ANEXO 1. ESCALA DE EVALUACIÓN CONDUCTUAL PARA LA ANSIEDAD (ROJAS)

Nombre: Edad: Sexo:

Conteste las siguientes preguntas en relación a los síntomas que Ud. se haya notado durante los últimos tres meses. Haga un círculo alrededor del asterisco situado en la columna cuando haya notado ese síntoma con más intensidad o frecuencia que la mayoría de las personas, es decir, más de lo normal según su propio criterio. Rodee el asterisco de la columna ese NO en caso contrario. Si su respuesta fue SI, entonces indique la intensidad de 1 a 4.

La intensidad se valorará:

- No existe 0 (no indicar)
- Leve 1
- Moderada 2
- Intenso 3
- Muy intenso 4

SÍNTOMAS FÍSICOS	SI	NO	INTENSIDAD
Tiene palpitaciones o taquicardia (le late a veces muy rápido el corazón)			
Se ruboriza o se pone pálido			
Le tiemblan las manos, pies, piernas o el cuerpo en general			
Transpira mucho			
Se le seca la boca			
Tiene "tics" (guiños o contracturas musculares automáticas)			
Nota falta de aire, dificultad para respirar, o presión en el pecho			

Tiene gases			
Orina con mucha frecuencia o de forma imperiosa			
Tiene náuseas o vómitos			
Tiene diarrea o malestares intestinales			
Nota como un nudo en el estómago, le cuesta tragar			
Tiene vértigo, sensación de inestabilidad, desmayos o sensación de que va a caerse			
Tiene problemas para dormirse			
Tiene pesadillas			
Tiene sueño durante el día o se queda dormido sin darse cuenta			
Pasa temporadas sin apetito o sin ganas de comer			
A veces come excesivamente o cosas inusuales, incluso sin Apetito			
A notado menor interés por la sexualidad			
A notado más interés por la sexualidad			
SUMA			

SINTOMAS PSIQUICOS	**SI**	**NO**	**INTENSIDAD**
Se siente inquieto, nervioso, intranquilo por dentro			
Se siente amenazado, aun sin saber por qué			
Tiene la sensación de estar luchando contra algo que no sabe qué es			
Tiene ganas de huir, de marcharse a otro lugar, de viajar a un sitio lejano			
Tiene fobias (temores exagerados a algún objeto o situación)			

Tiene miedos difusos, es decir, sin saber bien a que			
A veces tiene ataques de pánico			
Se siente muy inseguro de sí mismo			
Se siente inferior a los demás			
Nota una cierta sensación de vacío interior			
Se nota distinto, como si estuviese perdiendo su propia Identidad			
Está triste, pensativo, melancólico			
Teme perder el control de sí mismo y hacer daño a otras Personas			
Teme no controlarse y llegar a suicidarse			
Le asusta o le da mucho miedo la muerte			
Le da miedo pensar en la posibilidad de volverse loco			
Tiene la sensación de que ocurrirá alguna desgracia, como un presentimiento			
Se siente muy cansado, desinteresado, sin ganas de hacer nada			
Le cuesta tomar una decisión			
Es Ud. Una persona desconfiada			
SUMA			

SINTOMAS DE CONDUCTA	**SI**	**NO**	**INTENSIDAD**
Está siempre alerta, como vigilando o en guardia			
Está irritable, excitable, responde exageradamente a los estímulos externos			
Rinde menos en sus actividades habituales			

Le resulta difícil o penoso realizar sus actividades habituales			
Se mueve de un lado para otro, como agitado, sin motivo			
Cambia mucho de postura, por ejemplo, cuando está sentado			
Se nota más torpe en sus movimientos o más rígido			
Gesticula mucho			
A cambiado su voz, ha notado altos y bajos en su tono de voz			
Tiene tensa la mandíbula			
Tartamudea o le cuesta hablar			
Se muerde las uñas, se chupa el dedo o se los frota			
Juega mucho con los objetos, necesita tener algo entre las manos (bolígrafos, etc.)			
A veces se queda bloqueado, sin saber qué hacer ni decir			
Le cuesta mucho o no está dispuesto para realizar una actividad intensa			
Muchas veces tiene la frente fruncida			
Tiene los párpados tensos o las cejas arqueadas hacia abajo			
Tiene expresión de perplejidad, desagrado o preocupación			
Le dicen que está inexpresivo, como con la cara "congelada"			
Le irritan mucho los ruidos intensos o inesperados			
SUMA			

SINTOMAS COGNITIVOS	SI	NO	INTENSIDAD
Está preocupado acerca del futuro, le ve el lado negro de las cosas, es Ud. Pesimista			
Piensa que tiene mala suerte y siempre la tendrá			
Cree que no sirve para nada, que no sabe hacer nada Correctamente			
Los demás dicen que no es justo en sus juicios y apreciaciones			
Tiene problemas para concentrarse			
Nota como si le fallase la memoria, le cuesta recordar cosas recientes			
Le cuesta recordar cosas que se supone que las tiene que saber, o se supone que las ha aprendido hace tiempo			
Está confundido			
Tiene ideas o pensamientos de los que no se puede librar			
Le da muchas vueltas a las cosas en la mente Se afecta negativamente, por pequeñas cosas o noticias			
Utiliza términos extremos: inútil, imposible, nunca, jamás, siempre, etc.			
Hace juicios rígidos e intolerantes sobre los demás: inútil, odioso, etc.			
Piensa más en lo negativo que en lo positivo de las cosas			
Le cuesta pensar, nota un cierto bloqueo intelectual			
Un pequeño detalle que sale mal lo lleva a decir que todo es caótico			
Piensa que su vida no ha valido la pena, que todo ha sido injusticias y dolor			

Pensar en algo angustioso lo lleva a pensamientos más angustiosos todavía			
Cuando piensa en una situación difícil, cree que no podrá superarla			
Cree que su única solución es un cambio radical			
SUMA			

SINTOMAS ASERTIVOS	**SI**	**NO**	**INTENSIDAD**
A veces no sabe qué decir ante ciertas personas			
Le cuesta mucho iniciar una conversación			
Le resulta difícil presentarse a sí mismo en una reunión social			
Le cuesta mucho decir "no" o mostrarse en desacuerdo con algo			
Intenta agradar a todo el mundo y siempre sigue la corriente general.			
Le resulta difícil hablar de temas generales o intrascendentes.			
Se comporta con mucha rigidez, sin naturalidad, en las reuniones sociales.			
Le resulta muy difícil hablar en público, formular y responder preguntas.			
Prefiere la soledad a estar con desconocidos.			
Se nota muy pasivo o bloqueado en reuniones sociales			
Le cuesta expresar a los demás sus verdaderas opiniones y sentimientos			
Intenta dar a los demás una imagen de sí mismo distinta a la real.			

Está muy pendiente de lo que los demás puedan opinar de usted.			
Se siente a menudo avergonzado ante los demás			
Prefiere pasar desapercibido en las reuniones sociales			
Le resulta difícil terminar una conversación difícil o comprometida			
Tiene sentido del humor frente a situaciones tensas			
Está muy pendiente de lo que hace en presencia de personas que no conoce mucho			
Prefiere no discutir ni quejarse, aunque siente que tiene razón			
Se avergüenza o incomoda por cosas que hacen los demás ("vergüenza ajena")			
SUMA			

TOTAL:

ANEXO 2. ESCALA DE ESTRÉS PERCIBIDO (EEP-10 C) DE COHEN, KMARCK Y MERMELSTEIN

(Adaptación de Adalberto Campo Arias, 2020)

Edad: Sexo:

Rodee con un círculo el número que mejor represente desde su percepción de acuerdo a cada ítem.

Nunca (0) Casi Nunca (1) De vez en cuando (2) Casi Siempre (3) Siempre (4)

ITEMS	Nunca	Casi Nunca	De vez en cuando	Casi Siempre	Siempre
Me he sentido afectado como si algo grave fuera a ocurrir inesperadamente con la epidemia	0	1	2	3	4
Me he sentido que soy incapaz de controlar las cosas importantes de mi vida por la epidemia	0	1	2	3	4
Me he sentido nervioso o estresado por la epidemia	0	1	2	3	4
He estado seguro sobre mi capacidad para manejar mis problemas personales relacionados con la epidemia	4	3	2	1	0
He sentido que las cosas van bien (optimista) con la epidemia	4	3	2	1	0
Me he sentido incapaz de afrontar las cosas que tengo que hacer para el control de la posible infección	0	1	2	3	4
He sentido que puedo controlar las dificultades que podrían aparecer en mi vida por la infección	4	3	2	1	0
He sentido que tengo todo controlado en relación con la epidemia	4	3	2	1	0
Me he estado molesto porque las cosas relacionadas con la epidemia están fuera de mi control	0	1	2	3	4

He sentido que las dificultades se acumulan en estos días de la epidemia y me siento incapaz superarlas	0	1	2	3	4

ANEXO 3. ESCALA DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH (VERSION ADULTOS)

EDAD……. SEXO……

Marque con una Aspa (X) debajo de V o F, de acuerdo a los siguientes criterios:

V: cuando la frase SI coincide con su forma de ser o pensar

F: si la frase No coincide con su forma de ser o pensar

Nº	FRASE DESCRIPTIVA	V	F
1	Usualmente las cosas no me molestan		
2	Me resulta difícil hablar frente a un grupo		
3	Hay muchas cosas de mi que cambiaría si pudiese		
4	Puedo tomar decisiones sin mayor dificultad		
5	Soy muy divertido (a)		
6	Me altero fácilmente en casa		
7	me toma mucho tiempo acostumbrarme a cualquier cosa nueva		
8	Soy popular entre las personas de mi edad		
9	Generalmente mi familia considera mis sentimientos		
10	Me rindo fácilmente		
11	Mi familia espera mucho de mí		
12	Es bastante difícil ser "Yo mismo"		
13	Me siento muchas veces confundido		
14	La gente usualmente sigue mis ideas		
15	Tengo una pobre opinión acerca de mí mismo		
16	Hay muchas ocasiones que me gustaría irme de mi casa		
17	Frecuentemente me siento descontento con mi trabajo		
18	No estoy tan simpático como mucha gente		
19	Si tengo algo que decir, usualmente lo digo		

20	Mi familia me comprende		
21	Muchas personas son más preferidas que yo		
22	Frecuentemente siento como si mi familia me estuviera presionando		
23	Frecuentemente me siento desalentado con lo que hago		
24	Frecuentemente desearía ser otra persona		
25	No soy digno de confianza		

ANEXO 4. ESCALA DE RESILIENCIA (ER) DE WARNILD Y YOUNG

EDAD: SEXO:

A continuación, se presentó una serie de afirmaciones referidas a diferentes aspectos de tu vida, tendrás que leer cada una de ellas y encerrar con un círculo que tan de acuerdo o desacuerdo estas con ellas. Recuerde que no hay respuesta correctas o incorrectas.

Totalmente en desacuerdo (1) Desacuerdo (2) Algo en desacuerdo (3) Ni en acuerdo ni en desacuerdo (4) Algo de acuerdo (5) Acuerdo (5) Acuerdo (6) Totalmente de acuerdo (7)

	ITEMS	**En desacuerdo**						**De acuerdo**
1	Cuando planeo algo lo realizo	1	2	3	4	5	6	7
2	Frente a un problema generalmente me las arreglo de una manera u otra manera.	1	2	3	4	5	6	7
3	Dependo más de mí mismo más que de otras personas	1	2	3	4	5	6	7
4	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas	1	2	3	4	5	6	7
5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo	1	2	3	4	5	6	7
6	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida	1	2	3	4	5	6	7
7	Usualmente veo las cosas a largo plazo	1	2	3	4	5	6	7
8	Soy amigo de mis mismo	1	2	3	4	5	6	7
9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo	1	2	3	4	5	6	7
10	Soy decidido	1	2	3	4	5	6	7
11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo	1	2	3	4	5	6	7

12	Tomo las cosas una por una	1	2	3	4	5	6	7
13	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente	1	2	3	4	5	6	7
14	Tengo autodisciplina	1	2	3	4	5	6	7
15	Me mantengo interesado en las cosas	1	2	3	4	5	6	7
16	Por lo general encuentro algo de que reírme	1	2	3	4	5	6	7
17	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles	1	2	3	4	5	6	7
18	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar	1	2	3	4	5	6	7
19	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras	1	2	3	4	5	6	7
20	Algunas veces me obligo hacer cosas, aunque no quiera	1	2	3	4	5	6	7
21	Mi vida tiene significado	1	2	3	4	5	6	7
22	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada	1	2	3	4	5	6	7
23	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida	1	2	3	4	5	6	7
24	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer	1	2	3	4	5	6	7
25	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado	1	2	3	4	5	6	7

ANEXO
MATRIZ DE DATOS

ANEXO Nº5

MATRIZ DE DATOS

ANSIEDAD, ESTRÉS, AUTOESTIMA, RESILIENCIA

Sujeto	Sexo	Edad	Síntomas Físicos	Síntomas Psíquicos	Síntomas Conductuales	Síntomas Cognitivos	Síntomas Asertivos	Nivel de ansiedad	Estrés COVID	Nivel de Estrés	Asimismo, general	Social	Familiar	Nivel de Autoestima	Satisfacción personal	Ecuanimidad	Sentirse bien solo	Confianza en sí mismo	Perseverancia	Resiliencia total
1	F	47	G	G	MG	MG	MG	MG	38	E G	AMB	AMB	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB	RB
2	F	49	G	G	MG	MG	MG	MG	38	E G	AMB	AMA	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB	RB
3	F	46	MG	MG	G	MG	MG	MG	31	E G	AB	AMA	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB	RB
4	F	48	G	MG	G	MG	MG	MG	34	E G	AB	AA	AM	AB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB	RB
5	M	50	G	MG	G	MG	MG	MG	35	E G	AB	AMA	AB	AB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB	RB
6	M	55	M	L	M	L	L	M	19	E L	AMA	AMA	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RA	RB	RB
7	M	60	G	M	L	L	M	M	25	E M	AMB	AMA	AM	AMB	RMB	RMB	RMB	RA	RB	RB
8	M	45	M	M	M	M	M	M	21	E M	AMA	AMB	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RA	RB	RB

9	M	35	M	M	M	M	M	M	21	E M	AMA	AMB	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB	RB
10	M	40	M	M	M	M	M	M	23	E M	AMB	AMA	AB	AMB	RMB	RA	RB	RMB	RB	RB
11	F	20	G	M	M	G	M	G	32	E G	AMB	AMA	AB	AMB	RMB	RMB	RARMB	RA	RB	RB
12	F	20	G	MG	G	G	MG	MG	31	E G	AMB	AB	AB	AB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB	RB
13	F	28	M	MG	G	G	M	G	27	E M	AMB	AMB	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB	RB
14	M	46	M	G	G	G	M	G	27	E M	AMB	AMA	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB	RB
15	F	33	M	G	G	G	M	G	27	E M	AMB	AMB	AB	AMB	RMB	RA	RMB	RMB	RB	RB
16	F	35	M	G	G	G	M	G	27	E M	AMB	AMA	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RA	RB	RB
17	F	36	M	G	G	G	M	G	28	E M	AMA	AMB	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RA	RB	RB
18	F	40	M	G	G	G	M	G	28	E M	AMB	AMA	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB	RB
19	F	36	M	G	G	G	M	G	28	E M	AMB	AMA	AB	AMB	RMB	RA	RMB	RMB	RB	RB
20	F	40	M	G	G	G	M	G	28	E M	AMB	AMA	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RA	RB	RB
21	F	42	M	G	G	G	M	G	30	E G	AMA	AMB	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB	RB
22	F	37	M	G	G	G	M	G	30	E G	AMB	AMA	AB	AMB	RMB	RMB	RA	RA	RB	RB
23	F	39	M	G	G	G	M	G	30	E G	AMB	AMA	AB	AMB	RMB	RA	RMB	RMB	RB	RB
24	F	38	M	G	G	G	M	G	30	E G	AMA	AB	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB	RB
25	F	43	M	G	G	G	M	G	31	E G	AMB	AMB	AB	AMB	RMB	RMB	RA	RA	RB	RB

26	F	44	G	MG	G	G	G	G	34	E G	AMA	AMB	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RA	RB	RB
27	F	33	G	MG	G	G	G	G	35	E G	AMB	AMB	AB	AMB	RA	RMB	RMB	RA	RB	RB
28	F	32	MG	MG	MG	MG	MG	MG	33	E G	AMB	AMB	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB	RB
29	F	40	G	G	MG	MG	MG	MG	30	E G	AB	AMA	AB	AB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB	RB
30	F	44	G	G	MG	MG	MG	MG	32	E G	AB	AMB	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RA	RB	RB
31	F	35	G	G	MG	MG	G	MG	37	E G	AMB	AA	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB	RB
32	F	36	G	G	MG	MG	MG	MG	39	E G	AMB	AMB	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB	RB
33	F	45	G	G	M	MG	M	G	31	E G	AMB	AMB	AB	AMB	RA	RMB	RMB	RMB	RB	RB
34	F	37	G	G	M	MG	M	G	31	E G	AMB	AMA	AB	AMB	RA	RMB	RMB	RA	RB	RB
35	F	33	G	G	M	MG	L	G	31	E G	AMB	AMA	AB	AMB	RA	RA	RMB	RMB	RB	RB
36	F	44	G	G	M	MG	L	G	32	E G	AMA	AMA	AB	AMB	RA	RMB	RA	RMB	RB	RB
37	F	45	G	G	M	MG	M	G	32	E G	AMB	AMB	AB	AMB	RA	RMB	RMB	RMB	RB	RB
38	F	35	G	G	M	MG	L	G	32	E G	AMB	AMA	AB	AMB	RA	RMB	RMB	RMB	RB	RB
39	F	33	MG	MG	G	MG	MG	MG	38	E G	AMB	AB	AB	AB	RA	RMB	RA	RMB	RB	RB
40	F	37	MG	MG	G	MG	M	MG	35	E G	AMB	AMA	AB	AMB	RA	RMB	RMB	RA	RB	RB
41	F	40	G	MG	G	MG	M	G	35	E G	AMB	AMA	AB	AMB	RMB	RMB	RMB	RA	RB	RB

42	F	39	MG	MG	G	MG	M	MG	36	E G	AMA	AB	AB	AMB	RA	RMB	RMB	RMB	RB	RB
43	F	39	G	MG	G	MG	MG	MG	35	E G	AMB	AMA	AB	AMB	RA	RMB	RMB	RMB	RB	RB
44	F	38	G	MG	G	MG	MG	MG	34	E G	AMB	AMA	AB	AMB	RA	RMB	RMB	RA	RB	RB
45	F	37	G	MG	G	MG	MG	MG	30	E G	AB	AMA	AB	AB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB	RB
46	F	42	N	MG	G	MG	N	M	18	E L	AMA	AMB	AB	AMB	RA	RA	RMB	RMB	RB	RMB
47	F	44	N	N	N	N	M	N	11	N E	AMA	AA	AM	AMA	RA	RA	RMB	RA	RB	RMB
48	F	43	N	N	N	N	N	N	9	N E	AMA	AMA	AB	AMA	RA	RA	RA	RMB	RB	RMB
49	F	45	N	N	N	N	N	M	18	E L	AMB	AMA	AB	AMB	RA	RMB	RA	RMB	RB	RMB
50	F	38	L	N	N	N	M	L	14	E L	AMA	AMB	AB	AMAB	RA	RMB	AMB	RMB	RB	RMB
51	F	44	L	M	L	L	M	L	14	E L	AMA	AMA	AB	AMAB	RA	RA	RA	RA	RB	RMB
52	M	45	G	L	L	L	M	M	23	E M	AMB	AMA	AB	AMB	RA	RA	RMB	RA	RB	RMB
53	M	39	M	M	L	L	L	M	19	E L	AMB	AMA	AB	AMB	RA	RA	RA	RA	RB	RMB
54	M	36	M	L	M	M	M	M	25	E M	AMB	AMA	AB	AMB	RA	RA	RMB	RMB	RB	RMB
55	M	38	M	M	M	M	M	M	21	E M	AMB	AMB	AB	AMB	RA	RMB	RA	RA	RB	RMB
56	M	33	M	M	M	M	M	M	22	E M	AMB	AMB	AB	AMB	RA	RMB	RA	RA	RB	RMB

57	M	32	G	M	M	M	M	M	25	E M	AMB	AMB	AB	AMB	RA	RMB	RMB	RMB	RB	RMB
58	M	40	L	M	M	M	M	M	18	E L	AMB	AMA	AB	AMB	RA	RMB	RMB	RA	RB	RMB
59	M	41	N	N	N	N	N	N	7	N E	AMB	AMA	AM	AMA	RA	RA	RMB	RMB	RB	RMB
60	M	40	N	N	N	N	N	N	8	N E	AMB	AMA	AB	AMA	RA	RMB	RMB	RA	RB	RMB
61	M	35	N	M	N	M	N	N	12	N E	AMB	AMA	AA	AMA	RA	RA	RMB	RA	RB	RMB
62	M	37	M	G	M	G	M	G	26	E M	AMB	AMA	AB	AMB	RA	RA	RMB	RA	RB	RMB
63	M	36	N	N	N	N	L	L	12	N E	AMB	AMA	AA	AA	RA	RA	RA	RA	RB	RA
64	M	42	N	N	N	N	N	N	6	N E	AMA	AMB	AM	AMA	RA	RA	RA	RA	RB	RA
65	M	43	N	N	N	N	N	N	7	N E	AMA	AMA	AM	AMA	RA	RA	RA	RA	RB	RA
66	M	32	N	N	N	N	L	L	12	N E	AA	AMA	AM	AA	RA	RA	RA	RA	RB	RA
67	M	36	L	L	L	M	L	L	14	E L	AMA	AMA	AA	AA	RA	RA	RA	RA	RB	RA
68	M	32	MG	MG	MG	MG	MG	MG	37	E G	AB	AMB	AM	AB	RMB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB
69	M	44	MG	MG	MG	MG	MG	MG	36	E G	AMB	AA	AB	AB	RMB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB
70	M	31	G	M	M	M	M	M	23	E M	AMB	AA	AB	AMB	RA	RMB	RA	RMB	RMB	RB

71	M	31	M	M	M	M	M	M	25	E M	AMB	AA	AM	AMB	RA	RMB	RMB	RA	RMB	RB
72	M	31	G	MG	MG	M	M	G	34	E G	AMB	AMB	AB	AMB	AMB	RMB	RMB	RMB	RMB	RB
73	M	35	N	N	N	M	M	N	10	N E	AMA	AMA	AB	AMA	RA	RA	RMB	RA	RMB	RMB
74	M	37	N	N	N	L	L	N	10	N E	AMA	AMA	AB	AMA	RA	RA	RMB	RA	RMB	RMB
75	M	38	N	N	N	M	M	N	11	N E	AMA	AMA	AB	AMA	RA	RMB	RA	RMB	RMB	RMB
76	M	39	N	N	N	N	N	G	26	E M	AMA	AMB	AB	AMB	RA	RMB	RA	RA	RMB	RMB
77	M	39	L	M	L	M	M	L	15	E L	AMA	AMA	AB	AMB	RA	RA	RA	RMB	RMB	RMB
78	F	19	L	M	L	M	M	L	15	E L	AMB	AMA	AB	AMB	RMB	RA	RMB	RA	RMB	RMB
79	F	20	G	M	L	M	M	M	23	E M	AMB	AMB	AB	AMB	RMB	RA	RMB	RA	RMB	RMB
80	F	22	M	M	M	M	M	M	25	E M	AMA	AMA	AB	AMB	RA	RMB	RA	RA	RMB	RMB
81	F	19	N	M	M	L	L	L	15	E L	AMB	AMA	AB	AMB	RA	RA	RA	RMB	RMB	RMB
82	F	25	L	M	M	M	M	M	18	E L	AMA	AMA	AB	AMB	RA	RA	RA	RMB	RMB	RMB
83	F	26	L	M	M	M	M	M	18	E L	AMA	AMB	AM	AMB	RA	RMB	RA	RMB	RMB	RMB
84	F	48	M	G	M	G	M	G	26	E M	AMA	AMA	AB	AMB	RA	RA	RMB	RMB	RMB	RMB
85	M	48	M	G	M	G	M	G	27	E M	AMB	AMA	AB	AMB	RA	RMB	RMB	RA	RMB	RM

86	M	46	M	G	M	G	M	G	27	E M	AMA	AMB	AM	AMB	RA	RMB	RA	RA	RMB	RM
87	M	46	N	N	N	N	L	N	11	N E	AMA	AMA	AM	AMA	RA	RMB	RA	RA	RMB	RM
88	M	47	N	N	N	N	N	N	8	N. E	AMA	AMA	AB	AMA	RA	RMB	RA	RA	RMB	RM
89	M	24	N	M	N	M	N	N	11	N E	AMB	AMA	AM	AMA	RA	RA	RA	RMB	RMB	RM
90	M	24	N	M	N	M	N	N	12	N E	AMA	AMA	AM	AMA	RA	RMB	RMB	RA	RMB	RM
91	M	39	N	N	N	N	N	N	6	N E	AMA	AMA	AB	AMA	RA	RMB	RMB	RA	RMB	RA
92	M	25	N	N	N	N	N	N	9	N E	AMA	AA	AM	AMA	RA	RA	RA	RA	RMB	RA
93	M	21	N	N	N	N	N	L	12	N E	AA	AMA	AM	AA	RA	RA	RA	RA	RMB	RA
94	M	19	N	N	N	N	N	L	13	N E	AA	AMB	AM	AA	RA	RA	R	RMB	RMB	RA
95	M	20	N	N	N	N	N	N	6	N E	AMA	AMA	AB	AMA	RA	RA	RA	RA	RMB	RA
96	M	25	L	L	L	L	M	L	14	E L	AMA	AMA	AA	AL	RA	RA	RA	RA	RMB	RA
97	M	25	L	L	L	L	M	L	14	E L	AA	AMB	AMA	AL	RA	RA	RA	RA	RMB	RA
98	M	23	L	L	L	L	L	L	13	N E	AA	AMA	AM	AL	RA	RA	RA	RA	RMB	RA
99	M	20	L	L	L	L	L	L	14	E L	AA	AMA	AM	AL	RA	RA	RA	RA	RMB	RA
100	M	26	L	L	L	L	L	L	14	E L	AMA	AMA	AA	AL	RA	RA	RA	RA	RMB	RA

Cuadro explicativo de la matriz de datos.

Sexo	**Ansiedad**	**Estrés**	**Autoestima**	**Resiliencia**
F = Femenino M = Masculino	MG = Muy Grave G = Grave M = Moderada L = Ligera N = Normal	EG = Estrés Grave EL = Estrés Leve EM = Estrés Moderado NE = No Estrés	AMB = Autoestima media- baja AB = Autoestima Baja AMA = Autoestima media-alta AA =Autoestima Alta	RMB = Resiliencia Media RA = Resiliencia Alta RB = Resiliencia Baja