



UNIVERSIDAD  
DE PIURA

FACULTAD DE MEDICINA

**Calidad de sueño y su relación con ansiedad y depresión  
en estudiantes universitarios con Beca PRONABEC (Beca  
18)**

Tesis en formato artículo para optar el Título de  
Médico Cirujano

**Javier Ignacio Castillo Horna  
Ivana Tapia Bellina**

**Asesor:  
Mgtr. César Arturo Gutiérrez Villafuerte**

**Lima, Octubre de 2024**

### Declaración Jurada de Originalidad del Trabajo Final

Yo, **Javier Ignacio Castillo Horna**, egresado del Programa Académico de Medicina Humana de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad de Piura, identificado con DNI: **71590021**, declaro que:

Soy autor del trabajo final titulado:

**“Calidad de sueño y su relación con ansiedad y depresión en estudiantes universitarios con Beca PRONABEC (Beca 18)”**

El mismo que presento bajo la modalidad de Tesis para optar el Título profesional de Médico Cirujano.

Que el trabajo se realizó en coautoría con los siguientes alumnos de la Universidad de Piura.

- Ivana Tapia Bellina, identificado con DNI: 73024963

El texto de mi trabajo final es original y no vulnera los derechos de terceros o, de ser el caso, derechos de los coautores, incluidos los derechos de propiedad intelectual, datos personales, entre otros. En tal sentido, el texto de mi trabajo final no ha sido plagiado total ni parcialmente, para lo cual, he respetado las normas internacionales de citas y referencias de las fuentes consultadas. Asimismo, el texto del trabajo final que presento no ha sido publicado ni presentado antes en cualquier medio electrónico o físico; y que la investigación, los resultados, datos, conclusiones y demás información presentada que atribuyo a mi autoría son veraces.

En caso de detectarse el incumplimiento de lo declarado asumo frente a terceros, la Universidad de Piura y/o la Administración Pública toda responsabilidad que pueda derivarse por el trabajo final presentado. Lo señalado incluye responsabilidad pecuniaria incluido el pago de multas u otros por los daños y perjuicios que se ocasionen.

La asesoría del trabajo estuvo a cargo de los siguientes docentes de la Universidad de Piura:

- Mgtr. César Arturo Gutierrez Villafuerte, identificado con DNI: 07533457

Declaramos que:

Luego de haber empleado el software de coincidencia Turnitin, revisado las fuentes de información señaladas por el autor, y en razón de nuestra experiencia como investigadores, declaramos que las ideas expuestas en el trabajo final alcanzan las condiciones de calidad, integridad y originalidad acorde a los objetivos institucionales y estándares en materia de investigación. Finalmente, no asumimos responsabilidad por la posible vulneración de derechos de autor en el trabajo final referido, pues tal responsabilidad es exclusiva del autor.

Fecha: 17/10/2024.



.....  
Firma del autor<sup>1</sup>



.....  
Firma del Asesor<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Firma idéntica al DNI. No se admite digital, salvo certificado.

### Declaración Jurada de Originalidad del Trabajo Final

Yo, **Ivana Tapia Bellina**, egresado del Programa Académico de Medicina Humana de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad de Piura, identificado con DNI: **73024963**, declaro que:

Soy autor del trabajo final titulado:

**“Calidad de sueño y su relación con ansiedad y depresión en estudiantes universitarios con Beca PRONABEC (Beca 18)”**

El mismo que presento bajo la modalidad de Tesis para optar el Título profesional de Médico Cirujano.

Que el trabajo se realizó en coautoría con los siguientes alumnos de la Universidad de Piura.

- Javier Ignacio Castillo Horna, identificado con DNI: 71590021

El texto de mi trabajo final es original y no vulnera los derechos de terceros o, de ser el caso, derechos de los coautores, incluidos los derechos de propiedad intelectual, datos personales, entre otros. En tal sentido, el texto de mi trabajo final no ha sido plagiado total ni parcialmente, para lo cual, he respetado las normas internacionales de citas y referencias de las fuentes consultadas. Asimismo, el texto del trabajo final que presento no ha sido publicado ni presentado antes en cualquier medio electrónico o físico; y que la investigación, los resultados, datos, conclusiones y demás información presentada que atribuyo a mi autoría son veraces.

En caso de detectarse el incumplimiento de lo declarado asumo frente a terceros, la Universidad de Piura y/o la Administración Pública toda responsabilidad que pueda derivarse por el trabajo final presentado. Lo señalado incluye responsabilidad pecuniaria incluido el pago de multas u otros por los daños y perjuicios que se ocasionen.

La asesoría del trabajo estuvo a cargo de los siguientes docentes de la Universidad de Piura:

- Mgtr. César Arturo Gutierrez Villafuerte, identificado con DNI: 07533457

Declaramos que:

Luego de haber empleado el software de coincidencia Turnitin, revisado las fuentes de información señaladas por el autor, y en razón de nuestra experiencia como investigadores, declaramos que las ideas expuestas en el trabajo final alcanzan las condiciones de calidad, integridad y originalidad acorde a los objetivos institucionales y estándares en materia de investigación. Finalmente, no asumimos responsabilidad por la posible vulneración de derechos de autor en el trabajo final referido, pues tal responsabilidad es exclusiva del autor.

Fecha: 17/10/2024.

  
Firma del autor<sup>1</sup>

  
Firma del Asesor<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Firma idéntica al DNI. No se admite digital, salvo certificado.

## **Hoja Informativa del Trabajo final de grado**

**Calidad de sueño y su relación con ansiedad y depresión en estudiantes universitarios con Beca PRONABEC (Beca 18)**

**Javier Ignacio Castillo Horna, Ivana Tapia Bellina**

**Asesor: Mgtr. César Arturo Gutiérrez Villafuerte**

**Tesis.**

**Médico Cirujano.**

**Universidad de Piura. Facultad de Medicina Humana.**

**Lima, octubre de 2024**

**Palabras claves:** Depresión; Ansiedad; Calidad de sueño; Estudiantes universitarios; Perú.

### **Resumen**

Evaluar la asociación entre sintomatología ansioso-depresiva y la calidad de sueño en alumnos de la Universidad de Piura, Perú, pertenecientes al programa Beca 18. Estudio observacional transversal, en el que se utilizó el Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh (PSQI), la Escala de Autodiagnóstico de Ansiedad de Zung (SAS) y la Escala de Depresión de Zung (SDS). De los 293 alumnos becarios participantes en el estudio, 62,5% reportaron ser «malos dormidores», y el 47,8% y el 56,0% presentaban algún grado de sintomatología ansiosa y depresiva, respectivamente. Se encontró también que, a medida que aumentaba la sintomatología ansioso-depresiva, la calidad de sueño empeoraba. Se evidenció así una relación significativa ( $p < 0,005$ ) entre la calidad de sueño y los síntomas depresivos y ansiosos. Existe una tendencia significativa a que los universitarios del programa Beca 18 con sintomatología ansioso-depresiva experimenten concomitantemente un patrón de sueño de mala calidad.

**Fecha de elaboración del resumen:** 7 de octubre de 2024

## Final Degree Project Information Form

**Calidad de sueño y su relación con ansiedad y depresión en estudiantes universitarios con Beca PRONABEC (Beca 18)**

**Javier Ignacio Castillo Horna, Ivana Tapia Bellina**

**Asesor: Mgtr. César Arturo Gutiérrez Villafuerte**

**Tesis.**

**Médico Cirujano.**

**Universidad de Piura. Facultad de Medicina Humana.**

**Lima, octubre de 2024**

**Keywords:** Depression; Anxiety; Sleep quality; Students; University; Training support; Peru.

### **Abstract**

To evaluate the association between anxious-depressive symptomatology and sleep quality in students of the Universidad de Piura (Perú) belonging to the "Beca 18" Program. Cross-sectional observational study that used the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), the Zung's Self-Anxiety Scale (SAS) and the Zung Depression Scale (SDS). From the 293 participating scholarship students, 62.5% were "poor sleepers", whereas 47.8% and 56.0%, respectively, presented some degree of anxious and depressive symptomatology; as well, it was found that as the anxious-depressive symptomatology increased, the quality of the students' sleep worsened. Thus, a significant relationship ( $p < 0.005$ ) between sleep quality and anxiety and depressive symptoms, was documented. There is a significant tendency for Beca 18 university students with anxious-depressive symptoms to concomitantly experience a sleep pattern of poor quality.

**Summary date:** 7 de octubre de 2024