

Niveles de ansiedad durante el examen de egreso a la licenciatura en estudiantes de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo

Anxiety levels during the bachelor's exit exam among students of the Autonomous University of the State of Hidalgo

Gisela Pacheco Zamarripa ^a, Gelacio Guzmán Díaz ^b, Jesús Cisneros Herrera ^c, Antonia Y. Iglesias Hermenegildo ^d, Edgar Eduardo Montes Castro ^e.

Abstract:

Anxiety is a disorder that many young people experience currently in the school environment. One of the causes that generates anxiety in students is the pressure to take an exam. The objective of the present research was to know the levels of anxiety experienced by students of the Autonomous University of the State of Hidalgo while taking the General Graduate Exit Examination (EGEL). A non-experimental study with a descriptive scope was carried out. Seventy-five students were selected by convenience; their age varied from 22 to 39 years. A specific sociodemographic questionnaire and the State-Trait Anxiety Inventory were applied. The results obtained are discussed in relation to the sociodemographic variables.

Keywords:

Anxiety, students, exam.

Resumen:

La ansiedad es un trastorno que en la actualidad la experimentan muchos jóvenes en el ámbito escolar. Una de las causas que genera ansiedad en los estudiantes es la presión de presentar un examen. El objetivo de la presente investigación fue conocer los niveles de ansiedad que presentan los estudiantes de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo al aplicar el Examen General de Egreso a la Licenciatura (EGEL). Se realizó un estudio no experimental con alcance de tipo descriptivo. Participaron 75 estudiantes seleccionados en un muestreo por conveniencia; sus edades se encontraron en el rango de 22 a 39 años. Se aplicó un cuestionario sociodemográfico específico y el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado. Los resultados obtenidos se discuten en relación con las variables sociodemográficas.

Palabras Clave:

Ansiedad, estudiantes, examen.

Introducción

En la actualidad, la ansiedad es un trastorno que enfrentan miles de personas, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2023), un 4% de la población mundial padece actualmente un trastorno de ansiedad. En 2019, 301 millones de personas en el

mundo tenían un trastorno de ansiedad, por lo que la ansiedad se convierte en uno de los más comunes de todos los trastornos mentales. En México tres de cada 10 personas padecen algún trastorno mental a lo largo de su vida y más del 60 por ciento de la población que sufre alguno de ellos no recibe tratamiento (Robledo, 2023). De

^a Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Escuela Superior de Atotonilco de Tula | Atotonilco de Tula | Hidalgo | México, <https://orcid.org/0009-0009-6703-1788>, Email: pa421675@uaeh.edu.mx

^b Autor de Correspondencia, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Escuela Superior de Atotonilco de Tula | Atotonilco de Tula | Hidalgo | México, <https://orcid.org/0000-0003-4869-8658>, Email: gelacio_guzman@uaeh.edu.mx

^c Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Escuela Superior de Atotonilco de Tula | Atotonilco de Tula | Hidalgo | México, <https://orcid.org/0000-0003-1370-8086>, Email: jesus_cisneros@uaeh.edu.mx

^d Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Instituto de Ciencias de la Salud | San Agustín Tlaxiaca | Hidalgo | México, <https://orcid.org/0000-0002-4922-3884>, Email: antonia_iglesias5284@uaeh.edu.mx

^e Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Escuela Superior de Atotonilco de Tula | Atotonilco de Tula | Hidalgo | México, <https://orcid.org/0000-0001-7997-1149>, Email: edgar_montes@uaeh.edu.mx

Fecha de recepción: 06/08/2024, Fecha de aceptación: 14/03/2025, Fecha de publicación: 05/07/2025

acuerdo con la Comisión Nacional de Salud Mental y Adicciones (Conasama) y con base en datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) en México el 19.3% de la población adulta presenta ansiedad grave y más del 30% presentan ansiedad moderada (Salud, 2024).

La ansiedad se define como un conjunto de respuestas fisiológicas, cognitivas y de comportamiento que surgen como un mecanismo de defensa para ayudar al individuo a enfrentar una situación de peligro, está compuesta por dos tipos de reacción, el afectivo, que implica sentimientos y emociones básicas; y el perceptivo que involucra las sensaciones corporales o psicomotoras que percibimos del entorno (Ramos, 2021). Respecto a las respuestas fisiológicas de la ansiedad, estas se manifiestan como problemas digestivos, problemas respiratorios, sudoración, tensión muscular. A nivel cognitivo el individuo puede presentar temor, preocupación, problemas de concentración, pensamientos negativos de futuras escenas catastróficas. Con relación a las respuestas de comportamiento, se pueden presentar problemas al hablar (tartamudeo), tics, morderse las uñas, ingesta de alimentos de manera compulsiva, escapar de lugares o situaciones sin razón aparente, entre otros comportamientos. De acuerdo con el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (2014), la ansiedad es una respuesta anticipatoria a una amenaza futura y se manifiesta a través de comportamientos cautelosos o evitativos.

Para González (2015), la ansiedad puede presentarse en diversos contextos, por ejemplo; al realizar exámenes, hablar en público, entrevistas de trabajo o situaciones de peligro y los síntomas que se pueden presentar durante estas situaciones son pánico, inquietud, rigidez muscular, palpitations frecuentes, preocupación o sudoración excesiva. De acuerdo con Furlan (2006), la ansiedad se clasifica en dos tipos "rasgo" y "estado". El primero hace referencia a reaccionar constantemente de manera ansiosa ante ciertas situaciones. El segundo es una respuesta efímera que involucra la experiencia subjetiva, la activación fisiológica, y la conducta manifiesta.

La ansiedad se puede presentar en cualquier etapa de la vida, en especial en la juventud, ya que es una etapa donde se adquieren nuevas responsabilidades, se forjan nuevas metas respecto a un mejor futuro en todas las áreas de la vida, por lo que la presión personal y social aumenta. Los trastornos de ansiedad por lo general se presentan más en los universitarios, ya que es un periodo en el que se encuentran en constante desarrollo, la toma de decisiones se vuelve más compleja, así como la

construcción de su identidad como persona (Gutiérrez, 2021). En el ambiente universitario los estudiantes son sometidos a diversas exigencias, como la aprobación de diversos exámenes, realización de proyectos, desarrollar nuevas competencias y habilidades con el fin de obtener un desarrollo profesional, todo lo anterior aunado a la presión familiar o social, problemas económicos, consumo de sustancias nocivas para la salud, malos hábitos sexuales, pueden causar un deterioro en la salud mental y generar un problema de ansiedad o depresión (Arrieta et al., 2014).

Diversos estudios han explorado la población universitaria en relación con la presencia de ansiedad. Por ejemplo, Arbildo et al. (2014), en un estudio descriptivo-transversal, determinaron los niveles de ansiedad en los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres en Perú, con una muestra de 59 alumnos, usando como instrumento el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE). A partir de los resultados es posible observar que el 3,39% de los estudiantes presentan un nivel bajo, el 49,15% medio y el 47,46% alto en los niveles de ansiedad-estado. En lo que respecta a los niveles de ansiedad-rasgo el 3,39% de la muestra obtuvo un puntaje bajo, 45,76% medio y el 50,85% alto. De acuerdo con los resultados obtenidos los autores determinaron que no existe diferencia entre el sexo y los niveles ansiedad-estado y ansiedad-rasgo, así mismo se determinó que los alumnos de Odontología presentan altos niveles de ansiedad, por lo que recomiendan planificar estrategias psicoeducativas para prevenir y tratar los niveles de ansiedad.

Arrieta et al. (2014) en un estudio transversal estudiaron la asociación entre síntomas depresivos y ansiosos con factores sociodemográficos, académicos, conductuales y familiares. La muestra estuvo compuesta por 973 estudiantes universitarios de Cartagena, Colombia. Los autores utilizaron un instrumento anónimo de autorreporte que incluyó: variables sociodemográficas (sexo, edad, estrato socioeconómico), el cuestionario Goldberg (E.A.D.G) para medir ansiedad y depresión, el APGAR familiar para determinar la función familiar, además de otras preguntas que indagaban por factores asociados. En los resultados se observó que el 76,2% de la muestra presenta síntomas ansiosos y el 74,4% síntomas depresivos. Los factores relacionados con síntomas ansiosos fueron: dificultades económicas, problemas familiares y consumo de alcohol; los factores relacionados con síntomas depresivos fueron: problemas familiares, dificultades económicas, ansiedad y antecedentes familiares de ansiedad o depresión. Respecto al sexo, fueron las mujeres quienes

presentaron más síntomas positivos de ansiedad y depresión.

En otro estudio Balanza et al. (2009) analizaron la prevalencia de trastornos de ansiedad y depresión, factores académicos y sociofamiliares asociados en estudiantes universitarios. Se utilizó una muestra de 700 alumnos, a los que se les aplicó la Escala de Ansiedad y Depresión de Goldberg (EADG). Los resultados mostraron que el 47,1% de los estudiantes sufría trastorno de ansiedad y el 55,6% depresión, siendo el sexo femenino quienes presentan mayor riesgo de ansiedad y depresión. Se puede determinar que los universitarios de titulaciones de Ciencias de la Salud, Ciencias Jurídicas y de la Empresa en la UCAM pueden ser los que tienen una mayor probabilidad de sufrir procesos de ansiedad-depresión, debido a que tienen que realizar prácticas curriculares extra universitarias en centros sanitarios lo que se puede considerar como una situación estresante.

Con base en los estudios anteriores se puede inferir que el proceso universitario conlleva diversos factores que puede llevar a los jóvenes a desarrollar ansiedad, uno de los principales es la realización de exámenes. La ansiedad que provoca un examen es una situación que se presenta frecuentemente, en especial en la población escolar, dicha población se ve afectada por la presión familiar y social con el fin de obtener un buen resultado para comprobar su conocimiento y éxito académico (Rosario et al., 2008).

La ansiedad que produce un examen en los alumnos puede deberse a diversos factores como, el rasgo de ansiedad del sujeto, es decir, si su carácter es más o menos influenciado por la ansiedad, la importancia de la prueba, si es una prueba ordinaria que puedes repetir o un examen final, la presión por el tiempo, antecedentes de malas experiencias, miedo al fracaso o la sobre exigencia familiar (Bausela, 2005). Cada alumno percibe de diferente manera la situación de presentar una evaluación, dependiendo de sus factores personales y situacionales. Por ejemplo, si tiene dominio del tema o realizó un estudio previo, de esto puede depender si sentirá ansiedad o no al realizar el examen. Si para el alumno el presentar un examen le parece una situación amenazadora el nivel de ansiedad y de preocupación será mayor (Rosario et al., 2008).

La ansiedad ante los exámenes ha sido muy estudiada en los diferentes niveles educativos, por ejemplo, Freire et al. (2019) realizaron un estudio en el que determinaron cuáles eran las materias que generaban mayor ansiedad antes los exámenes en estudiantes de primaria, así

mismo analizaron las diferencias en los niveles de ansiedad ante los exámenes en función del curso académico y del género. La muestra estuvo compuesta por 250 alumnos, de los cuales el 54.4% eran mujeres y el 45.6%, varones. Los resultados que se obtuvieron indican que las materias relacionadas con el ámbito científico son las que generan mayor ansiedad. Y los alumnos de los cursos de quinto y sexto son los que presentaron niveles de ansiedad más altos, sin mostrar diferencias en cuanto al género. Los autores recomiendan implementar medidas psicoeducativas para reducir o eliminar la ansiedad ante los exámenes en la Educación Primaria.

Sairitupac et al. (2020) realizaron un estudio cuantitativo con el objetivo de comparar los niveles de ansiedad ante los exámenes de dos grupos de quinto grado de secundaria de diferentes Instituciones Educativas Privadas de Lima, Perú. La muestra estuvo compuesta por 400 estudiantes de entre 16 y 18 años y el instrumento que se utilizó fue el cuestionario de evaluación de problemas de ansiedad ante los exámenes (CAEX). Los resultados indicaron que los estudiantes de la institución educativa privada 1, el 29% de la muestra presenta nivel leve, el 70% presenta nivel moderado y el 1% presenta nivel grave, en cuanto a la institución educativa privada 2, el 1.5% presentó nivel leve, el 71.5% presentó nivel moderado y el 27% presentó nivel grave de la variable ansiedad ante los exámenes. La ansiedad ante las evaluaciones impacta en el rendimiento académico de los estudiantes, creando frustración y miedo, lo que puede alterar su estabilidad emocional.

Piemontesi et al. (2012) en su estudio exploraron las diferencias de los estilos de afrontamiento ante el estrés académico y la ansiedad ante los exámenes. La muestra estuvo conformada por 816 estudiantes universitarios. El instrumento que se utilizó fue el inventario alemán de ansiedad frente a los exámenes y el R-COPE para estudiar los estilos de afrontamiento ante estrés académico. Los resultados indicaron que los estudiantes más ansiosos se caracterizan por los estilos de autculpa rumiación auto focalizada y los menos ansiosos por aproximación y acomodación, esto quiere decir que los estudiantes más ansiosos utilizan estrategias de afrontamiento menos adaptativas. También se obtuvo que la preocupación es el principal componente motivacional de la ansiedad frente a los exámenes debido a la preocupación de fracasar.

En México uno de los exámenes de mayor importancia durante el proceso universitario es el Examen General de Egreso a la Licenciatura (EGEL), el cual es aplicado por el Centro Nacional de Evaluación para la Educación

Superior (CENEVAL), es una institución que se encarga de realizar exámenes para comprobar que cada egresado cuente con los conocimientos básicos, y las habilidades necesarias que requiere cada programa educativo (Gago, 2000). Al terminar de cursar la carga académica correspondiente a cada programa educativo, los egresados deben presentar el examen antes mencionado, que debido a la complejidad y el valor que representa se puede considerar como un factor de riesgo para generar ansiedad en los universitarios, ya que es un requisito necesario para obtener el título de la carrera.

Respecto a este examen no se encontraron estudios relacionados con la ansiedad y el EGEL, pero si relacionado con otras variables, por ejemplo, el estudio de Rivera y Romero, (2018) donde analizaron cómo perciben los estudiantes su nivel de preparación para aprobar dicho examen, así como los procesos cognitivos que pueden influir en su desempeño académico, la muestra estuvo compuesta por 63 egresados de la Licenciatura en Psicología de la Benemérita Universidad de Guadalajara. Los resultados indicaron que los factores de riesgo para no aprobar el examen son la falta de conocimiento, la sensación de preparación, la ansiedad y el estrés que representa la aplicación del examen; Y el estudio de García, Bustos y Luquín (2004) en el cual exploran la eficacia de la realidad virtual, combinada con técnicas cognoscitivo-conductuales para el manejo del estrés antes y durante la aplicación del EGEL, la muestra estuvo compuesta por n 26 estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad de Colima, México. Llegaron a la conclusión que la percepción en escenarios virtuales que generan estrés permite realizar una autoevaluación psicofisiológica y entrenamiento cognitivo-conductual en el manejo del estrés con estresores académicos. Debido a la falta de estudios sobre la relación entre la ansiedad y el EGEL surge el objetivo de esta investigación, el cual es, conocer los niveles de ansiedad que presentan los estudiantes al aplicar el Examen General de Egreso a la Licenciatura (EGEL), con la finalidad de que haya más información sobre el tema.

Método

El presente estudio fue de tipo no experimental, que de acuerdo con Sampieri (2014), en este tipo de estudios no se realiza manipulación de las variables, sólo se observan los fenómenos en su ambiente natural para su análisis. La muestra fue seleccionada por conveniencia, compuesta por 76 jóvenes de entre 22 y 39 años de edad de diferentes carreras que presentaron el examen EGEL, el instrumento que se utilizó para medir los niveles de ansiedad fue el Inventario de la Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE). La aplicación del instrumento se realizó en

diferentes momentos, a unos estudiantes se les aplicó antes de comenzar el examen, a otros durante el receso y a unos más al concluir el examen.

El alcance es de tipo descriptivo, ya que no se busca establecer una relación entre las variables, lo que se busca es, especificar propiedades y características del fenómeno observado y describir la tendencia de la población (Sampieri, 2014).

Instrumentos

Cuestionario de datos socio demográficos. Se elaboró un cuestionario sociodemográfico específico, con preguntas abiertas y cerradas para conocer el instituto de procedencia, carrera, edad, sexo, número de intentos de presentar el examen y preparación previa al examen.

Inventario de la Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE). Se utilizó la versión adaptada para la población latinoamericana por Spielberger & Díaz-Guerrero en 1975, (Izquierdo, 2021). El IDARE está compuesto por dos escalas, para medir dos fases distintas de la ansiedad, la ansiedad-rasgo y la ansiedad-estado. La escala A-Rasgo consta de veinte afirmaciones en las que se describe cómo se siente el individuo generalmente. La Escala A-Estado también consiste en veinte afirmaciones, las cuales indican cómo se siente el individuo en un momento dado (Spielberger & Díaz-Guerrero, 1975). Ambas con respuestas en formato tipo Likert. La duración máxima para su aplicación consta de 20 minutos.

Con base al estudio de Spielberger & Díaz-Guerrero (1975) aplicado a estudiantes universitarios y de bachillerato el test IDARE cuenta con una confiabilidad Alfa de Cronbach de .83 a .92 para A-Estado y para A-Rasgo de .54, .46 y .53.

Resultados

La escala IDARE fue aplicada a 76 participantes voluntarios que asistieron a la aplicación del Examen General de Egreso a la Licenciatura. La muestra quedó compuesta por 40 mujeres y 36 hombres entre 22 y 39 años de edad. En la tabla 1 se muestra el instituto y/o escuela del que provenían los participantes, destacando que 16 participantes provenían del programa de medicina, 13 del programa de enfermería y 4 de psicología, programas del área de las ciencias de la salud.

Para la interpretación de los resultados de la escala IDARE se consideran los puntajes obtenidos en la misma, tanto para la ansiedad rasgo como para la ansiedad estado un puntaje menor a 30 puntos se considera un nivel de ansiedad bajo, entre 30 y 44 puntos el nivel de

ansiedad es considerado como medio y un puntaje mayor a 45 es interpretado como un nivel de ansiedad alto.

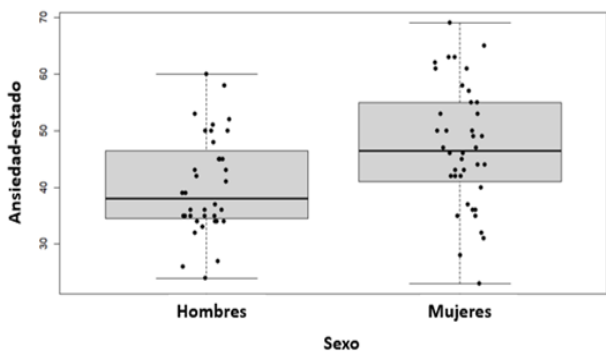
Tabla 1. Institutos de procedencia de los participantes.

Instituto	Participantes
Instituto de Ciencias de la Salud	38
Instituto de Ciencias Básicas e Ingeniería	12
Instituto de Artes	6
Instituto de Ciencias Agropecuarias	2
Instituto de Ciencias Económico Administrativas	3
Escuela Superior de Huejutla	1
Escuela Superior de Tizayuca	3
Escuela Superior de Actopan	1
Escuela Superior de Tlahueuilpan	2
Instituto de Ciencias Sociales y Humanidades	8

En la figura 1 se presentan los niveles de ansiedad estado obtenidos en mujeres y hombres, como se puede observar, las mujeres presentan niveles más altos de ansiedad en comparación con los hombres, en el caso de los varones una cuarta parte obtuvo un puntaje alto mientras que la mitad de las mujeres se encuentra en este sector. También tenemos que el puntaje más alto obtenido en el grupo de los hombres fue de 60 mientras que 5 mujeres obtuvieron puntajes más altos a éste.

En la figura 2 observamos también los niveles de ansiedad obtenidos por los participantes separados por sexo, pero ahora en lo relativo a la ansiedad rasgo. Nuevamente podemos observar una diferencia en relación con el sexo de los participantes, en el que los hombres obtuvieron puntajes más bajos en comparación a las mujeres.

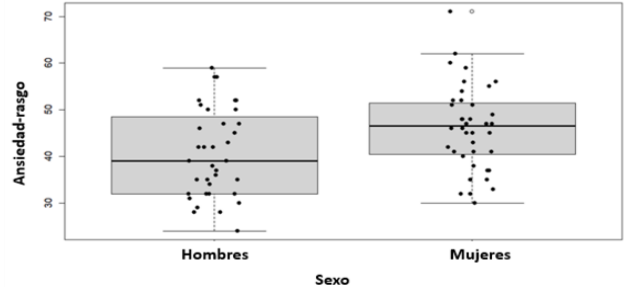
Figura 1. Niveles de ansiedad estado respecto al sexo



En la figura 3 se presentan los puntajes obtenidos en la subescala ansiedad estado por los participantes agrupados por edad, mientras que en la figura 4 se presentan los puntajes en lo que se refiere a la subescala ansiedad rasgo. Tomando en consideración los participantes entre 22 y 27 años, que son los grupos con más casos, tanto en ansiedad estado como ansiedad rasgo podemos observar que los niveles de ésta se

encuentran más altos en los participantes más jóvenes y más longevos, siendo los participantes con 24 años los que en su mayoría presentan niveles de ansiedad media y baja.

Figura 2. Niveles de ansiedad rasgo respecto al sexo



En la figura 5 se presentan los puntajes obtenidos en la subescala de ansiedad estado con relación al número de veces que han presentado su examen de egreso. En el gráfico podemos observar que los puntajes son mayores conforme el número de intentos se incrementa, sin embargo, la mayoría de los casos mencionaron que habían presentado el examen una sola vez, por lo que es difícil la comparación dado el tamaño de los otros grupos.

Figura 3. Niveles de ansiedad estado respecto a la edad

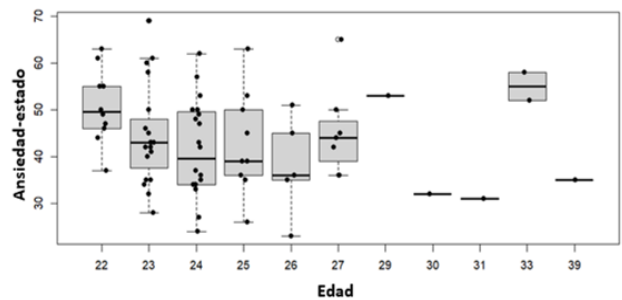
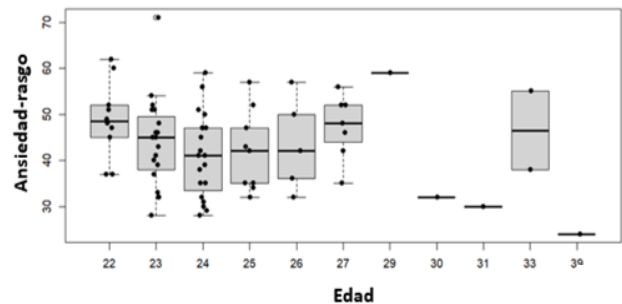


Figura 4. Niveles de ansiedad rasgo respecto a la edad



En la figura 6 se presentan los puntajes obtenidos en la subescala de ansiedad estado con relación a los diferentes momentos en que los estudiantes respondieron el instrumento, esto es, antes de entrar al examen, después de la primera parte del examen o al final de la segunda parte. Podemos observar que los

casos con niveles de ansiedad aumentan con respecto al momento en el que se aplicó el instrumento.

Figura 5. Niveles de ansiedad respecto al número de veces de presentar el examen

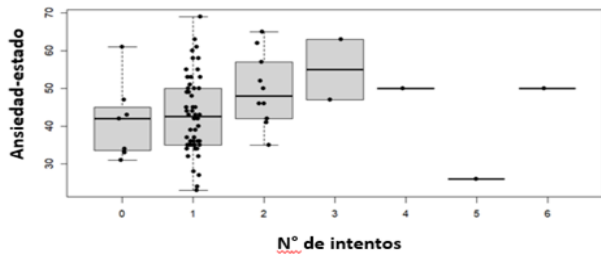
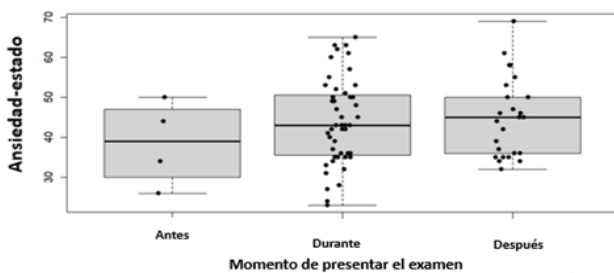
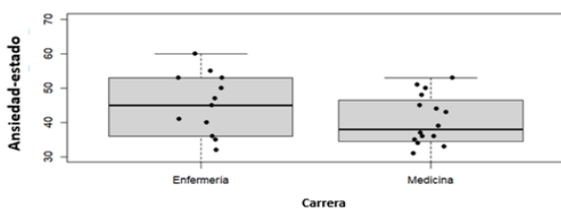


Figura 6. Niveles de ansiedad respecto al momento en que se presentó el examen



En la figura 7 se presenta la comparación de los puntajes obtenidos en la subescala de ansiedad estado entre los participantes de enfermería y medicina, quienes fueron los grupos con mayor número de participantes. En el gráfico podemos observar más casos con niveles de ansiedad alto en el grupo de enfermería en comparación con el grupo de medicina en donde la mitad de los casos presenta un nivel de ansiedad media.

Figura 7. Comparación de niveles de ansiedad entre enfermería y medicina



Finalmente, y aun cuando no era el objetivo de esta investigación, se realizó una prueba de correlación de Spearman entre la ansiedad estado y ansiedad rasgo, con el objetivo de obtener este dato para futuras investigaciones. El valor de correlación obtenido fue de 0.702, es decir, una correlación positiva moderada fuerte además de significativa. Dado el tamaño de la muestra y que no hay una distribución normal de la misma los resultados de este estadístico no son concluyentes.

Discusión

Los niveles de ansiedad en los estudiantes indican que las mujeres presentan niveles más altos en comparación los hombres, tanto en la ansiedad-estado como en la ansiedad-rasgo. Estos resultados coinciden con otras investigaciones en las que se reportaron mayores puntajes obtenidos en escala de ansiedad aplicadas a mujeres en comparación con los puntajes obtenidos por los hombres (Martínez et al., 2012; Silva et al., 2016; Cisneros, 2010; Menéndez y Becerra, 2020). En contraste, en los resultados obtenidos por Arbildo et al. (2014) se reportó que no hay diferencias significativas los puntajes obtenidos en la escala IDARE con relación al sexo de los participantes. Específicamente, se observó, que los hombres obtuvieron un promedio de ansiedad-estado fue de $45,92 \pm 9,29$ y para las mujeres fue de $47 \pm 8,12$; y en cuanto a la ansiedad-rasgo los promedios fueron de $43,92 \pm 7,83$ para los hombres y de $46,97 \pm 6,4$ para las mujeres.

Por otro lado, los estudiantes más jóvenes fueron los que presentaron niveles de ansiedad más altos en ambas subescalas de ansiedad, estos resultados coinciden con los reportes de Martínez, et al. (2012), Losada et al. (2020) y Silva, et al. (2016).

En el actual estudio se pudo observar que presentar el examen EGEL genera altos niveles de ansiedad en los estudiantes, y la ansiedad va aumentando conforme el número de veces que se presenta dicho examen. En el estudio de Flores et al. (2016) identificaron cuales son las situaciones que generan más ansiedad en los estudiantes de Odontología, siendo las situaciones de evaluación y asunción de responsabilidades los que predominan, específicamente el presentar un examen y hablar en público, teniendo en cuenta que estas situaciones son constantes dentro de la formación académica, a pesar de que son escenarios que presentan frecuentemente, siguen generando ansiedad el hecho de volver a presenciar ese momento.

También se analizó la comparación de los puntajes de la subescala de ansiedad estado entre los estudiantes de enfermería y medicina, en la cual los estudiantes de enfermería obtuvieron niveles de ansiedad altos y los de medicina niveles de ansiedad media. Esta comparación también se analizó en el estudio de Castillo et al. (2016), en el que realizaron una comparación de los niveles de ansiedad entre alumnos de enfermería y tecnología médica, y obtuvieron que los estudiantes de enfermería presentan niveles más altos de ansiedad, para ansiedad-estado manifiestan un nivel de ansiedad leve (Enfermería 32.1% y Tecnología Médica 56.6%) y ansiedad severa

(Enfermería 20.5% y Tecnología Médica 9.2%). Otro estudio para considerar es el de Cruz y Aragón (2020) en el que determinaron el nivel de ansiedad ante los exámenes de los alumnos del octavo ciclo de las carreras profesionales de Derecho y Medicina Humana de una universidad en Chiclayo. Los resultados indicaron que el 56.4% de alumnos de Derecho no presentan ansiedad ante los exámenes y de los alumnos de medicina humana un 33.3%, en ansiedad leve los alumnos de derecho obtuvieron un 30.8% y los de medicina humana un 48.2% y finalmente en ansiedad moderada los alumnos de Derecho presentaron un 2.6% y los de Medicina Humana un 3.7%.

De acuerdo con los resultados obtenidos y en concordancia con los resultados de los estudios revisados, resalta la importancia de brindar herramientas a los alumnos para poder controlar su ansiedad en este tipo de evaluaciones, quizá una forma de colaborar en esto sea a través de simulaciones y aproximaciones acompañadas de técnicas de relajación para que los alumnos entrenen en situaciones similares y sepan cómo actuar ante un episodio ansioso.

Referencias

- Arbildo, H., González, L., & Vidal, A. (2014). Niveles de ansiedad en estudiantes de odontología de una universidad peruana. *Revista KIRU*, 11(2), 143-7.
- Arrieta, K., Díaz, S., & González, F. (2014). Síntomas de depresión y ansiedad en jóvenes universitarios: prevalencia y factores relacionados. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 7(1), 14-22. <https://scielo.isciii.es/pdf/albacete/v7n1/original2.pdf>
- Asociación Estadounidense de Psiquiatría (2014). *Manual Diagnóstico de los Trastornos Mentales*. Editorial Médica Panamericana.
- Balanza, S., Morales, I., & Guerrero, J. (2009). Prevalencia de ansiedad y depresión en una población de estudiantes universitarios: factores académicos y sociofamiliares asociados. *Clínica y Salud*, 20(2), 177-187. <https://scielo.isciii.es/pdf/clinsa/v20n2/v20n2a06.pdf>
- Bausela, E. (2005). Ansiedad ante los exámenes: evaluación e intervención psicopedagógica. *Educere*, 9(31), 553-557. http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S131649102005000400017&lng=es&tlng=es.
- Castillo, C., Chacón de la Cruz, T., & Díaz-Véliz, G. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica*, 5(20), 230-237. <http://dx.doi.org/10.1016/j.riem.2016.03.001>
- Flores, M. A., Chávez, M., & Aragón, L. E. (2016). Situaciones que generan ansiedad en estudiantes de Odontología. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 8(2), 35-41. <https://doi.org/10.1016/j.jbhsi.2016.11.004>
- Freire, C., Ferradás, M. M., Fernández, S., & Barca, E. (2019). Ansiedad ante los exámenes en estudiantes de educación primaria: diferencias en función del curso y del género. *Publicaciones*, 49(2), 151-168. doi:10.30827/publicaciones.v49i2.8087 <https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/60876/8087-34037-1-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Furlan, L. (2006). Ansiedad ante los exámenes. ¿Qué se evalúa y cómo? *Revista Evaluar*, 6(1), 32-51. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar/article/view/533/473>
- Gago, A. (2000). El CENEVAL y la evaluación externa de la educación en México. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 2(2), 106-114. <https://redie.uabc.mx/redie/article/view/3>
- García, M. A., Bustos, C., Luquín, J. M. (2004) Estudio exploratorio de aplicación de realidad virtual en el manejo del estrés en exámenes. https://www.researchgate.net/publication/255641756_Estudio_Exploratorio_de_Aplicacion_de_Realidad_Virtual_en_el_Manejo_del_Estres_en_Examenes
- Gutiérrez, H. J. (2021). Ansiedad en jóvenes universitarios en Colombia. Universidad del Área Andina. <https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/5179/Proyecto.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Izquierdo, L. C. B. (2021). Adaptación, validez y fiabilidad del inventario ansiedad-estado para adultos de la ciudad de Trujillo. *Revista de investigación en psicología*, 24(1), 101-116. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?Codigo=8162659>
- Losada-Baltar, A., Márquez-González, M., Jiménez-Gonzalo, L., del Sequeros Pedroso-Chaparro, M., Gallego-Alberto, L., & Fernandes-Pires, J. (2020). Diferencias en función de la edad y la autopercepción del envejecimiento en ansiedad, tristeza, soledad y sintomatología comórbida ansioso-depresiva durante el confinamiento por la COVID-19. *Revista española de geriatría y gerontología*, 55(5), 272-278. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2020.05.005>
- Martínez, S. B., Somoza, J. A., Pinciroli, M., Grimaldi, M. C., Morelli, G. A., Garbi, M., ... & Andreau, R. (2012). Análisis de los niveles de ansiedad frente al examen final durante el trayecto curricular (Ponencia). In Iv congreso nacional y iii congreso internacional de enseñanza de las ciencias agropecuarias. https://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/21553/Documento_completo.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Menéndez, F. D. E., & Becerra, A. (2020). Ansiedad en deportistas jóvenes: un estudio comparativo entre hombres y mujeres. *Horizonte sanitario*, 19(1), 127-135. <https://doi.org/10.19136/hs.a19n1.3398>
- Organización Mundial de la Salud (27 de septiembre de 2023). Trastornos de ansiedad. Obtenido de OMS: [https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders#:~:text=Se%20calcula%20que%20un%204,los%20trastornos%20mentales%20\(1\)](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders#:~:text=Se%20calcula%20que%20un%204,los%20trastornos%20mentales%20(1))
- Piemontesi, S. E., Heredia, D. E., Furlan, L. A., Rosas, J. S., & Martínez, M. (2012). Ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 28(1), 89-96. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/140562/126652>
- Rivera, M. A., & Romero, R. J. (2018). Autopercepción de la preparación de estudiantes de la licenciatura ante el Examen General de Egreso de la Licenciatura. Voces y silencios. *Revista Latinoamericana de Educación*, 9(2), 54-63. <https://revistas.uniandes.edu.co/index.php/vys/article/view/7699/8226>
- Ramos, M. E. P. (2021). Efecto de la ansiedad en el ciclo sueño-vigilia. Bachelor's thesis, Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. <https://hdl.handle.net/20.500.12371/15570>
- Rivera Martínez, N. R. (2020). Evidencia de los procesos psicométricos del inventario de la ansiedad rasgo-estado (IDARE) en escolares de 4to y 5to de secundaria de instituciones educativas de la ciudad Piura. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/42868/Rivera_MNR.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Robledo, Z. (04 de Julio de 2023). *La punta del iceberg. Obtenido de Gobierno de México*: <https://www.gob.mx/imss/articulos/la-punta-del-iceberg?idiom=es>
- Rosario, P., Núñez, J. C., Salgado, A., González, J. A., Valle, A., Joly, C. y Bernardo, A. (2008). Ansiedad ante los exámenes: relación con variables personales y familiares. *Psicothema*, 20 (4), 563-570. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72720409.pdf>
- Sairitupac, S., Varas, R., Nieto-Gamboa, J., Silva, B., & Rodríguez, M. (2020). Niveles de ansiedad de estudiantes frente a situaciones de

exámenes: *Cuestionario CAEX. Propósitos y Representaciones*, 8(3), e787. doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8n3.787>

Salud, S. d. (04 de abril de 2024). *Ansiedad puede evolucionar y convertirse en trastorno de salud mental. Gobierno de México*. Obtenido de <https://www.gob.mx/salud/prensa/136-ansiedad-puede-evolucionar-y-convertirse-en-trastorno-de-salud-mental>

Silva, C., Hernández, A., Jiménez, C., & Alvarado, N. (2016). Revisión de la estructura interna de la subescala de rasgo del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado para jóvenes de habla hispana. *Psicología y salud*, 26(2), 253-262. <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2201/3937>

Sampieri, R. H. (2014). *Metodología de la investigación*. (6ª ed) México D.F.: McGraw-Whill/Interamericana Editores, S.A. DE C.V. DOI: 978-1-4562-2396-0.

Spielberger, C., & Díaz-Guerrero, R. (1975). *IDARE Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado*. México. D. F.: *Manual Moderno*.