



*Asesorías y Tutorías para la Investigación Científica en la Educación Puig-Salabarría S.C.
José María Pino Suárez 460-2 esq a Lerdo de Tejada, Toluca, Estado de México. 7223898475*

RFC: ATI120618V12

Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores.

<http://www.dilemascontemporaneoseduccionpoliticayvalores.com/>

Año: X Número:1 Artículo no.:46 Período: 1ro de septiembre al 31 de diciembre del 2022.

TÍTULO: Estrés académico y ansiedad en estudiantes de psicología.

AUTORES:

1. Dr. Juan Pablo Sánchez Domínguez.
2. Lic. Elizabeth Damián Mendoza.
3. Máster. Merari Cristel Pozo Osorio.
4. Lic. Erika Anahí Baz Salinas.

RESUMEN: El estrés académico y la ansiedad se presentan en todos los grados escolares, sin embargo, en universitarios su prevalencia suele ser mayor. Para caracterizar en estudiantes de psicología la prevalencia del estrés académico y ansiedad-rasgo, así como la posible relación entre estas dos variables, se realizó una investigación cuantitativa, transversal, descriptivo y correlacional en 152 universitarios mexicanos. Para la recolección de datos se aplicaron: la Escala Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) y el Cuestionario de Estrés Académico (CEA). Los resultados demuestran que, 104 (68.4%) de los participantes presentaron niveles de estrés académico en nivel moderado y 115 (75.7%) de ellos niveles altos de ansiedad-rasgo, igualmente se determinó una correlación positiva media entre las variables estudiadas ($r_s = 0.368$, $p < 0.01$).

PALABRAS CLAVES: estrés académico, ansiedad rasgo, universitarios, psicología.

TITLE: Academic stress and anxiety in psychology students.

AUTHORS:

1. PhD. Juan Pablo Sánchez Domínguez.
2. Bach. Elizabeth Damián Mendoza.
3. Master. Merari Cristel Pozo Osorio.
4. Bach. Erika Anahí Baz Salinas.

ABSTRACT: Academic stress and anxiety are present in all school grades; however, in university students their prevalence is usually higher. In order to characterize the prevalence of academic stress and anxiety-trait anxiety in psychology students, as well as the possible relationship between these two variables, a quantitative, cross-sectional, descriptive and correlational research was carried out in 152 Mexican university students. For data collection, the following were applied: the Anxiety State-Anxiety-Rasgo Scale (IDARE) and the Academic Stress Questionnaire (CEA). The results show that 104 (68.4%) of the participants presented moderate levels of academic stress and 115 (75.7%) of them high levels of anxiety-rasgo. A positive correlation between the variables studied was also determined ($r_s = 0.368$, $p < 0.01$).

KEY WORDS: academic stress, trait anxiety, college students, psychology.

INTRODUCCIÓN.

El estrés en su acepción primera fue propuesto por Bernard en 1858, y posteriormente por Cannon en 1935, ambos autores sentaron las bases teóricas de aquello que más tarde sería una visión biologicista del término (Berrío & Mazo, 2011).

De acuerdo con Dosne (2013) fue hasta el año de 1936 que Hans Selye describió conceptualmente el “estrés” como una respuesta corporal inespecífica producida en el organismo frente a cualquier estímulo que suponga una amenaza para su equilibrio interno. Este postulado fue bien aceptado; sin embargo, provocó de igual manera que otros autores concibieran el estrés como una reacción orgánica

que puede surgir también por acontecimientos de tipo placentero, que en cierta medida, le permiten al organismo un mejor funcionamiento (Barrio et al., 2006).

En este contexto, Monzón (2012) señala que independientemente de las concepciones divergentes que suscitaron las primeras aproximaciones sobre el estrés, lo que se mantuvo en cada una de estas fueron, por un lado, su carácter de respuesta fisiológica y conductual, y por el otro, su carácter de respuesta interna como medio para mantener las condiciones adaptativas para el equilibrio en el organismo. En este sentido, diversos investigadores han señalado que una de las definiciones más consensadas por la comunidad científica es aquella que define al estrés como una reacción adaptativa del individuo ante las demandas de su medio (Mendoza et al., 2010; Pulido et al., 2011). Diversos estudios han demostrado que el estrés suele suscitarse en diferentes ambientes, incluyendo el educativo (Berrío & Mazo, 2011) sin distinción de niveles (Jerez & Oyarzo, 2015). En este contexto, para Lazarus (2000); Valdivieso et al. (2020), el estrés académico es aquel que padecen los alumnos derivado de situaciones percibidas por ellos mismos como estresantes y que están relacionadas con las actividades propiamente escolares.

De acuerdo con Valencia et al. (2018), el estrés académico suele presentarse en el alumnado de modo sistemático y adaptativo e incluye al menos tres momentos, el primero consistente con el sometimiento a una serie de demandas percibidas como estresantes; posteriormente, la situación provoca un desequilibrio que eventualmente se manifiesta mediante un conjunto de síntomas físicos y psicológicos, y por último, este desequilibrio le exige al alumno realizar acciones de adaptación restaurativa mediante ciertos mecanismos singulares denominados estrategias de afrontamiento. Estas últimas constituyen un proceso de autorregulación que permiten contrarrestar de algún modo las consecuencias sintomáticas (Valdivieso et al., 2020).

En el caso de los síntomas derivados del estrés escolar, a decir de Barraza (2018), estos suelen clasificarse en físicos y psicológicos, dentro de los primeros regularmente se encuentran la fatiga,

problemas digestivos e hiperventilación, etc., mientras que en los segundos, sobresalen los sentimientos de depresión, tristeza, ansiedad, entre otros. Por su parte, Jerez y Oyarzo (2015) señalan que dentro de los estresores más comunes reportados en estudios sobre el tema destacan: las evaluaciones de los profesores, la sobrecarga de tareas, y trabajos escolares aunado al tiempo limitado para hacerlos.

En lo que respecta a la ansiedad, desde los primeros años del siglo XX el interés sobre su estudio en la disciplina psicológica aumentó considerablemente, al conceptualizarla como una respuesta emocional paradigmática importante para la comprensión de los aspectos subjetivos de la personalidad (Sierra, Zubeidat & Ortega, 2003). En este sentido, una de las definiciones de ansiedad mayormente empleadas y consensadas por la comunidad científica es la propuesta por Cattell y Scheier en 1961, la cual de acuerdo con Spielberger (1966) postula una diferenciación clara entre la Ansiedad-Estado (A-E) y Ansiedad-Rasgo (A-R). Para Cattell y Scheier, la Ansiedad-Estado remite a una condición emocional inmediata, modificable en el tiempo, caracterizado por una combinación única de sentimientos de tensión, aprensión y nerviosismo aunado a cambios fisiológicos; sin embargo, la Ansiedad-Rasgo será definida como una construcción más estable que funciona a modo de disposición o mecanismo para ser empleado por la persona a lo largo de la vida (Cattell & Scheier, 1961; Spielberger, 1966; Ries et al., 2012). De acuerdo con Ries et al. (2012), la A-R no se manifiesta directamente en la conducta; además, esta suele presentarse en sujetos que perciben en su vida cotidiana un mayor rango de situaciones como amenazantes.

De acuerdo con Souto (2013), la ansiedad es un problema que está en constante aumento en la actualidad sobre todo en adolescentes, esta puede generar efectos nocivos para la salud de modo permanente en quien la padece; no obstante, no ha recibido la atención necesaria en el campo de la salud mental juvenil debido muchas veces a la creencia social acerca de la fortaleza vital de la juventud.

Para Orozco y Vargas (2012), en los últimos años las investigaciones de la psicología escolar y clínica han estado centradas en una detección oportuna de situaciones que dentro de la escuela puedan estar incidiendo en un estado ansioso, y con ello, identificar si existen indicios de enfermedades psicopatológicas graves.

DESARROLLO.

Estrés académico y ansiedad en universitarios.

El estrés ha sido referido como un problema a la población mundial según la Organización Mundial de la Salud (Clemente 2021). Para Silva, López y Columba (2020), este fenómeno en su carácter de estrés académico suele ser una problemática más frecuente en los estudiantes de educación superior. Diversos estudios realizados en grupos poblacionales de instituciones superiores en varios países han concluido que ciertos factores intrínsecos a la dinámica universitaria suelen actuar como estresores en este nivel educativo (Guzmán & Reyes, 2018; Garay et al., 2018).

En el caso de la ansiedad, de acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud, en América Latina el 2.1% de la población de esta región presentan altos niveles de este padecimiento (Clemente, 2021). En el contexto universitario, la prevalencia de ansiedad es mayor, puesto que los escolares de estos niveles no sólo se enfrentan al bombardeo de información académica, sino al de los medios de comunicación, a las exigencias sociales, perfección en su futura vida profesional, entre otras cosas (Hinojosa, 2017).

En la revisión de la literatura para la presente investigación, se encontró que en algunos países europeos como España, Australia y Portugal, los estudios sobre estrés académico han reportado una incidencia de la problemática en universitarios de un 30%, mientras que en el caso de la ansiedad, los porcentajes de prevalencia ascienden hasta un 45% (Herrera et al., 2017; Alves et al., 2007; Duarte et al., 2017). En cuanto a los estudios realizados en Latinoamérica, los países con mayores

investigaciones sobre estas dos variables son: Perú, Chile, Argentina, Ecuador, Puerto Rico, Colombia y México (Berrío & Mazo, 2011; Silva et al., 2020).

En Chile, Jerez y Oyarzo (2015) en una investigación llevada a cabo en estudiantes de la Universidad de los Lagos, concluyeron que el 98,4% de los participantes reportó haber padecido estrés académico durante el ciclo escolar, encontrando que el 85% de estos informaron presentar altos niveles de estrés. Los resultados anteriores fueron similares a los encontrados en una muestra poblacional de ese mismo país y reportados por Ruíz, et al. (2011). En este mismo contexto, según la primera Encuesta Nacional de Salud Mental Universitaria de Chile, el 46% de los alumnos padecen síntomas depresivos y de ansiedad, mientras que un 54% sufre de estrés y hábitos toxicómanos (Guzmán & Reyes, 2018).

En el caso de Argentina, en un estudio realizado por Rodríguez, Fonseca y Aramburú (2020) con universitarios residentes de la ciudad de Córdoba, los autores reportaron que el 98,3 % presentó estrés académico, con un 88,81 % de los participantes inclinándose por niveles altos. En esta misma entidad, Mendiburu et al. (2019) en torno a la ansiedad reportaron haber encontrado en un grupo poblacional similar niveles bajos de prevalencia.

En cuanto a Puerto Rico, en una investigación realizada por Pacheco (2017) en universitarios de diferentes semestres y licenciatura, el autor reportó que el grupo de los primeros ciclos de estudios presentaron niveles más altos de estrés académico en comparación con otros participantes de años académicos superiores.

Otro dato relevante encontrado en la investigación fue que el estrés académico incide significativamente en el aprovechamiento estudiantil de quienes lo padecen. Por su parte, Rivera (2016) al llevar a cabo una investigación con 182 estudiantes de una institución superior de tipo privada, localizada al sur de Puerto Rico, encontró que el mayor número de participantes demostró tener una tendencia positiva a sufrir ansiedad mientras estaban siendo evaluados académicamente.

Con respecto a Perú, Cassaretto, Vilela, y Gamarra (2021) al llevar a cabo un estudio con 1801 universitarios de 6 ciudades de ese país, los autores reportaron que el 83% de los estudiantes participantes refirió haber experimentado estrés académico durante el semestre, con mayor presencia en un nivel medio alto. En cuanto a la ansiedad, Saravia, Cazorla y Cedillo (2020) al estudiar esta variable en una muestra conformada por 57 residentes peruanos de nivel superior encontraron que el 75,4% de ellos reportó presentar algún nivel de ansiedad.

En Ecuador, de acuerdo con los datos obtenidos por Sarduy et al. (2020), después de haber examinado sobre la prevalencia del estrés en 33 estudiantes de enfermería de una universidad pública, basándose en los resultados obtenidos los investigadores reportaron encontrar la presencia de niveles altos de estrés en el 70% de los participantes. En ese mismo estudio se encontró que la muestra evaluada mostró síntomas de ansiedad en un 33.3%.

En relación a Colombia, en este país los estudios son escasos y relativamente recientes (Cardona et al., 2015); sin embargo, la evidencia científica apunta para la población universitaria una prevalencia significativa de niveles altos de ansiedad (60%), mientras que el estrés académico se ubica alrededor de un 72 % (Trujillo & González, 2019).

Finalmente, en lo relativo a México, los principales estudios sobre estrés académico han concluido que las principales variables que desencadenan el fenómeno en universitarios son: la sobrecarga de tareas, programación de exámenes, y deficiencias metodológicas del profesorado (Garay et al., 2018; Toribio & Franco, 2016). De acuerdo con un estudio realizado por Pulido et al. (2011), en una muestra de 504 estudiantes de todas las licenciaturas que se imparten en una institución pública del sur del país, los participantes mostraron niveles altos de estrés en un 85.11% y ansiedad intensa en un 73.41%; en otro estudio similar realizado por Montiel, Pérez y Sánchez (2020), en una muestra de estudiantes de educación superior residentes de la ciudad de México, los autores reportaron que el 95% presento estrés académico, el nivel de estrés más frecuente fue el medio (41.7%) seguido del

alto (35.6%). En este mismo contexto y con respecto al fenómeno de la ansiedad en estudiantes de nivel superior, Flores, Chávez y Aragón (2016) al examinar 87 estudiantes de odontología encontraron que en el caso de las mujeres participantes un 74% de ellas mostraron ansiedad motriz; el 68.5% refirió ansiedad fisiológica, mientras que 44.4% refirió ansiedad cognitiva. Otro estudio similar realizado por Reyes et al. (2017) en 479 universitarios, los resultados revelaron una prevalencia de ansiedad-estado de 21.82%, mientras que ansiedad-rasgo ascendió ligeramente a un 27.55%, en conjunto la frecuencia de la ansiedad en esta muestra poblacional fue de 49.37%.

En síntesis, los fenómenos del estrés académico y la ansiedad dentro del contexto escolar se presentan en todos los grados (Barraza, 2018); no obstante, en universitarios su prevalencia suele ser mayor y en niveles altos (Cardona et al., 2015; Jerez & Oyarzo, 2015; Rivera, 2016; Reyes et al., 2017; Pacheco, 2017; Guzmán & Reyes, 2018; Garay et al., 2018; Trujillo & González, 2019; Sarduy et al., 2020; Saravia, Cazorla & Cedillo, 2020; Montiel, Pérez & Sánchez, 2020; Cassaretto, Vilela, & Gamarra, 2021) de ahí la importancia de su estudio en diversos grupos sociales, con el propósito de tomar las medidas necesarias e intervenir sobre estos padecimientos que muchos autores han pronosticado como un futuro problema de salud pública (Sarduy, Collado & Cardet, 2019).

Dicho lo anterior, en el presente trabajo se exponen los resultados de una investigación llevada a cabo en una institución pública de educación superior del Estado de Campeche, que tuvo por objetivo analizar la prevalencia y posible asociación entre las variables de estrés académico y ansiedad-estado en estudiantes de psicología.

Diseño de estudio.

El enfoque del presente estudio es cuantitativo de tipo transversal descriptivo y correlacional (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

Población.

La población de la presente investigación fueron los estudiantes de una universidad pública del Estado de Campeche, México.

Muestra.

El muestreo fue no probabilístico y por conveniencia, y quedó conformado por 152 universitarios de los semestres 1ro, 3ro, 5to y 9no, estudiantes de psicología. De acuerdo a su distribución por sexo, femeninos 117 (77%) y masculinos 35 (23%).

Criterios de Selección.

Criterios de inclusión: aquellos estudiantes inscritos y activos en el programa de psicología de la institución donde se realiza el estudio, bajo modalidad presencial y que aceptaran bajo consentimiento informado participar voluntariamente después de darles a conocer el alcance y el enfoque de la investigación.

Criterios de exclusión: los estudiantes que por alguna situación no asistieron a la hora y fecha programada para la aplicación de los instrumentos.

Criterios de eliminación: los participantes que no completaron adecuadamente el proceso de recolección de datos.

Instrumentos.

Cedula de datos personales y académicos.

Es un cuestionario *ad hoc* constituido por 13 preguntas. Su propósito fue explorar variables relacionadas con las condiciones sociodemográficas y académicas de los estudiantes.

Cuestionario de Estrés Académico (CEA).

Para la medición del estrés en los estudiantes universitarios, hemos empleado el Cuestionario de Estrés Académico (CEA), elaborado por Cabanach, Valle, Rodríguez y Piñeiro (2008). Este cuestionario está integrado por 98 reactivos que constituyen tres escalas: estresores académicos (E-CEA), respuesta de estrés (R-CEA) y estrategias de afrontamiento (A-CEA). Las respuestas a cada uno de los ítems se realizaron sobre una escala de cinco puntos desde “Nunca” (1) hasta “Siempre” (5). El resultado de modo general se obtiene a partir de la puntuación media de los reactivos, obteniendo las categorías de análisis correspondientes a los niveles globales del estrés académico en Bajo, Moderado y Alto. El índice de fiabilidad para el total de la prueba es de $\alpha=.89$. (Cabanach et al., 2008)

Escala Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE).

Constituido por la Escala A-Rasgo de la ansiedad consiste en 20 afirmaciones en las que se pide al sujeto describir como se sienten generalmente. La Escala A-Estado también consiste en 20 afirmaciones. Para ser respondido requiere que los sujetos indiquen cómo se siente en un momento dado (Spielberger, Gorsuch, Lushene & 2010).

La dispersión de posibles puntuaciones para el IDARE varía desde una puntuación mínima de 20 hasta una puntuación máxima de 80 en las dos escalas. Los sujetos responden a cada uno de los reactivos valorándose ellos mismos en una escala de respuestas tipo Likert de cuatro categorías posibles, para A- Estado tenemos: 1. No en lo absoluto; 2. Un poco; 3. Bastante, y 4. Mucho. Para la escala A- Rasgo son: 1. Casi nunca; 2. Algunas veces; 3. Frecuentemente, y 4. Casi siempre. Una vez obtenida la puntuación global, se lleva a la siguiente escala: puntuaciones ≤ 29 indican ansiedad baja; puntuaciones ≥ 30 sugieren ansiedad moderada, y puntuaciones ≥ 45 apuntan a una ansiedad alta. Respecto a los índices de confiabilidad del instrumento, diversas investigaciones han arrojado adecuados resultados con un alpha de Cronbach mayores a 0.83 tanto para A-R como para A-E (Rojas, 2010).

Procedimiento de recolección de datos.

Inicialmente se presentó a la institución universitaria el enfoque y alcance de la investigación con la intención de obtener la autorización para llevar a cabo las actividades propias del estudio. Posteriormente a ser aceptada la solicitud, se realizaron todos los trámites administrativos requeridos incluyendo la solicitud y firma de una carta de consentimiento informado por parte de los participantes y/o de los padre o tutores en el caso de menores de edad. La aplicación de los instrumentos se llevó a cabo por el grupo de investigación durante el mes de febrero del 2022, en el espacio de las aulas, previa calendarización y autorización de los docentes titulares de las asignaturas involucradas, las sesiones fueron de aproximadamente 50 minutos cada una.

Consideraciones éticas.

Para la realización de la presente investigación se consideraron los artículos 7, 49, 55, 56 y 60 del código ético del psicólogo (Sociedad Mexicana de Psicología, 2009) que contemplan aquellos aspectos éticos a mantener durante el proceso de investigación.

Análisis de datos.

La captura y el análisis de los datos se llevó a cabo en el paquete Statical Package for the Social Sciences (SPSS) Versión 21. Se obtuvieron frecuencias y proporciones para las variables categóricas; además, se realizó análisis inferencial por medio del coeficiente de correlación de Spearman.

Resultados.

A continuación, en la Tabla 1, se muestran los datos generales de la población participante en el estudio, la cual estuvo constituida por un total de 152 estudiantes de las cuales 117 (77%) fueron mujeres y 35 (23%) hombres; en cuanto a la edad 99 de ellos (71%) se ubican entre los 17 y 21 años. En lo que respecta a la distribución de los participantes según los semestres escolares tenemos que 1° 56 (36.8%); 3° 43 (28.3%); 5° 28 (18.4%), y 9° 25 (16.4%).

Tabla 1. Características sociodemográficas de los estudiantes participantes.

Variabales	<i>f</i>	%
Sexo		
Mujeres	117	77
Hombres	35	23
Edad		
17-19	74	48.6
20-21	34	22.4
22-23	44	29
Total	152	100

En lo relativo al número de asignaturas cursadas al momento de la recolección de los datos (Tabla 2), la información recabada indica, que 96 (63.2%) de los alumnos admiten tener entre 5 y 8 cursos, mientras que 41 (27%) de ellos señaló cursar más de 9 asignaturas, teniendo con esto una mayor exigencia de tareas escolares dentro de la institución en comparación con aquellos compañeros que cursas un menor número de materias.

Tabla 2. Asignaturas cursadas durante el semestre actual.

Número de signaturas	<i>f</i>	%
1-4	15	9.8
5-8	96	63.2
9 y más	41	27
Total	152	100

En lo que respecta a los resultados sobre estrés académico en nuestra población estudiada (Tabla 3), se destaca que todos los participantes reportaron sentirlo en alguno de los niveles considerados; de igual modo, la frecuencia más alta encontrada en este tipo de estrés fue el nivel de “Moderado” con 104 (68.4%) de los estudiantes examinados.

Tabla 3. Resultados globales de estrés académico.

Nivel	<i>f</i>	Porcentaje
Bajo	34	22.4
Moderado	104	68.4
Alto	14	9.2
Total	152	100

En cuanto a la prevalencia de la ansiedad-rasgo, los resultados revelan una presencia significativa de este padecimiento. Con el mayor índice de prevalencia en la población estudiada tenemos a 115 (75.7%) de los encuestados ubicados en nivel “alto”, seguido en orden descendente por el nivel moderado con un 37(24.35%).

Tabla 4. Resultados de ansiedad-rasgo.

Nivel Ansiedad Rasgo	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	0	0 %
Moderado	37	24.3 %
Alto	115	75.7 %
Total	152	100 %

Basados en lo identificado en la tabla 6, se puede establecer la existencia de una correlación estadísticamente significativa de tipo positiva media entre las variables estrés académico y la ansiedad-rasgo para el grupo de estudiantes universitarios estudiados (0.368, $p < 0.01$).

Tabla 5. Correlación Spearman para la relación entre las variables del estudio.

Variables	Estrés académico
Ansiedad-rasgo	.368** 0.000

****.** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Discusión.

De acuerdo a los resultados del presente estudio llevado a cabo en una población de 152 estudiantes de psicología, residentes del Estado de Campeche y adscritos a una institución de educación superior pública, se puede advertir lo siguiente:

- ✚ Del total de los participantes en el estudio, 104 (68.4%) de ellos señalaron presentar estrés académico en nivel “Moderado”, lo cual es concordante con lo reportado por Clemente (2021) y por Moreno, Hernández y García (2022) en universitarios mexicanos, y además coinciden con los resultados de otras investigaciones de América latina (Barraza, 2018). En este mismo contexto, lo encontrado sobre la prevalencia del estrés académico en nuestra población es menor a los obtenidos por Montiel, Pérez y Sánchez (2020) en una muestra de estudiantes de educación superior residentes de la Ciudad de México, quienes reportaron un 95% de incidencia para esta variable. Por el contrario, González (2020) en una pesquisa llevada a cabo en una población similar en el Estado de Chiapas, México, evidenció obtener en la muestra estudiada “bajo estrés académico”; no obstante, también concluyó que éste se incrementa en temporada de exámenes o en la exposición de temas frente a sus compañeros.
- ✚ No está de más señalar, que a pesar de que la población estudiada mostró al momento de ser evaluada, índices de estrés académico por encima del 50%, estos resultados pueden ser también indicativos de que los estudiantes están en la capacidad de adoptar, adecuar y modificar recursos emocionales para afrontar las situaciones estresantes, tal y como lo reportó Valdez et al. (2022), al encontrar en un estudio similar, una relación significativamente positiva entre nivel de estrés alto y estrategia de afrontamiento emocional.
- ✚ En el caso de la ansiedad evaluada en su dimensión global como rasgo, los resultados demuestran que la mayor parte de los escolares encuestados 115 (70.1 %) refirió padecerla en un nivel “Alto”, este dato estadísticamente significativo coincide con los hallazgos de Pulido et al. (2011), quienes

al evaluar esta variable en una universidad privada mexicana encontraron que el 73.41% de los participantes reportaron padecer ansiedad en el mismo nivel de intensidad. En este sentido, nuestros datos sobre la ansiedad-rasgo resultan ser contrarios a los obtenidos por Reyes et al. (2017) quienes como resultado de una investigación llevada a cabo en una población de 479 estudiantes mexicanos reportaron encontrar una frecuencia de la ansiedad-rasgo de un 49.37%. En este contexto, nuestros datos también difieren de aquellos reportados por Mendiburu et al. (2019), que al estudiar una población semejante residentes del Estado de Yucatán señalaron identificar niveles bajos de ansiedad.

- ✚ Cabe señalar, que los sujetos que padecen un alto grado de ansiedad-rasgo como en nuestro caso, suelen percibir un mayor rango de situaciones como amenazantes y son más propensos a disminuir significativamente el uso y las estrategias adecuadas de respuestas ante estos escenarios, tal y como lo refiere Dávila et al. (2010).
- ✚ Por último, los resultados derivados de la Correlación Spearman confirman una relación significativa positiva y moderada entre las variables estrés académico y ansiedad-rasgo, mismo que resultan ser similares a los datos encontrados por Clemente (2021). Basados en esta asociación entre las variables estudiadas se puede inferir que al aumentar el estrés académico la presencia de manifestaciones de ansiedad-rasgo también se incrementa.

CONCLUSIONES.

Después del análisis de los resultados de la presente investigación, podemos concluir, que la prevalencia de las variables estrés académico y ansiedad-rasgo en la población estudiada es estadísticamente significativa y en niveles de moderado a Alto. Coincidiendo con la literatura revisada, estos índices están intrínsecamente ligados a las diversas exigencias que dentro de este nivel educativo suelen darse. En nuestra población se identificó que alrededor de tres de cada diez

estudiantes cursan un número mayor a ocho asignaturas, lo que sin lugar a dudas, favorece el número de tareas escolares en comparación con el resto de sus pares.

Es necesario continuar con más estudios que midan estas variables de modo cualitativo, a fin de establecer propuestas de intervención con el objetivo de proveer a los estudiantes de mayores estrategias de afrontamiento tanto para los estresores como las situaciones de ansiedad; con esto, los alumnos pueden con el tiempo llegar a ser más asertivos para responder a las demandas académicas de forma más adecuada.

Se trata, entre otras cosas, de poder contrarrestar una problemática que por sus características y contexto será difícil erradicar; sin embargo, es posible actuar de tal manera que disminuyan sus efectos, procurando intervenir desde los diversos niveles de atención de la salud mental e incluir también desde el propio contexto escolar programas de gestión en habilidades socioemocionales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. Alves, J., Alves, M., & Pineda, J. (2007). Evaluación de los estados emocionales de estudiantes de enfermería. *Index de Enfermería*, 16(56), 26-29. Recuperado de: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962007000100006&lng=es&tlng=es.
2. Barraza, A. (2018). Estrategias del afrontamiento religioso, estrés y sexo, en docentes de educación primaria. Análisis de su relación. *Alternativas en Psicología*, 40, 51-64. Recuperado de: <https://www.alternativas.me/numeros/2-uncategorised/179-estrategias-del-afrontamiento-religioso-estres-y-sexo-en-docentes-de-educacion-primaria>
3. Barrio, J., García, M., Ruiz, I., & Arce, A. (2006). El estrés como respuesta. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1),37-48. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832311003>

4. Berrío, N., & Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 65-82. Recuperado de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006&lng=pt&tlng=es.
5. Cabanach, R., Valle, A., Rodríguez, S. & Piñeiro, I. (2008). Respuesta de estrés en contextos universitarios: construcción de una escala de medida. V Congreso Internacional de Psicología y Educación: los retos de futuro. Oviedo.
6. Cardona, J., Pérez., D., Rivera, S., Gómez, J., & Reyes, A. (2015). Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios. *Diversitas: perspectivas en psicología*, 11, 79-89. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67943296005>
7. Cassaretto, M., Vilela, P., & Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Revista Peruana De Psicología*, 27(2), 1-18. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>
8. Cattell, R., & Scheier, I. (1961). The meaning and measurement of neuroticism and anxiety. New York, Ronald Press
9. Clemente, L. (2021). Estrés académico y Ansiedad en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería (Tesis de maestría) Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. Recuperado de: <https://hdl.handle.net/20.500.12371/11807>
10. Dávila, A., Salgado, M., & Gantiva, A. & Luna, A. (2010). Estrategias de afrontamiento en personas con ansiedad. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 4(1),63-72 Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297224086006>
11. Dosne, C. (2013). Stress y resiliencia Hans Selye y el encuentro de las dos culturas. *Revista Medicina*, 73: 504-505

12. Duarte M, Varela, I., Braschi, L., Sánchez, E. (2017). Estrés en estudiantes de enfermería. *Educación Médica Superior*, 31 (3) Recuperado de: <http://ems.sld.cu/index.php/ems/article/view/1067>
13. Flores, M., Chávez, M., y Aragón, L., (2016). Situaciones que generan ansiedad en estudiantes de Odontalgia. *Journal of Behavior, Health & Social Issues* 8 (2), 35-41. <https://doi.org/10.1016/j.jbhsi.2016.11.004>
14. Garay, J., Santos, M., Félix, M., Beltrán, M., & Jiménez, V. (2018). Estrés académico en estudiantes universitarios de enfermería. *Parainfo Digital*, 12 (28). Recuperado de <http://www.index-f.com/para/n28/e166.php>
15. González, L. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios asociado a la pandemia por COVID-19. *Espacio I+D, Innovación más Desarrollo*, 9(25). <https://doi.org/10.31644/IMASD.25.2020.a10>
16. Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*, McGraw-Hill.
17. Herrera, D., Coria, G., Muñoz, D., Graillet, O., Aranda G., Rojas. F., Hernández, N., (2017). Impacto del estrés psicosocial en la salud. *Revista Neurobiología*, 8(17), 2-14 Recuperado de <https://www.uv.mx/eneurobiologia/vols/2017/17/Herrera/Resumen.html>
18. Hinojosa, M. (2017). Universitarios, con más problemas de ansiedad que la población general. *Revista IBERO*, 5. Recuperado de: <https://iberomx.com/prensa/universitarios-con-mas-problemas-de-ansiedad-que-la-poblacion-general>
19. Jerez, Mónica., & Oyarzo, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 53(3), 149-157. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272015000300002>

20. Lazarus, R. (2000). Estrés y emoción. *Manejo e implicaciones en nuestra salud*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
21. Mendiburu, Z., Cárdenas E., Peñaloza C., & Basulto (2019) Estudio comparativo niveles de ansiedad y disfunción temporomandibular en estudiantes universitarios de Argentina-México. *Revista Odontológica Mexicana*, 23(2):85-96. Recuperado de: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=89516>
22. Mendoza, L., Ortega, E., Quevedo, D., Martínez, R., Aguilar, E., & Hernández, R. (2010). Factores que ocasionan estrés en Estudiantes Universitarios. *Revista Ene de Enfermería*, 4(3), 36-46. Recuperado de <http://ene-enfermeria.org/ojs/index.php/ENE/article/view/96>
23. Moreno, J., Hernández, J., & García, A. (2022) Estrés académico de estudiantes universitarios de Economía: estresores, síntomas y estrategias. *Revista de Educación y Desarrollo*, 60 (1), 19-27. Recuperado de: https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anterioresdetalle.php?n=60
24. Montiel, M., Pérez, M., & Sánchez, V. (2020). *Revista de Psicología y Ciencias del comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 11(1),19-33. <https://doi.org/10.29059/rpcc.20200617-101>
25. Monzón, M. (2012). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de psicología*, 25(1), 87–99. Recuperado de: <https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/117>
27. Orozco, W., & Baldares, M. (2012). Trastornos de ansiedad: revisión dirigida para atención primaria. *Revista médica de costa rica y Centroamérica*, 69(604), 497-507.
28. Pacheco, J. (2017). Estrés académico de los estudiantes de enfermería en una universidad privada de Puerto Rico y su asociación con el rendimiento académico. (Tesis Doctoral). Universidad de Málaga. Recuperado de: <https://hdl.handle.net/10630/15903>

29. Pulido, M., Serrano, M., Valdez, E., Chávez, M., Hidalgo, P., & Vera, F. (2011). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Psicología y Salud*, 21 (1), 31-37. <https://doi.org/10.25009/pys.v21i1.584>
30. Reyes, C., Monterrosas, A., Navarrete, A., Acosta, E., Torruco, U. (2017). Ansiedad de los estudiantes de una facultad de medicina mexicana, antes de iniciar el internado. *Investigación en Educación Médica* (21), 44-45. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349749654007>
31. Ries, F., Castañeda, C., Campos, M., & Castillo, O. (2012). Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(2), 9-16. Recuperado de: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232012000200002&lng=es&tlng=es.
32. Rivera, Y. (2016). Actitudes y nivel de ansiedad de estudiantes universitarios que tomaron cursos introductorios de matemáticas y su relación con el éxito académico en los cursos (Tesis doctoral). University of Puerto Rico. Recuperado de: <https://www.proquest.com/openview/e7f4790bba8a33580d6727d81fa27310/1?pq-origsite=scholar&cbl=18750>
33. Rodríguez, I., Fonseca, G., & Aramburú, G. (2020). Estrés Académico en Alumnos Ingresantes a la Carrera de Odontología en la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina. *International journal of odontostomatology*, 14(4), 639-647. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-381X2020000400639>
34. Rojas, K. (2010). Validación del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado en padres con un hijo en terapia intensiva. *Revista Médica IMSS*, 48(5),491-496. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=457745510005>

35. Ruíz, R., Gallardo, I., Moncada, L., & Dávila, A. (2011). Niveles de ansiedad, depresión y percepción de apoyo social en estudiantes de Odontología de la Universidad de Chile. *Revista de Psicología*, 20(2), 147-172. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26421338007>
36. Saravia, M., Cazorla, P., & Cedillo, L. (2020). Nivel de ansiedad de estudiantes de medicina de primer año de una universidad privada del Perú en tiempos de Covid-19. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 20(4), 568-573. <https://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v20i4.3198>
37. Sarduy, A., Sarduy, M., Collado, L., Cardet, A., & Quiñones, Y. (2020). Percepción de estudiantes de enfermería sobre influencia familiar en la presencia de estrés académico en la asignatura enfermería básica. *Revista Cubana de Enfermería*, 36(2). Recuperado de <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/3195>
38. Sierra, J., Zubeidat, I., & Ortega, V. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar E Subjetividade*, 3(1), 10 – 59. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27130102>
39. Silva, M. López, J. & Columba, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista investigación y ciencia*, 28(79), 75-83. <https://doi.org/10.33064/iycuaa2020792960>
40. Spielberger, C. (1966). *Theory and research on anxiety*. Anxiety and behavior. New York, Academic press.
41. Spielberger, C., Gorsuch, R. & Lushene, R. (2010). *Cuestionario de Ansiedad Rasgo-Estado*. Madrid: TEA
42. Sociedad Mexicana de Psicología (2009). *Código ético del psicólogo*. México, Trillas
43. Souto, A. (2013). *Regulación emocional y estrés académico en estudiantes de fisioterapia [Tesis doctoral]*. Universidad da Coruña.

44. Toribio, C. & Franco, S. (2016). Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. *Revista Salud y Administración*, 3, 11-18. Recuperado de <https://revista.unsis.edu.mx/index.php/saludyadmon/article/view/49>
45. Trujillo, P. & González, N. (2019). Nivel de Estrés Académico en Estudiantes de Postgrado de la Facultad de Educación en la Universidad Cooperativa de Colombia, sede Bogotá [Tesis de maestría]. Universidad Cooperativa de Colombia, Bogotá, Colombia.
46. Valdez, Y., Marentes, R., Correa Valenzuela, S., Hernández, R., Enríquez, I., & Quintana, M. (2022). Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la licenciatura en Enfermería. *Enfermería Global*, 21(1), 248–270. <https://doi.org/10.6018/eglobal.441711>
47. Valdivieso, L., Lucas, S., Tous, J. & Espinoza, I. (2020). Estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario: educación infantil-primaria. *Educación XX1*, 23(2), 165-186. <https://dx.doi.org/10.5944/educXX1.25651>

DATOS DE LOS AUTORES.

1. **Juan Pablo Sánchez Domínguez.** Doctor en Psicología. Investigador de Tiempo Completo, adscrito a la Universidad Autónoma del Carmen, México. Miembro del Sistema Nacional de Investigadores (CONACYT). Correo electrónico: jsanchez@pampano.unacar.mx; <https://orcid.org/0000-0002-6462-0968>
2. **Elizabeth Damián Mendoza.** Licenciada en Psicología Clínica, Universidad Autónoma del Carmen, México. Correo electrónico: 171182@mail.unacar.mx
3. **Merari Cristel Pozo Osorio.** Maestra en Psicopedagogía. Psicoterapeuta en PSYPÉE. Correo electrónico: mpozo@pampano.unacar.mx <https://orcid.org/0000-0002-5520-0988>
4. **Erika Anahí Baz Salinas.** Licenciada en Psicología Clínica, Universidad Autónoma del Carmen, México. Correo electrónico: 140025@mail.unacar.mx

RECIBIDO: 30 de mayo del 2022.

APROBADO: 2 de julio del 2022.