que los adultos jóvenes participantes perciben las situaciones de su vida como estresantes, especialmente en relación con los cortes de energía eléctrica. Este instrumento evalúa la percepción subjetiva del estrés y la capacidad de afrontamiento ante situaciones demandantes. Para fines académicos, la escala fue adaptada en su redacción al contexto de los apagones en la ciudad de Manta, conservando su estructura y sistema de puntuación original. Su fiabilidad ha sido demostrada en diversas investigaciones

nacionales e internacionales, evidenciando adecuados niveles de consistencia interna, lo que respalda su validez y confiabilidad para la medición del estrés percibido en población adulta.

### **Validez de la Investigación**

La Escala de Ansiedad de Beck (BAI) y la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) han sido ampliamente utilizadas para la evaluación de la ansiedad y el estrés en población adulta, contando con evidencia de validez y fiabilidad demostrada en diversas investigaciones desarrolladas a nivel nacional e internacional, incluyendo estudios realizados en universidades ecuatorianas como la Universidad Técnica del Norte, la Universidad San Francisco de Quito y la Universidad Técnica de Ambato. Estos antecedentes respaldan la efectividad de ambos instrumentos para la medición de las variables de salud mental consideradas en el presente estudio.

Por otro lado, la encuesta estructurada aplicada en esta investigación fue elaborada por los investigadores para valorar la percepción que presentan los adultos jóvenes de los efectos que pudiera propiciar la falta del servicio de electricidad en sus estados de bienestar emocional, social y académico. Su diseño se fundamentó en referentes teóricos relacionados con la salud mental y el impacto de factores ambientales estresores. Posteriormente, el instrumento fue revisado y validado por tres profesionales con título de cuarto nivel, garantizando su coherencia con los objetivos del estudio, la pertinencia de los ítems y su adecuación al contexto de la ciudad de Manta.

La observación no participante se aplicó siguiendo criterios metodológicos establecidos en investigaciones previas, permitiendo registrar de manera objetiva las conductas, reacciones emocionales y formas de interacción social de los adultos jóvenes en su entorno cotidiano, sin intervenir en el desarrollo natural de las situaciones observadas. Esta técnica complementó la

información obtenida mediante las encuestas y escalas psicométricas, contribuyendo a fortalecer la validez interna y la triangulación de los resultados del estudio.

### **Procedimiento**

El proyecto de investigación se inició delimitando el tema, que se centra en el analizar el estudio de las afectaciones de la salud mental en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta, debido a los cortes de energía eléctrica, no obstante, una vez definida la problemática se estableció como estudio a la facultad de Ingeniería, Industria y Arquitectura, resultado a la carrera de Ingeniería Eléctrica de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (Uleam), considerando que esta población ha experimentado los efectos de los apagones en su vida académica y cotidiana.

Posteriormente, se coordinó con las autoridades de la carrera la presentación del proyecto de investigación y la solicitud de autorización para su ejecución. Una vez obtenida la aprobación, se desarrolló una fase exploratoria mediante la observación no participante en espacios académicos y de convivencia estudiantil, con el fin de identificar comportamientos, actitudes y dinámicas sociales actuales que podrían estar asociadas a las experiencias vividas durante los cortes de energía eléctrica.

La población de estudio estuvo conformada por aproximadamente 400 estudiantes de la carrera de Ingeniería Eléctrica, de los cuales se seleccionó una muestra no probabilística de 30 estudiantes, integrada equitativamente por 15 hombres y 15 mujeres, pertenecientes desde el primer hasta el noveno semestre. La selección de la muestra se realizó considerando que su trayectoria académica permite evidenciar los efectos de los cortes de energía eléctrica en la salud mental, el bienestar emocional y las relaciones sociales. Adicionalmente, se contó con la

participación de cuatro docentes profesionales de la carrera de ingeniería eléctrica, quienes aportaron información complementaria para la validación de resultados.

La recolección de información se llevó a cabo mediante encuestas estructuradas, entrevistas semiestructuradas y la aplicación de instrumentos psicométricos, específicamente la Escala de Ansiedad de Beck (BAI) y la Escala de Estrés Percibido (PSS-14), garantizando condiciones de confidencialidad y consentimiento informado de los participantes. Finalmente, los datos obtenidos fueron analizados a través de un enfoque mixto, cuantitativo y cualitativo, lo que permitió identificar los niveles de ansiedad y estrés presentes en la población estudiada, así como comprender de manera integral el impacto psicológico, social y académico de los cortes de energía eléctrica en los adultos jóvenes.

Finalmente, los datos obtenidos fueron procesados mediante un enfoque de análisis mixto, cuantitativo y cualitativo. El análisis cuantitativo permitió identificar los niveles de ansiedad y estrés percibido presentes en los adultos jóvenes, así como su relación con los cortes de energía eléctrica ocurridos previamente. Por su parte, el análisis cualitativo facilitó una comprensión más profunda de las percepciones, experiencias y afectaciones emocionales, académicas y sociales asociadas a dichos eventos. Los resultados obtenidos servirán como base para la formulación de recomendaciones orientadas a la prevención y mitigación de las afectaciones en la salud mental, contribuyendo al fortalecimiento del bienestar emocional y la calidad de vida de los adultos jóvenes en el contexto universitario.

### **Manejo de datos**

Los datos obtenidos en la presente investigación fueron manejados bajo estrictos principios de confidencialidad y ética académica. Es importante resaltar que la participación de los adultos jóvenes y docente se realizó de manera voluntaria, previa forma del consentimiento

información. Asimismo, la identidad de los participantes fue protegida mediante codificación de la información, evitando cualquier forma de identificación directa. La información recolectada se utilizó exclusivamente con fines académicos y científicos, en concordancia con los objetivos del presente estudio, en ningún momento los datos fueron compartidos con tercero ajenos a la investigación, estas medidas garantizan el anonimato y el uso responsable de la información y rigor ético de la investigación.

### **Consideraciones éticas**

La presente investigación se desarrolló bajo los principios éticos establecidos por la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, en la Facultad de Ingeniería, Industria y Arquitectura, Carrera de Ingeniería Eléctrica. Se solicitó la autorización pertinente a la coordinación de la carrera para aplicar los instrumentos de evaluación. Se explicó a cada uno de los participantes el objetivo del estudio y se les expuso el consentimiento informado. En dicho documento se especificó que la participación era voluntaria, anónima y confidencial. La información obtenida fue utilizada exclusivamente con fines académicos y científicos. En todo momento se garantizó la integridad y el bienestar de los participantes.

## **Capítulo III: Resultados**

### **Análisis y Discusión de los Resultados**

En este apartado se presentan los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los instrumentos de evaluación. El análisis permitió identificar patrones, diferencias y posibles implicaciones relacionadas con el entorno familiar en la infancia de los participantes, en función de sus características afectivas y vinculares, obteniendo como resultados:

## Análisis de la encuesta

**Pregunta 1. ¿Sintió usted cambios significativos en su estado emocional (tristeza, irritabilidad o ansiedad) durante los cortes de energía eléctrica?**

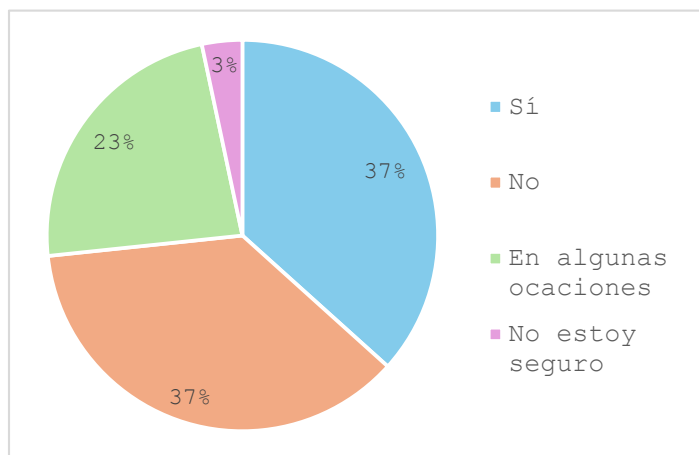
**Tabla 2:** *Calificación de cambios en el estado emocional durante los cortes de energía eléctrica*

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Sí	11	37%
No	11	37%
En algunas ocasiones	7	23%
No estoy seguro	1	3%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** *Estudiantes de Carrera de Ingeniería Eléctrica*

**Elaborado por:** *Valeska Lucas & Yelena Soledispa*

**Gráfico 1.** *Calificación de cambios en el estado emocional durante los cortes de energía eléctrica.*



Ante la pregunta relacionada con los cambios en el estado emocional durante los cortes de energía eléctrica, los resultados evidencian que el 37 % de los participantes manifestó haber experimentado emociones como tristeza, irritabilidad o ansiedad. Un porcentaje equivalente indicó no haber percibido alteraciones emocionales, lo que refleja una respuesta dividida dentro de la muestra. Por su parte, el 23 % señaló haber presentado estos cambios únicamente en

algunas ocasiones, lo cual demuestra que una proporción de los encuestados experimentó afectaciones emocionales de manera intermitente. Finalmente, un reducido 3 % expresó no estar seguro, lo que podría asociarse a una percepción poco clara del impacto emocional generado por los apagones.

Al llevar a cabo el análisis de los resultados en función del sexo, podemos apreciar que las mujeres reportaron con mayor frecuencia la presencia de cambios emocionales en comparación con los hombres que en su mayoría contestaron la opción de no haber experimentado afectaciones. Esta diferencia sugiere una mayor susceptibilidad emocional en el grupo femenino frente a situaciones de estrés ambiental, como los cortes prolongados de energía eléctrica. Sin embargo, el hecho de que ambos grupos presentaran respuestas de carácter intermedias, pone de manifiesto que el impacto emocional no fue uniforme, sino que han sido determinadas por factores como la duración e intensidad de los apagones.

**Pregunta 2. ¿Considera usted que los apagones afectaron su rendimiento académico o laboral durante los períodos sin electricidad?**

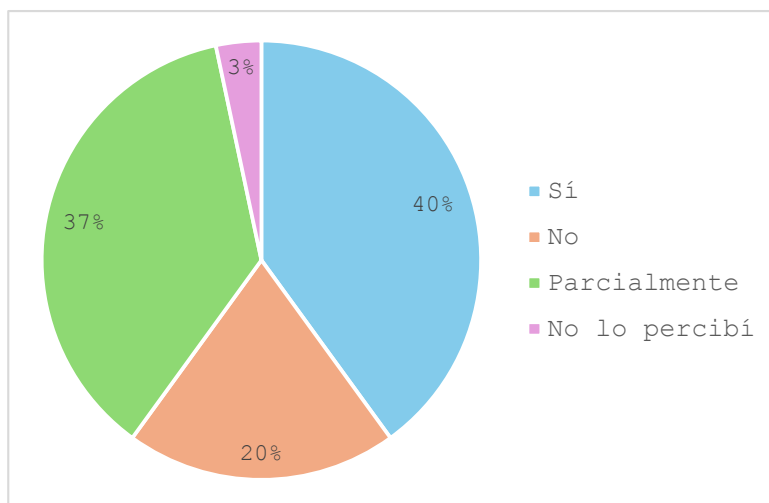
*Tabla 3: Efectos de los apagones en el desempeño académico o laboral*

<b>ALTERNATIVAS</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Sí	12	40%
No	6	20%
Parcialmente	11	37%
No lo percibí	1	3%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** *Estudiantes de Carrera de Ingeniería Eléctrica*

**Elaborado por:** *Valeska Lucas & Yelena Soledispa*

**Gráfico 2.** Efectos de los apagones en el desempeño académico o laboral



El resultado obtenido en la pregunta sobre el rendimiento académico se evidencia que el 40 % de los estudiantes manifestó que los apagones afectaron directamente su rendimiento académico o laboral, mientras que el 37 % señaló que dicha afectación se presentó de manera parcial. Por su parte, el 20 % indicó no haber percibido impacto en su desempeño y un 3 % expresó no estar seguro al respecto. Estos datos evidencian que una proporción significativa de la muestra experimentó dificultades para cumplir con sus actividades académicas o laborales durante los períodos sin suministro eléctrico.

Además, se observa que tanto hombres como mujeres señalaron en proporciones similares que su desempeño se vio afectado directamente por los apagones. No obstante, en las mujeres predominó la percepción de una afectación parcial, lo que sugiere dificultades intermitentes durante los períodos sin electricidad. En contraste, los hombres manifestaron con mayor frecuencia no haber percibido impacto en su rendimiento, lo que evidencia diferencias en la intensidad de la afectación según el sexo.

**Pregunta 3. ¿Tuvo usted dificultades para dormir o descansar adecuadamente mientras duraron los cortes eléctricos?**

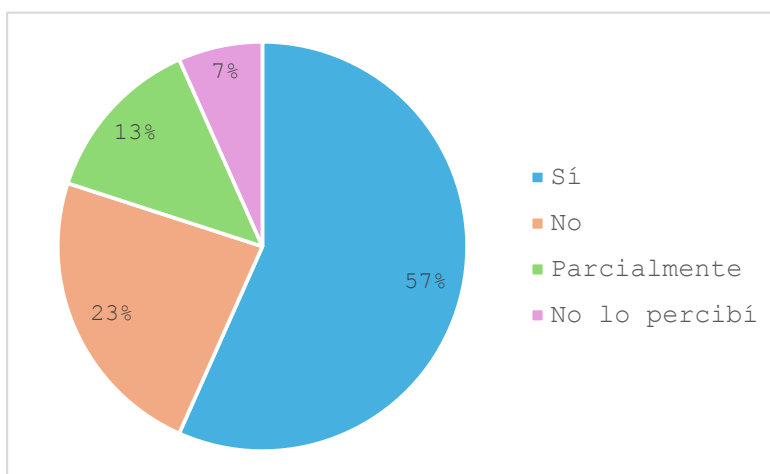
**Tabla 4:** Alteraciones del sueño durante los cortes de energía eléctrica

ALTERNATIVAS	TOTAL	PORCENTAJE
Sí	17	57%
No	7	23%
Parcialmente	4	12%
No lo percibí	2	7%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Estudiantes de Carrera de Ingeniería Eléctrica

**Elaborado por:** Valeska Lucas & Yelena Soledispa

**Gráfico 3.** Alteraciones del sueño durante los cortes de energía eléctrica



Los resultados muestran que una parte significativa de los participantes experimentó alteraciones en su descanso durante los cortes de energía eléctrica, destacándose que el 57 % reportó dificultades para dormir o descansar adecuadamente. En contraste, el 23 % indicó no haber presentado este tipo de afectaciones, mientras que el 13 % señaló que los cambios ocurrieron de manera ocasional. Un porcentaje reducido, correspondiente al 7 %, manifestó no

haber percibido variaciones en sus hábitos de descanso, lo que evidencia respuestas diferenciadas frente a una misma situación.

En el análisis según el sexo, se identifica una mayor presencia de dificultades de sueño en el grupo femenino, mientras que los hombres tendieron a reportar la ausencia de afectaciones. No obstante, la presencia de respuestas parciales en los dos grupos sugiere que el impacto de los apagones sobre el descanso no fue uniforme, sino que depende de un conjunto de factores como la duración de los cortes y las condiciones ambientales, lo cual influye de forma distinta sobre la calidad del sueño de los participantes.

**Pregunta 4. ¿Percibió usted que los cortes de luz afectaron sus relaciones con familiares, amigos o compañeros?**

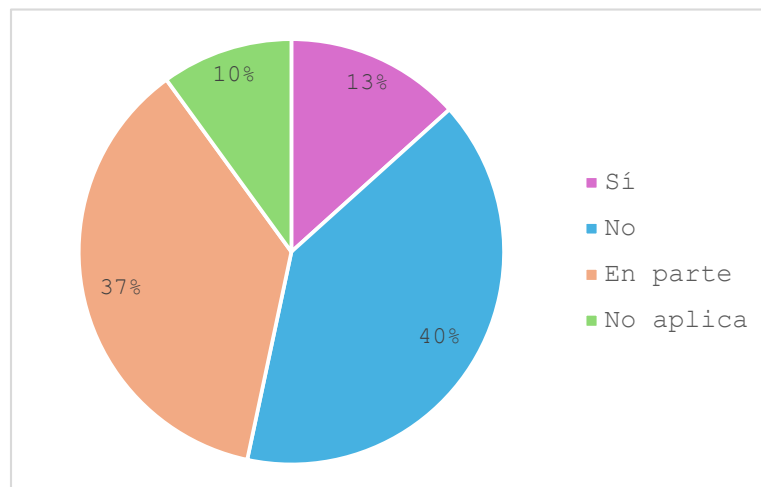
*Tabla 5: Afectación de las relaciones familiares y sociales durante los cortes eléctricos*

<b>ALTERNATIVAS</b>	<b>TOTAL</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Sí	4	13%
No	12	40%
En parte	11	37%
No aplica	3	10%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** *Estudiantes de Carrera de Ingeniería Eléctrica*

**Elaborado por:** *Valeska Lucas & Yelena Soledispa*

**Gráfico 4.** *Afectación de las relaciones familiares y sociales durante los cortes eléctricos*



Los resultados obtenidos indican que una proporción considerable de los participantes no percibió cambios relevantes en sus relaciones con familiares, amigos o compañeros durante los cortes de energía eléctrica, representando el 40 % de la muestra. No obstante, el 37 % señaló que las afectaciones se presentaron de forma parcial, lo que sugiere la aparición de tensiones ocasionales en la convivencia y la comunicación. De igual manera, el 13 % reconoció un impacto directo en sus relaciones, mientras que el 10 % no identificó modificaciones, evidenciando diversidad de experiencias frente a los apagones.

Desde una perspectiva comparativa, la afectación parcial fue más frecuente en las mujeres, lo que podría vincularse a una mayor implicación emocional en las dinámicas familiares y sociales. En contraste, los hombres tendieron a minimizar el impacto relacional de los apagones. Estos hallazgos sugieren que las relaciones interpersonales actuaron, en muchos casos, como un factor de contención emocional, aunque en determinados contextos se vieron momentáneamente alteradas por la situación de estrés generada por los cortes eléctricos.

**Pregunta 5. ¿Sintió usted niveles de estrés, preocupación o ansiedad superiores a los habituales durante los apagones prolongados?**

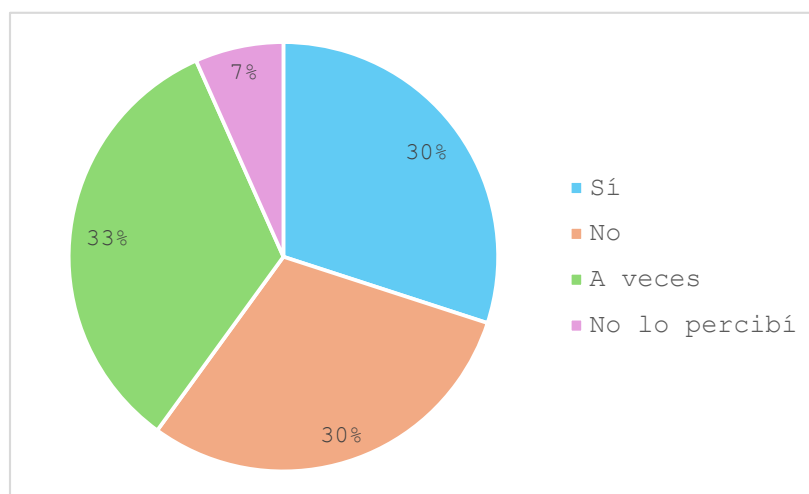
*Tabla 6: Impacto de los cortes de energía en los niveles de estrés y ansiedad*

ALTERNATIVAS	TOTAL	PORCENTAJE
Sí	9	30%
No	9	30%
A veces	10	33%
No lo percibí	2	7%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** *Estudiantes de Carrera de Ingeniería Eléctrica*

**Elaborado por:** *Valeska Lucas & Yelena Soledispa*

**Gráfico 5.** *Impacto de los cortes de energía en los niveles de estrés y ansiedad*



Los resultados evidencian que una parte importante de los participantes experimentó alteraciones emocionales durante los apagones prolongados. En este sentido, el 33 % manifestó haber presentado estrés, preocupación o ansiedad en algunas ocasiones, mientras que el 30 % indicó haberlo experimentado de forma constante. En contraste, otro 30 % señaló no haber

percibido cambios en sus niveles emocionales habituales, y un 7 % expresó no haber identificado este tipo de afectaciones, lo que refleja una variabilidad significativa en las respuestas.

Desde una lectura interpretativa, las mujeres mostraban una tendencia mayor a reportar reacciones emocionales vinculadas al estrés y la ansiedad, mientras que los hombres eran más propensos a minimizar o no identificar estas alteraciones. Este comportamiento sugiere diferencias en la percepción y afrontamiento del malestar emocional, evidenciando que la exposición prolongada a los cortes de energía eléctrica provocó, a su vez, respuestas psicológicas diversas dentro de la muestra.

**Pregunta 6. Durante los cortes de energía eléctrica, ¿Qué estrategias utilizó usted para mantener su bienestar emocional?**

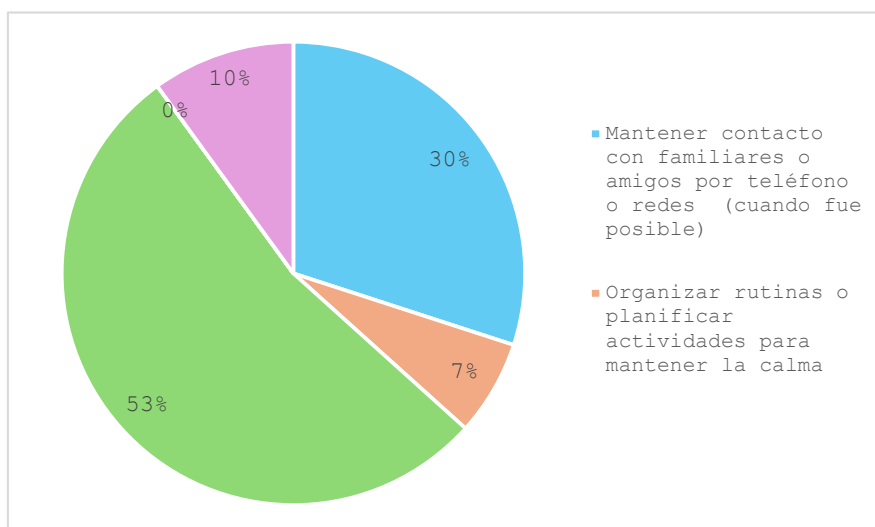
*Tabla 7: Estrategias de afrontamiento frente a los apagones prolongados*

<b>ALTERNATIVAS</b>	<b>TOTAL</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Mantener contacto con familiares o amigos por teléfono o redes (cuando fue posible)	9	30%
Realizar actividades recreativas que no dependieran de electricidad (leer, caminar, juegos de mesa)	16	53%
Practicar técnicas de relajación o respiración profunda	0	0%
Organizar rutinas o planificar actividades para mantener la calma	2	7%
Evitar pensar excesivamente en la situación o distraerse con otras tareas	3	10%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**rFuente:** *Estudiantes de Carrera de Ingeniería Eléctrica*

**Elaborado por:** *Valeska Lucas & Yelena Soledispa*

**Gráfico 6.** Estrategias de afrontamiento frente a los apagones prolongados



Los resultados evidencian que la estrategia más utilizada para preservar el bienestar emocional durante los cortes de energía eléctrica fue la realización de actividades recreativas no dependientes de la electricidad, como leer o caminar 53 %. En menor proporción, el 30 % optó por mantener contacto con familiares o amigos. Otras estrategias, como la distracción con tareas alternativas, fueron mencionadas por el 10 %, mientras que el 7 % recurrió a la organización de rutinas. No se registró el uso de técnicas de relajación o respiración profunda 0 %, lo que evidencia una limitada aplicación de estrategias de autorregulación emocional y resalta la necesidad de fortalecer acciones psicoeducativas orientadas al afrontamiento del estrés.

Desde una perspectiva interpretativa, el predominio de actividades recreativas sugiere la búsqueda de mecanismos de distracción como forma de afrontamiento inmediato. Las diferencias observadas entre hombres y mujeres indican que los primeros tendieron a preferir actividades individuales, mientras que las mujeres recurrieron con mayor frecuencia al apoyo social.

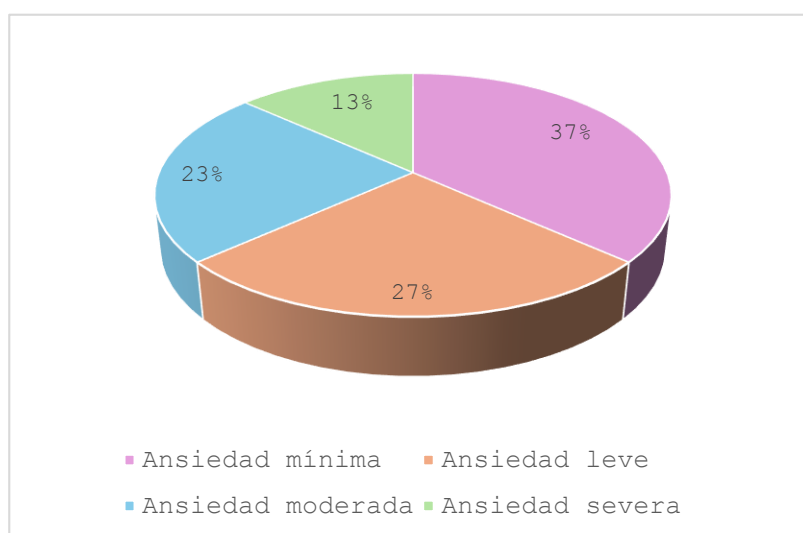
### **Escala de Ansiedad de Beck (BAI)**

**Tabla 8:** *Análisis de resultados de la escala de Ansiedad de Beck*

<b>NIVEL DE ANSIEDAD</b>	<b>TOTAL</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Ansiedad mínima	11	37%
Ansiedad leve	8	27%
Ansiedad moderada	7	23%
Ansiedad severa	4	13%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** *Estudiantes de Carrera de Ingeniería Eléctrica*

**Elaborado por:** *Valeska Lucas & Yelena Soledispa*

**Gráfico 7.** *Análisis de resultados de la escala de Ansiedad de Beck*

A partir de los resultados obtenidos mediante la Escala de Ansiedad de Beck (BAI) aplicada a los 30 adultos jóvenes de la Carrera de Ingeniería Eléctrica (FIIA-B08), se identificó que la mayoría de los estudiantes presentó niveles bajos de ansiedad. Concretamente, un 37 % reportó *ansiedad mínima*, un 27 % indicó *ansiedad leve*, un 23 % manifestó *ansiedad moderada*, y un 13 % presentó *ansiedad severa*. Estos datos reflejan que, aunque la mayor parte de los participantes mantiene un nivel de ansiedad controlable, existe un grupo considerable que experimenta afectaciones en su bienestar emocional durante los cortes de energía eléctrica.

Al analizar los niveles de ansiedad según el sexo, se observa que tanto hombres como mujeres presentan predominantemente niveles de ansiedad mínima y leve frente a los cortes de energía eléctrica. Sin embargo, en el grupo femenino se evidencia una mayor presencia de ansiedad severa, lo que sugiere una mayor sensibilidad emocional ante la interrupción prolongada del servicio eléctrico. En contraste, los hombres tienden a manifestar niveles de ansiedad moderada y baja. Estos resultados indican que ambos sexos se ven afectados por los apagones, aunque con distinta intensidad.

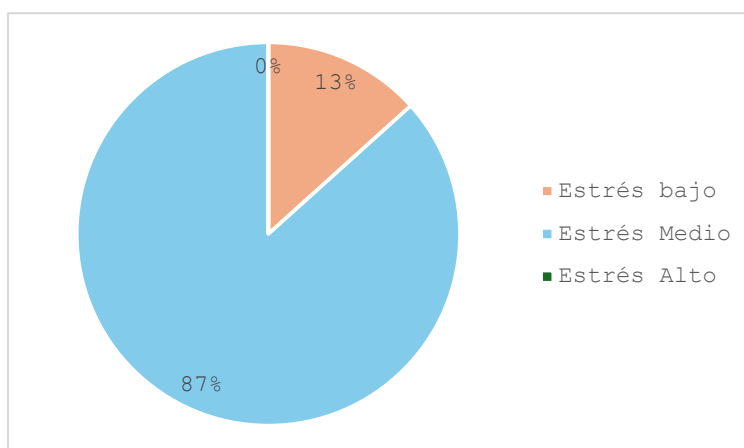
Desde una perspectiva psicológica, los cortes de energía eléctrica constituyen un factor estresante ambiental que aumenta la ansiedad, el estrés y la irritabilidad en los adultos jóvenes, especialmente en quienes dependen de la conectividad para sus actividades académicas y laborales. La presencia de ansiedad moderada y severa evidencia mayor vulnerabilidad emocional, mientras que quienes presentan ansiedad leve parecen manejar mejor estas situaciones.

### **Escala de Estrés percibido (PSS)**

*Tabla 9: Análisis de resultados de la escala de Estrés Percibido (PSS)*

<b>Fuente:</b> <i>de Carrera Ingeniería</i>	<b>NIVEL DE ESTRÉS</b>	<b>TOTAL</b>	<b>PORCENTAJE</b>	<i>Estudiantes de Eléctrica</i>
<b>Elaborado</b> <i>Valeska Yelena</i>	Estrés bajo	4	13%	<b>por:</b> <i>Lucas &amp; Soledispa</i>
	Estrés Medio	26	87%	
	Estrés Alto	0	0%	
	<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>	

**Gráfico 8.** *Análisis de resultados de la escala de Estrés Percibido (PSS)*



A partir de los resultados obtenidos mediante la Escala de Estrés Percibido (PSS), aplicada a los 30 adultos jóvenes de la Carrera de Ingeniería Eléctrica, se evidenció que el 87 % de los participantes presentó niveles de estrés medio, mientras que el 13 % se ubicó en el nivel de estrés bajo. El 0 % de los participantes muestra niveles de estrés alto; lo que quiere decir que la mayoría experimentó estrés durante los cortes de electricidad, manteniéndose así dentro de los rangos moderados.

Al analizar los resultados según el sexo, se observa una distribución equitativa entre hombres y mujeres, ya que ambos grupos mostraron predominantemente niveles de estrés medio. Dicha similitud sugiere que el estrés producido por los apagones fue similar para los

estudiantes, sea hombre o mujer,-lo que refuerza la idea de que los apagones constituye un estresor ambiental común dentro del contexto académico.

Desde una perspectiva psicológica, los cortes de electricidad constituyen un factor estresante que interfiere con la rutina diaria y exige un mayor esfuerzo de adaptación. La ausencia de niveles elevados de estrés, podría relacionarse con la implementación de estrategias de afrontamiento por parte de los estudiantes.

### **Resultados de la entrevista a profesionales del ámbito educativo**

Respecto a la primera pregunta, los profesionales coincidieron en que los cortes de energía eléctrica tuvieron un impacto emocional diverso en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta. En varios casos se identificaron manifestaciones de ansiedad, estrés, irritabilidad e incertidumbre, principalmente asociadas a la falta de conectividad y a la interrupción de las rutinas académicas y personales. No obstante, también se destacó que para algunos jóvenes los apagones representaron una experiencia positiva, al favorecer la convivencia familiar y la desconexión tecnológica, lo que evidencia un impacto emocional no homogéneo.

En relación con la segunda pregunta, los entrevistados señalaron que los apagones prolongados afectaron negativamente el desempeño académico de los estudiantes. Se observó una disminución en la concentración, la motivación y la organización del tiempo de estudio, acompañada de cansancio físico y emocional. Estas dificultades se vincularon principalmente a la interrupción de clases, tareas académicas y hábitos de descanso, lo que incrementó el estrés académico.

Respecto a la tercera pregunta, la mayoría de los profesionales indicó que los cortes de energía influyeron en la dinámica social de los jóvenes de manera ambivalente. En algunos

casos, se produjo un fortalecimiento de las relaciones interpersonales y de la comunicación cara a cara, al reducirse el uso de dispositivos electrónicos. Sin embargo, también se identificaron situaciones en las que la falta de conectividad limitó la comunicación habitual, generando sentimientos de aislamiento en ciertos jóvenes.

En cuanto a la cuarta pregunta, los profesionales resaltaron la importancia de implementar estrategias de contención emocional y autorregulación, tales como el reconocimiento de emociones, técnicas básicas de manejo del estrés, establecimiento de rutinas y fortalecimiento del apoyo social. Se enfatizó la necesidad de promover la resiliencia y la adaptación ante situaciones imprevistas como los cortes eléctricos.

Finalmente, respecto a la quinta pregunta, los entrevistados coincidieron en que las instituciones educativas deben asumir un rol activo en el cuidado de la salud mental de los estudiantes. Entre las acciones sugeridas se encuentran la implementación de planes académicos flexibles, protocolos de contingencia ante emergencias, programas de apoyo psicológico y una comunicación oportuna y empática entre docentes y estudiantes, con el fin de reducir la presión académica y proteger el bienestar emocional.

## **Conclusiones**

- En relación con el primer objetivo, se evidenció que los adultos jóvenes de la ciudad de Manta experimentaron distintas alteraciones emocionales durante los cortes de energía eléctrica, principalmente ansiedad, estrés, irritabilidad y dificultades para dormir. Estas afectaciones no se presentaron de la misma manera en todos los participantes, lo que indica que la respuesta emocional frente a los

apagones estuvo influida por características personales y por la capacidad de afrontamiento de cada participante.

- Respecto al segundo objetivo, se constató que la interrupción del suministro eléctrico influyó negativamente en la concentración, la organización de las actividades académicas y el rendimiento general, generando desmotivación y malestar emocional. En efecto, los apagones incidieron en la dinámica social y familiar, actuando en algunos casos como un factor de tensión y, en otros, como un espacio de interacción y apoyo, lo que evidencia un impacto integral en la vida cotidiana de los estudiantes.
- En cuanto al tercer objetivo, los hallazgos ponen de manifiesto la relevancia de considerar el bienestar emocional de los adultos jóvenes dentro del contexto académico frente a situaciones de interrupción prolongada del servicio eléctrico. La presencia de niveles moderados de ansiedad y estrés resalta la importancia de abordar estas problemáticas desde un enfoque preventivo y de acompañamiento psicológico.

## **Recomendaciones**

Las siguientes recomendaciones están orientadas a la comunidad universitaria, especialmente a los estudiantes de la Carrera de Ingeniería Eléctrica y al personal de apoyo institucional, con el propósito de fortalecer el bienestar emocional y la resiliencia frente a situaciones de estrés como los cortes de energía eléctrica:

Diseñar e implementar programas de sensibilización y psicoeducación que permitan a los estudiantes reconocer los síntomas de ansiedad, estrés e irritabilidad. Incluir técnicas de manejo

emocional como respiración, relajación y regulación afectiva ayudará a prevenir la escalada de malestar psicológico. Además, promover espacios de diálogo grupal permitirá compartir experiencias y estrategias de afrontamiento, favoreciendo la conciencia y autocuidado ante situaciones de corte eléctrico.

Establecer protocolos académicos flexibles que contemplen ajustes en plazos y modalidades de entrega durante interrupciones del suministro eléctrico. Complementar con talleres sobre organización, planificación y gestión del tiempo permitirá a los estudiantes mantener su rendimiento. También se recomienda fomentar la práctica de hábitos saludables que contribuyan al equilibrio entre estudio y bienestar físico, reduciendo el impacto de los apagones en la calidad de vida.

Promover espacios de diálogo grupal y actividades participativas que fomenten la interacción social, el intercambio de experiencias y el desarrollo de estrategias colectivas de afrontamiento. Estas acciones permitirán fortalecer el apoyo social, mejorar la regulación emocional y favorecer respuestas adaptativas ante situaciones de estrés generadas por los apagones.

Fortalecer las redes de apoyo entre docentes y estudiantes, a fin de brindar orientación y acompañamiento emocional ante situaciones imprevistas como los cortes de energía eléctrica. Es pertinente desarrollar talleres de resiliencia, manejo del estrés y habilidades sociales que permitan a los jóvenes afrontar estas situaciones con mayor seguridad y estabilidad emocional. De igual manera, reforzar la comunicación institucional y la implementación de estrategias preventivas contribuirá a mejorar la capacidad de adaptación y a promover un entorno educativo más seguro y saludable.

## **Plan de acción**

### ***Objetivo General:***

- Analizar el impacto de los cortes de energía eléctrica en la salud mental de los adultos jóvenes de la ciudad de Manta, considerando su influencia en el bienestar emocional y la calidad de vida.

### ***Objetivos Específicos:***

- Identificar las principales afectaciones emocionales y psicológicas presentes en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta asociadas a los cortes de energía eléctrica.
- Evaluar el impacto de los cortes de energía eléctrica en el bienestar emocional, el desempeño académico y la calidad de vida de los adultos jóvenes.
- Proponer recomendaciones generales orientadas a la prevención y mitigación de las afectaciones en la salud mental derivadas de los cortes de energía eléctrica.

## **Fundamentación**

La salud mental de los estudiantes universitarios constituye una preocupación creciente en el ámbito académico, debido a las múltiples exigencias emocionales, sociales y académicas que enfrentan los adultos jóvenes durante su formación profesional. Cox-Landázurique & Gómez-Landázuri (2021) explican que hay muchos estudiantes de Educación Superior afectados en su salud mental que no hacen uso de los servicios de salud a su disposición. Este hecho es asociado a barreras estructurales, como pueden ser la escasez de servicios de salud mental o la falta de recursos económicos, pero también a barreras culturales, como es la estigmatización que se asocia a las personas con trastornos mentales. Estas afectaciones pueden intensificarse cuando los estudiantes se ven expuestos a factores externos estresantes. Por ello,

resulta necesario analizar las condiciones que inciden en la salud mental de los adultos jóvenes dentro del contexto universitario.

En la ciudad de Manta, los cortes de energía eléctrica constituyeron un factor ambiental estresante que afectó directamente la rutina académica y personal de los estudiantes de la Carrera de Ingeniería Eléctrica. Durante estos periodos, muchos adultos jóvenes experimentaron dificultades para concentrarse, descansar adecuadamente y organizar sus actividades académicas. Estas condiciones favorecieron la presencia de estrés, ansiedad, irritabilidad y cansancio emocional, afectando su bienestar y calidad de vida. En este sentido, el estudio de las afectaciones de la salud mental asociadas a los cortes de energía eléctrica resulta relevante para comprender su impacto en este grupo específico.

**Tabla 10**

*Plan de acción*

<b>Estrategia</b>	<b>Duración</b>	<b>Objetivo de la actividad</b>	<b>Descripción</b>
Talleres psicoeducativos sobre salud mental y cortes de energía eléctrica	2 horas	Sensibilizar a los estudiantes sobre el impacto emocional de los cortes de energía	Taller dirigido a estudiantes de Ingeniería Eléctrica y docentes, donde se capacita en identificación de señales de estrés, ansiedad y malestar emocional asociados a apagones. Incluye ejemplos prácticos, dinámicas grupales y orientación en autocuidado, así como pautas para que los docentes apoyen emocionalmente a los estudiantes.
Capacitaciones en manejo del estrés y planificación académica	1–2 horas	Proveer herramientas para reducir el impacto académico y emocional	Sesiones prácticas para estudiantes, enseñando técnicas de organización del tiempo, estudio autónomo y manejo del estrés frente a situaciones imprevistas como los cortes de energía, fortaleciendo la resiliencia y el rendimiento académico.
Espacios de acompañamiento psicológico y escucha activa	1 hora	Brindar apoyo emocional a estudiantes con mayor afectación	Sesiones grupales o individuales con estudiantes que presentan mayor afectación emocional, permitiendo expresar experiencias, validar

			emociones y aprender estrategias de regulación ante ansiedad y estrés por los apagones.
Actividades recreativas y de integración no dependientes de electricidad	1–2 horas	Fomentar el bienestar emocional y la cohesión social	Actividades presenciales para estudiantes, que no dependan de electricidad (dinámicas grupales, caminatas, juegos o lectura guiada), promoviendo distracción saludable, reducción del estrés y fortalecimiento del apoyo social.
Seguimiento y fortalecimiento del bienestar institucional	Permanente	Garantizar continuidad en la prevención y apoyo psicológico	Desarrollar un plan de seguimiento continuo para estudiantes con mayores niveles de estrés o ansiedad, incluyendo charlas periódicas, talleres de actualización y orientaciones preventivas ante situaciones de riesgo como los cortes de energía eléctrica, asegurando la continuidad en la atención y fortalecimiento del bienestar emocional.

**Elaborado por:** *Valeska Lucas & Yelena Soledispa*

## Referencias

- Mark Zimmerman. (2023). *Introducción a los trastornos de ansiedad*. Manual MSD.  
<https://www.msmanuals.com/es/hogar/trastornos-de-la-salud-mental/ansiedad-y-trastornos-relacionados-con-el-estr%C3%A9s/introducci%C3%B3n-a-los-trastornos-de-ansiedad>
- EL COMERCIO . (19 de Junio de 2024). *¿Por qué ocurrió el 'Black out' que dejó a Ecuador a oscuras? Este contenido ha sido publicado originalmente por EL COMERCIO. Si vas a hacer uso del mismo, por favor, cita la fuente y haz un enlace hacia la nota original en la dirección: https://www.elcom. EL COMERCIO:*  
<https://www.elcomercio.com/actualidad/negocios/cortes-luz-black-out-ecuador-en-oscuras-razones/>
- Parga, N. (2024). *Apagones: Impactos, Causas y Soluciones Esenciales*. Squair:  
<https://blog.squair.io/es/apagones-impactos-causas-y-soluciones-esenciales>
- Andrade, M., & Mateo, J. (2024). *Niveles de ansiedad en estudiantes de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca, año 2023-2024*. Cuenca: Universidad de Cuenca.
- Peña Loaiza, G. X. (2023). *Depresión y ansiedad en estudiantes universitarios del Ecuador: estudio*. Quito: Religación.
- Bernal, C., & Matute, V. (2023). *Análisis de los niveles de depresión asociados a factores sociodemográficos en estudiantes de primer ciclo de la carrera de Odontología de la Universidad Politécnica Salesiana, durante el periodo marzo-julio 2023*. Quito: rabajo de titulación, Universidad Politécnica Salesiana, Sede Cuenca]. Repositorio institucional.
- OMS. (2020). *Trastornos de ansiedad*. Organización Mundial de la Salud :  
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>

- Colomé, C. G. (14 de Abril de 2025). *Un nuevo apagón deja a Cuba a oscuras en su peor crisis energética en décadas*. El País: <https://elpais.com/america/2025-03-15/un-nuevo-apagon-deja-a-cuba-a-oscuras-en-su-peor-crisis-energetica-en-decadas.html>
- Beltrán, J. (19 de Noviembre de 2024). *Atrapados, tristes y angustiados: Los largos cortes de luz llenan de ansiedad a los ecuatorianos*. Primicias: <https://www.primicias.ec/sociedad/cortes-luz-apagones-ecuador-salud-mental-ansiedad-estres-83127/>
- Casey, J. A., Fukurai, M., Hernández, D., Balsari, S., & Kiang, M. V. (2020). Power Outages and Community Health: a Narrative Review. *Curr Environ Health Rep*, 7(4), 371 - 383.
- Rivera-Rodríguez, S., Varas-Díaz, N., Rodríguez-Madera, S., Padilla, M., Rivera-Bustelo, K., Reid, G., Santiago-Santiago, A. M.-R., Massol-Deyá, A., Rodríguez-Banch, R., Vertovec, J., & Ramos, J. (2025). Powering well-being: Energy independence and mental health in a zone of ongoing disasters. *91*.
- Ipsos UU. (Noviembre de 2024). *Los ecuatorianos en la oscuridad: Consecuencias y estado de ánimo de la población ante los cortes de luz*. Ipsos: [https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2024-11/UU%20POV\\_Viviendo%20con%20Apagones.pdf](https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2024-11/UU%20POV_Viviendo%20con%20Apagones.pdf)
- Triviño-Burbano, M., Lozada-Ortiz, J., & Gorozabel-Quinde. (2025). Perspectiva clínicas y epidemiológicas sobre el impacto de los apagones en la salud mental. *Revista Científica Zambos*, 4(1), 17-29.
- OPS/OMS. (3 de Junio de 2025). *Salud Mental*. Organización Panamericana de la Salud : <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>

- Etxaburu, N., Momeñe, J., Herrero, M., Olave, L., Iruarrizaga, I., & Estévez, A. (2024). La regulación emocional como mediador en la relación entre esquemas disfuncionales tempranos y dependencia emocional en jóvenes españoles. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 32(1).
- Hernández, V., Natalia, S., & Pastor, R. (Julio - Septiembre de 2021). Entorno social y bienestar emocional en el adulto mayor. *Revista Venezolana de Gerencia*, 26(95).
- Aguirre, D., Figueroa, M., Espinosa, I., Arguero, A., & Meza, M. (octubre-diciembre de 2024). Relación de Bienestar Subjetivo y Estado de Ánimo en jóvenes universitarios. *Vitalia.Revista Científica y Académica*, 4(4).
- Ortiz-Prado, E., López-Cortés, A., Suárez-Sangucho, I., Salazar-Santoliva, C., Vasconez-Gonzalez, J., & Izquierdo-Condoy, J. S. (2025). Facing crisis: how Ecuador's energy shortages threaten public health. *Frontiers in Human Dynamics*, 7.
- Caguana, L., & Ponce, R. (2022). Regulación Emocional y bienestar psicológico en jóvenes universitarios. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 587.
- Quito, J., & Chacha, R. (2022). *Estado de Salud Mental y estrategias de afrontamiento en profesionales de la salud. Hospital Pediátrico Alfonso Villagómez*. Riobamba : Universidad Nacional de Chimborazo.
- World Vision Ecuador. (2024). *El impacto de los apagones en la salud mental*. World Vision Ecuador: <https://blog.worldvision.org.ec/el-impacto-de-los-apagones-en-la-salud-mental>
- Velastegui, D. (25 de Septiembre de 2024). *Cortes de luz; impacto psicológico*. EL HERALDO: <https://www.elheraldo.com.ec/cortes-de-luz-impacto-psicologico/>
- OMS. (29 de Agosto de 2025). *Trastorno depresivo (depresión)* . Organización Mundial de la Salud : <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>

UNICEF . (10 de Diciembre de 2024). *La salud mental, algo que es importante cuidar*.

UNICEF: <https://www.unicef.org/venezuela/blog/la-salud-mental-algo-que-es-importante-cuidar>

Ayelén, K. P. (Octubre de 2021). *Inteligencia emocional y bienestar psicológico en adultos jóvenes en Paraná, Entre Ríos*. Universidad Católica Argentina :

<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/13877/1/inteligencia-emocional-bienestar-psicol%C3%B3gico.pdf>

Tuarez-Sosa, G., Mero-Véliz, G., Saldarriaga, M., & Castro, J. (31 de Julio-Diciembre de 2022).

Epidemiología de los problemas mentales: Factores de Riesgo y Causas en Habitantes de Latinoamérica. *Higía de la Salud*, 7(2).

OMS. (21 de Febrero de 2023). *Estrés* . Organización Mundial de la Salud :

<https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>

Marcial-Velasteguí, P. (2023). *El estrés: Impacto en la salud* . Universidad Espíritu Santo .

UEES .

Souza, M., & Machorro. (2022). Reacciones al estrés y aspectos psicoterapéuticos. *Revista de la Facultad de Medicina de la UNAM*, 65(4).

Castro-Jalca, A., Matute-Uloa, G., Morales-Pin, N., & Zambrano-Arauz, P. (2023). *Problemas emergentes de salud mental en adolescentes ecuatorianos: Una revisión bibliográfica*.

*Ciencias de la Salud*. file:///C:/Users/HP/Downloads/Dialnet-

ProblemasEmergentesDeSaludMentalEnAdolescentesEcu-9152588%20(1).pdf

Cox-Landázuri, O.L., &Gómez-Landázuri, J.F. (2024). Salud Mental en el Ámbito de la Educación Superior. *Revista Científica Hallazgos21*, 9(1), 111-124.

<http://revistas.pucese.edu.ec/hallazgos21/>

## Anexos

## Anexo 1

## Plan de acción y cronograma

Actividades	24 abril	1 mayo	15 mayo	29 mayo	12 junio	26 junio	10 julio	25 septiembre
Inducción	X							
Tema		X						
Planteamiento del problema			X	X				
Antecedentes				X				
Pregunta de investigación					X			
Objetivo general						X	X	
Objetivos específicos						X	X	
Marco teórico					X	X	X	
Marco metodológico						X	X	X



## Anexo 2

## Oficio entregado a la Carrera de Ingeniería Eléctrica



Ministerio de Salud Pública  
 Coordinación General de Desarrollo Estratégico en Salud  
 Dirección Nacional de Investigación en Salud

## ANEXO 7. Carta De Interés Institucional

## A QUIEN PUEDA INTERESAR

Por medio de la presente manifiesto que el proyecto titulado: **ESTUDIO DE LAS AFECTACIONES DE LA SALUD MENTAL EN LOS ADULTOS JÓVENES DE LA CIUDAD DE MANTA, DEBIDO A LOS CORTES DE ENERGÍA ELÉCTRICA**, es de interés institucional por los resultados que se pueden generar de este proyecto para la **Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM)**, tomando en cuenta que esta investigación aborda una problemática actual que afecta directamente a la comunidad universitaria, especialmente a los adultos jóvenes que forman parte del organismo estudiantil. Los resultados permitirán conocer el impacto de los cortes de energía eléctrica en la salud mental de los estudiantes, aportando insumos valiosos para el desarrollo de estrategias de acompañamiento psicológico y acciones institucionales orientadas a mejorar la calidad de vida y el rendimiento académico.

Informo también que la participación de la **Facultad de Ingeniería, Industria y Arquitectura** es libre y voluntaria, y que la ejecución del estudio se llevará a cabo específicamente en la **carrera de Ingeniería Eléctrica**. en caso de requerirse datos anonimizados o seudonimizados, la Facultad de Ingeniería, Industria y Arquitectura cuenta con la capacidad institucional para entregar la información de manera anonimizada o seudonimizada, conforme a lo establecido en la Ley Orgánica de Protección de Datos Personales.

Además, los investigadores han manifestado que cuentan con los insumos necesarios para la ejecución del proyecto de Investigación. Por tanto, la **Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM)**, no contempla algún tipo de financiamiento para el desarrollo de este estudio.

Se aclara que este documento no constituye la autorización, ni la aprobación del proyecto, o del uso de insumos o recursos humanos de la institución. Además, se informa que una vez que la investigación sea aprobada por un Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos autorizado por el Ministerio de Salud Pública, el Investigador principal podrá solicitar los datos de los sujetos de estudio o datos de salud anonimizados o seudonimizado, debiendo adjuntar el protocolo de investigación aprobado y la carta de aprobación emitida por el CEISH-Uleam.

En caso de que el investigador requiera de talento humano o insumos de un establecimiento público sanitario para la ejecución de un proyecto de investigación, debe suscribir un convenio según como lo determine establecimiento público sanitario, en base a lo establecido en el Acuerdo Ministerial No. 00011 -2020, "Reglamento de suscripción y ejecución de convenios del MSP", publicado en Registro oficial – Edición especial No. 590 de 20 de mayo de 2020. Cabe señalar que el proyecto de investigación previo a la suscripción del convenio deberá contar con la aprobación de un CEISH aprobado por MSP.

**Manta, Manabí**

**Fecha:** 15 de diciembre de 2025

  
 Ing. Edwin Bernardo Ponce Minaya  
 Director de la Carrera de Electricidad

### Anexo 3

#### Ficha Sociodemográfica

**Tema:** La presente ficha sociodemográfica tiene como finalidad recopilar información básica de los participantes, necesaria para caracterizar a la población adulta joven incluida en el estudio “*Estudio de las afectaciones de la salud mental en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta, debido a los cortes de energía eléctrica*”. La información proporcionada es de carácter confidencial y será utilizada exclusivamente con fines académicos y de análisis dentro de la presente investigación.

- **Edad:**
  - 18- 20 Años
  - 21-23 Años
  - 24-26 Años
  - 27-29 Años
- **Sexo:**
  - Masculino
  - Femenino
- **Estado civil:**
  - Soltero/a
  - Casado/a
  - Unión libre
  - Divorciado/a
  - Otro: \_\_\_\_\_
- **¿Reside actualmente en la ciudad de Manta?**
  - Sí
  - No
- **¿Con quién vive actualmente?**
  - Solo/a
  - Con familiares
  - Con pareja
  - Con amigos/compañeros
  - Otro: \_\_\_\_\_
- **Ocupación principal:**
  - Solo estudia
  - Estudia y trabaja
  - Solo trabaja
  - Otro: \_\_\_\_\_
- **Jornada de estudio:**
  - Matutina
  - Vespertina
  - Nocturna

- Mixta
- **Semestre que cursa actualmente:**
  - 1°  2°  3°  4°  5°  6°  7°  8°  9°

### **Modelo de Encuesta aplicada a estudiantes de la Carrera de Ingeniería Eléctrica**


- 1. ¿Sintió usted cambios en su estado emocional (tristeza, irritabilidad o ansiedad) durante los cortes de energía?**
  - Sí
  - No
  - En algunas ocasiones
  - No estoy seguro/a
- 2. ¿Considera usted que los apagones afectaron su rendimiento académico o laboral durante los períodos sin electricidad?**
  - Sí
  - No
  - Parcialmente
  - No lo percibí
- 3. ¿Tuvo usted dificultades para dormir o descansar adecuadamente mientras duraron los cortes eléctricos?**
  - Sí
  - No
  - Parcialmente
  - No lo percibí
- 4. ¿Percibió usted que los cortes de luz afectaron sus relaciones con familiares, amigos o compañeros?**
  - Sí
  - No
  - En parte
  - No aplica
- 5. ¿Sintió usted niveles de estrés, preocupación o ansiedad superiores a los habituales durante los apagones prolongados?**
  - Sí
  - No
  - A veces
  - No lo percibí

**6. Durante los cortes de energía eléctrica, ¿Qué estrategias utilizó usted para mantener su bienestar emocional?**

- Mantener contacto con familiares o amigos por teléfono o redes sociales (cuando fue posible)
- Realizar actividades recreativas que no dependieran de electricidad (leer, caminar, juegos de mesa)
- Practicar técnicas de relajación o respiración profunda
- Organizar rutinas o planificar actividades para mantener la calma
- Evitar pensar excesivamente en la situación o distraerse con otras tareas
- Otra estrategia: \_\_\_\_\_

**Anexo 4**

**Modelo de entrevista a los profesionales de la Carrera de Ingeniería Eléctrica**

 <b>Uleam</b> <small>UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ</small>	Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí Facultad Ciencias de la Salud Carrera de Psicología
<b>Datos referenciales:</b>	
<b>Investigadoras:</b> Lucas Mendoza Valeska Elizabeth Soledispa Tello Yelena Rafhaella	
<b>Institución:</b> Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí	
<b>Tema de Investigación:</b> Estudio de las afectaciones de la salud mental en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta, debido a los cortes de energía eléctrica.	
<b>Preguntas dirigidas a los Profesionales a la facultad de la carrera de Ingeniería Eléctrica</b>	
1. ¿Cómo describiría usted el impacto que tuvieron los cortes de energía eléctrica en el bienestar emocional y psicológico de los adultos jóvenes de la ciudad de Manta?	
2. Desde su experiencia profesional, ¿qué efectos observó en el desempeño académico, la concentración y la motivación de los estudiantes durante los apagones prolongados?	
3. ¿Considera usted que los cortes de luz afectaron la dinámica social y las relaciones interpersonales entre los jóvenes?	
4. Desde su experiencia docente ¿qué estrategias o recursos psicológicos serían adecuados para ayudar a los jóvenes a afrontar situaciones de estrés o ansiedad provocadas por los cortes eléctricos?	
5. ¿Qué acciones cree usted que podrían implementarse desde la institución educativa para fortalecer la salud mental y el bienestar emocional de los jóvenes ante eventos como los cortes eléctricos?	

## Anexo 5

## Certificado de validación de los instrumentos aplicados



Facultad de Ciencias de la Salud  
Carrera de Psicología

Manta, 11 de diciembre de 2025

## CERTIFICADO

En calidad de investigador que aporta a la ciencia, certifico haber revisado las preguntas que se aplicarán las entrevistas a los profesionales de la Facultad de Ingeniería, Industria y Arquitectura y las encuestas a los estudiantes de la misma, en el marco del Proyecto de Investigación titulado:

**“Estudio de afectaciones de la salud mental en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta, debido a los cortes de energía eléctrica, 2025”**, cuyo objetivo general es determinar las afectaciones en la salud mental de los adultos jóvenes de Manta debido los cortes de energía eléctrica.

El proyecto es de autoría de las estudiantes Lucas Mendoza Valeska y Soledispa Tello Yelena, estudiantes de la Carrera de Psicología, y cumple con los requisitos metodológicos exigidos en la investigación, así como con los objetivos planteados.

Se expide presente certificado para los fines pertinentes.

Atentamente,

**Dr. C. Ítalo Bello Carrasco, PhD**

**Dr. Oswaldo Zambrano Quinde**

**Dra. Mariela Chávez Intriago**

## Anexo 6

## Consentimiento Informado



**Ministerio de Salud Pública**  
 Coordinación General de Desarrollo Estratégico en Salud  
 Dirección Nacional de Investigación en Salud

### Declaratoria de Consentimiento Informado

Yo, \_\_\_\_\_, con número de identidad C.I: \_\_\_\_\_, declaro que he recibido una explicación detallada por parte de los estudiantes de Psicología sobre el propósito del estudio y cómo se llevará a cabo todo el proceso de evaluación en el marco del proyecto titulado: "Estudio de las afectaciones de la salud mental en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta, debido a los cortes de energía eléctrica". Entiendo la temporalidad de la participación, la confidencialidad de datos personales, de los riesgos y beneficios de participación en el estudio.

Por lo tanto, acepto y entiendo que dentro de la evaluación se establecerán los siguientes términos:

1. Todo el proceso y la información recopilada durante la evaluación serán tratados con la máxima confidencialidad. Mi nombre y/o datos personales no serán divulgados en ninguna circunstancia.
2. Reconozco que tengo el derecho de revocar este consentimiento en cualquier momento sin ninguna penalización. Si decido retirar mi consentimiento, comprendo que cualquier información proporcionada será eliminada y no se utilizará para ningún propósito adicional.
3. Entiendo que todo el proceso de evaluación e investigación estará supervisado por tutores docentes de la carrera de Psicología de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí.
4. Estoy plenamente informado sobre el proceso de evaluación, su naturaleza y los beneficios y riesgos asociados con mi participación en el presente proyecto de investigación.

Tomando en consideración todos los puntos mencionados anteriormente en este documento, otorgo mi consentimiento para la participación de este estudio. Autorizo y me comprometo, con los estudiantes de Psicología, para llevar a cabo las intervenciones necesarias y utilizar la información recopilada únicamente con fines académicos en el contexto del estudio mencionado anteriormente.

Firma del participante

**Valeska Lucas Mendoza**  
(Investigador 1)

**Yelena Soledispa Tello**  
(Investigador principal)

**Psí. Clí. Katty Villavivencio**  
(Tutor Académico)

## Anexo 7

### Instrumento: Escala de Estrés Percibido (PSS)

Fecha: .....

El presente cuestionario evalúa la percepción del estrés en relación con las experiencias vividas durante los cortes de energía eléctrica. Está orientado a identificar los pensamientos y sentimientos que las personas han experimentado frente a situaciones de imprevisibilidad, falta de control y sobrecarga asociadas a los apagones en la ciudad de Manta.

La Escala de Estrés Percibido fue creada por Cohen, S., y consta de **14 ítems**, diseñados para medir el grado en que las situaciones de la vida son percibidas como estresantes. Para fines académicos, y con el objetivo de adaptarla al contexto de los cortes de energía eléctrica, la escala fue modificada, manteniendo su esencia y su capacidad para evaluar la percepción subjetiva del estrés, considerando aspectos como la imprevisibilidad, la controlabilidad y la sobrecarga percibida.

Lea atentamente cada afirmación y seleccione la opción que mejor represente la frecuencia con la que ha experimentado cada situación durante los apagones. Los resultados obtenidos son de carácter confidencial y serán utilizados únicamente con fines académicos.

#### Opciones de respuesta:

- 0.- Nunca
- 1.- Casi nunca
- 2.- De vez en cuando
- 3.- A menudo
- 4.- Muy a menudo

N°	Ítem	0	1	2	3	4
1	Durante los cortes de energía, ¿con qué frecuencia se sintió afectado por situaciones que ocurrieron inesperadamente?					
2	Durante los cortes de energía, ¿con qué frecuencia se sintió incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?					
3	Durante los cortes eléctricos, ¿con qué frecuencia se sintió nervioso o estresado?					
4	Durante los cortes de energía, ¿con qué frecuencia logró manejar con éxito los pequeños problemas que surgían? ( <i>Inverso</i> )					
5	Durante los períodos sin luz, ¿con qué frecuencia sintió que afrontaba efectivamente los cambios en su rutina? ( <i>Inverso</i> )					
6	Durante los cortes eléctricos, ¿con qué frecuencia sintió que no podía cumplir con todas sus responsabilidades?					
7	Durante los cortes eléctricos, ¿con qué frecuencia pudo controlar las dificultades que se presentaban? ( <i>Inverso</i> )					
8	Durante los cortes de energía, ¿con qué frecuencia sintió que tenía todo bajo control? ( <i>Inverso</i> )					

9	Durante los apagones, ¿con qué frecuencia se sintió frustrado porque las cosas escapaban a su control?					
10	Durante los cortes prolongados de energía, ¿con qué frecuencia sintió que los problemas se acumulaban hasta no poder superarlos?					
11	Durante los apagones, ¿con qué frecuencia pudo controlar el modo en que organizaba su tiempo? (Inverso)					
12	Durante los cortes de energía eléctrica ¿con qué frecuencia ha sentido que las cosas le iban bien? (Inverso)					
13	Durante los cortes de energía eléctrica, ¿con qué frecuencia sintió que no podía hacer frente a todas las tareas pendientes?					
14	Durante los cortes eléctricos, ¿con qué frecuencia sintió que las situaciones estaban fuera de su control?					

### Anexo 8

#### Instrumento: Escala de ansiedad de Beck (BAI)

Fecha: .....

El presente cuestionario evalúa la presencia y la intensidad de los síntomas de ansiedad en relación con las experiencias vividas durante los cortes de energía eléctrica. Está orientado a identificar las manifestaciones emocionales y físicas que los estudiantes han experimentado frente a situaciones de interrupción del suministro eléctrico, tales como tensión, miedo, inquietud, dificultad para relajarse y sensación de peligro.

La Escala de Ansiedad de Beck fue creada por Aaron T. Beck, junto con Norman Epstein, Gary Brown y Robert A. Steer en 1988, y consta de **21 ítems**, diseñados para medir la gravedad de los síntomas de ansiedad y diferenciarlos de los síntomas depresivos. Para fines académicos, la escala fue adaptada al contexto de los cortes de energía eléctrica en la ciudad de Manta, manteniendo la estructura y esencia del instrumento original, así como su validez para evaluar la ansiedad.

Lea atentamente y seleccione la opción que mejor represente la frecuencia con la que ha experimentado cada síntoma durante los periodos de apagones. Los resultados obtenidos son de carácter confidencial y serán utilizados únicamente con fines académicos.

#### Opciones de respuesta:

- 0.- En ningún momento
- 1.- Varios días
- 2.- Más de la mitad de los días
- 3.- Casi todos los días

Ítem	Pregunta	No (0)	Leve (1)	Moderado (2)	Bastante (3)
1	Torpe o entumecido debido a la tensión por la falta de luz eléctrica				
2	Acalorado o con sensación de sofoco por la ausencia de ventilación o electricidad				
3	Con temblores o debilidad en las piernas ante la incertidumbre de los cortes de energía eléctrica				
4	Incapaz de relajarse durante los cortes de energía eléctrica				
5	Con temor a que ocurriera lo peor, durante los cortes de energía eléctrica				
6	Mareado con sensación de pérdida de equilibrio durante por cortes de energía eléctrica				
7	Con el corazón acelerado o palpitaciones fuertes durante los cortes de energía prolongados.				
8	Inestable o con sensación de inseguridad al no saber cuándo regresaría la energía eléctrica.				
9	Atemorizado o asustado por permanecer sin luz o sin medios de comunicación				
10	Nervioso o intranquilo mientras se mantenía el corte de electricidad				
11	Con sensación de bloqueo o incapacidad para actuar ante los cortes de energía eléctrica.				
12	Con temblores en las manos o dificultad para mantener la calma durante los cortes de energía eléctrica				
13	Inquieto o inseguro por la falta de energía eléctrica				
14	Con miedo a perder el control durante los cortes de energía eléctrica				
15	Con sensación de ahogo durante los prolongados cortes de energía eléctrica.				
16	Con temor a morir o a que algo grave ocurriera mientras no había luz eléctrica				
17	Con miedo persistente a que los cortes volvieran a repetirse				
18	Con molestias o problemas digestivos relacionados con la tensión de los apagones				
19	Con sensación de desvanecimiento o debilidad física durante los cortes de energía.				
20	Con rubor o calor facial provocado por el nerviosismo o la incomodidad				
21	Con sudoración fría o caliente por ansiedad o por el clima durante los apagones				

## Anexo 9

## Consentimientos firmados por los profesionales de la Carrera De Ingeniería Eléctrica



Ministerio de Salud Pública  
Coordinación General de Desarrollo Estratégico en Salud  
Dirección Nacional de Investigación en Salud

## Consentimiento Informado

Yo, VILKA CHOEZ RAMIREZ, con número de identidad C.I: 1309740007, declaro que he recibido una explicación detallada por parte de los estudiantes de Psicología sobre el propósito del estudio y cómo se llevará a cabo todo el proceso de evaluación en el marco del proyecto titulado: "Estudio de las afectaciones de la salud mental en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta, debido a los cortes de energía eléctrica". Entiendo la temporalidad de la participación, la confidencialidad de datos personales, de los riesgos y beneficios de participación en el estudio. Por lo tanto, acepto y entiendo que dentro de la evaluación se establecerán los siguientes términos:

1. Todo el proceso y la información recopilada durante la entrevista serán tratados con la máxima confidencialidad. Mi nombre y/o datos personales no serán divulgados en ninguna circunstancia.
2. Reconozco que tengo el derecho de revocar este consentimiento en cualquier momento sin ninguna penalización. Si decido retirar mi consentimiento, comprendo que cualquier información proporcionada será eliminada y no se utilizará para ningún propósito adicional.
3. Entiendo que todo el proceso de evaluación e investigación estará supervisado por tutores docentes de la carrera de Psicología de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí.
4. Estoy plenamente informado sobre el proceso de evaluación, su naturaleza y los beneficios y riesgos asociados con mi participación en el presente proyecto de investigación.

Tomando en consideración todos los puntos mencionados anteriormente en este documento, otorgo mi consentimiento informado para participar en el presente estudio en calidad de entrevistado/a. Autorizo y me comprometo a colaborar con los estudiantes de la carrera de Psicología en el desarrollo de la entrevista, permitiendo el uso de la información recopilada única y exclusivamente con fines académicos, en el marco del estudio previamente mencionado.

Firma Del Participante

Valeska Lucas Mendoza  
(Investigador 1)

Yelena Soledispa Tello  
(Investigador principal)



**Ministerio de Salud Pública**  
 Coordinación General de Desarrollo Estratégico en Salud  
 Dirección Nacional de Investigación en Salud

### Consentimiento Informado

Yo, \_\_\_\_\_, con número de identidad C.I.: \_\_\_\_\_, declaro que he recibido una explicación detallada por parte de los estudiantes de Psicología sobre el propósito del estudio y cómo se llevará a cabo todo el proceso de evaluación en el marco del proyecto titulado: "Estudio de las afectaciones de la salud mental en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta, debido a los cortes de energía eléctrica". Entiendo la temporalidad de la participación, la confidencialidad de datos personales, de los riesgos y beneficios de participación en el estudio. Por lo tanto, acepto y entiendo que dentro de la evaluación se establecerán los siguientes términos:

1. Todo el proceso y la información recopilada durante la entrevista serán tratados con la máxima confidencialidad. Mi nombre y/o datos personales no serán divulgados en ninguna circunstancia.
2. Reconozco que tengo el derecho de revocar este consentimiento en cualquier momento sin ninguna penalización. Si decido retirar mi consentimiento, comprendo que cualquier información proporcionada será eliminada y no se utilizará para ningún propósito adicional.
3. Entiendo que todo el proceso de evaluación e investigación estará supervisado por tutores docentes de la carrera de Psicología de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí.
4. Estoy plenamente informado sobre el proceso de evaluación, su naturaleza y los beneficios y riesgos asociados con mi participación en el presente proyecto de investigación.

Tomando en consideración todos los puntos mencionados anteriormente en este documento, otorgo mi consentimiento informado para participar en el presente estudio en calidad de entrevistado/a. Autorizo y me comprometo a colaborar con los estudiantes de la carrera de Psicología en el desarrollo de la entrevista, permitiendo el uso de la información recopilada única y exclusivamente con fines académicos, en el marco del estudio previamente mencionado.

*Valena Holguín*

**Firma Del Participante**

*Valeska Lucas*

**Valeska Lucas Mendoza**

**(Investigador 1)**

*Yelena Soledispa Tello*

**Yelena Soledispa Tello**

**(Investigador principal)**



**Ministerio de Salud Pública**  
 Coordinación General de Desarrollo Estratégico en Salud  
 Dirección Nacional de Investigación en Salud

### Consentimiento Informado

Yo, Fernando Vladimiro Saramillo Garzón, con número de identidad C.I.: 0702552621, declaro que he recibido una explicación detallada por parte de los estudiantes de Psicología sobre el propósito del estudio y cómo se llevará a cabo todo el proceso de evaluación en el marco del proyecto titulado: "Estudio de las afectaciones de la salud mental en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta, debido a los cortes de energía eléctrica". Entiendo la temporalidad de la participación, la confidencialidad de datos personales, de los riesgos y beneficios de participación en el estudio. Por lo tanto, acepto y entiendo que dentro de la evaluación se establecerán los siguientes términos:

1. Todo el proceso y la información recopilada durante la entrevista serán tratados con la máxima confidencialidad. Mi nombre y/o datos personales no serán divulgados en ninguna circunstancia.
2. Reconozco que tengo el derecho de revocar este consentimiento en cualquier momento sin ninguna penalización. Si decido retirar mi consentimiento, comprendo que cualquier información proporcionada será eliminada y no se utilizará para ningún propósito adicional.
3. Entiendo que todo el proceso de evaluación e investigación estará supervisado por tutores docentes de la carrera de Psicología de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí.
4. Estoy plenamente informado sobre el proceso de evaluación, su naturaleza y los beneficios y riesgos asociados con mi participación en el presente proyecto de investigación.

Tomando en consideración todos los puntos mencionados anteriormente en este documento, otorgo mi consentimiento informado para participar en el presente estudio en calidad de entrevistado/a. Autorizo y me comprometo a colaborar con los estudiantes de la carrera de Psicología en el desarrollo de la entrevista, permitiendo el uso de la información recopilada única y exclusivamente con fines académicos, en el marco del estudio previamente mencionado.

Vladimir Saramillo G.

**Firma Del Participante**

Valeska Lucas

**Valeska Lucas Mendoza**

**(Investigador 1)**

Yelena Soledispa Tello

**Yelena Soledispa Tello**

**(Investigador principal)**



República  
del Ecuador



Ministerio de Salud Pública  
Coordinación General de Desarrollo Estratégico en Salud  
Dirección Nacional de Investigación en Salud

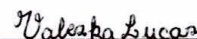
### Consentimiento Informado


Yo, Marcos Ponce Soria, con número de identidad C.I.:  
1809519674, declaro que he recibido una explicación detallada por parte de los estudiantes de Psicología sobre el propósito del estudio y cómo se llevará a cabo todo el proceso de evaluación en el marco del proyecto titulado: "Estudio de las afectaciones de la salud mental en los adultos jóvenes de la ciudad de Manta, debido a los cortes de energía eléctrica". Entiendo la temporalidad de la participación, la confidencialidad de datos personales, de los riesgos y beneficios de participación en el estudio.  
Por lo tanto, acepto y entiendo que dentro de la evaluación se establecerán los siguientes términos:

1. Todo el proceso y la información recopilada durante la entrevista serán tratados con la máxima confidencialidad. Mi nombre y/o datos personales no serán divulgados en ninguna circunstancia.
2. Reconozco que tengo el derecho de revocar este consentimiento en cualquier momento sin ninguna penalización. Si decido retirar mi consentimiento, comprendo que cualquier información proporcionada será eliminada y no se utilizará para ningún propósito adicional.
3. Entiendo que todo el proceso de evaluación e investigación estará supervisado por tutores docentes de la carrera de Psicología de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí.
4. Estoy plenamente informado sobre el proceso de evaluación, su naturaleza y los beneficios y riesgos asociados con mi participación en el presente proyecto de investigación.

Tomando en consideración todos los puntos mencionados anteriormente en este documento, otorgo mi consentimiento informado para participar en el presente estudio en calidad de entrevistado/a. Autorizo y me comprometo a colaborar con los estudiantes de la carrera de Psicología en el desarrollo de la entrevista, permitiendo el uso de la información recopilada única y exclusivamente con fines académicos, en el marco del estudio previamente mencionado.

  
Firma Del Participante

  
Valeska Lucas Mendoza  
(Investigador 1)

  
Yelena Soledispa Tello  
(Investigador principal)

## Anexo 10

### Resultados del instrumento de Estrés percibido (PSS)

**Tabla 11** Resultados del instrumento de Estrés Percibido (PSS) en estudiantes de Ingeniería Eléctrica

<b>PARTICIPANTE</b>	<b>PUNTAJE PSS</b>	<b>NIVEL</b>
M1	29	Medio
F1	25	Medio
M2	25	Medio
F2	26	Medio
M3	20	Medio
F3	24	Medio
M4	18	Bajo
F4	24	Medio
M5	30	Medio
F5	15	Bajo
M6	26	Medio
F6	15	Bajo
M7	22	Medio
FP7	21	Medio
M8	30	Medio
F8	25	Medio
M9	26	Medio
F9	27	Medio
M10	26	Medio
F10	24	Medio
M11	26	Medio
F11	29	Medio
M12	23	Medio
F12	27	Medio
M13	17	Bajo
F13	34	Medio
M14	24	Medio
F14	30	Medio
M15	22	Medio
F15	32	Medio

Elaborado por: Valeska Lucas & Yelena Soledispa

## Anexo 11

### Resultados del instrumento de Ansiedad De Beck (BAI)

*Tabla 12 Resultados del instrumento de Ansiedad de Beck (BAI) en estudiantes de Ingeniería Eléctrica*

<b>PARTICIPANTE</b>	<b>PUNTAJE BAI</b>	<b>NIVEL</b>
F1	0	Mínima
M1	17	Moderada
F2	27	Severa
M2	9	Leve
F3	1	Mínima
M3	9	leve
F4	20	Moderada
M4	7	Mínima
F5	1	Mínima
M5	42	Severa
F6	21	Moderada
M6	8	Leve
F7	4	Mínima
M7	2	Mínima
F8	5	Mínima
M8	3	Mínima
F9	21	Moderada
M9	20	Moderada
F10	9	Leve
M10	14	Leve
F11	33	Severa
M11	19	Moderada
F12	12	Leve
M12	10	Leve
F13	12	Leve
M13	1	Mínima
F14	41	Severa
M14	3	Mínima
F15	61	Severa
M15	11	Leve

**Elaborado por:** *Valeska Lucas & Yelena Soledispa*

## Anexo 12

*Anexo A. Figura 1.* Aplicación de encuestas



*Anexo A. Figura 2.* Aplicación de instrumentos psicológicos



*Anexo A. Figura 3.* Proceso de recolección de datos



*Anexo A. Figura 4.* Orientación a los participantes

