

Ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte

Anxiety regarding evaluations in students of a private university in Lima Norte

César Augusto Eguia Elias

Autor corresponsal: ceguiae@cientifica.edu.pe
Universidad Científica del Sur, Perú

Antonella Mirella Arribasplata Rios

Universidad Científica del Sur, Perú

Diana Rubí Escobar Nina

Universidad Científica del Sur, Perú

Jazmin Harumi Galindo Guima

Universidad Científica del Sur, Perú

Ariadna Avril Mercado Patrocinio

Universidad Científica del Sur, Perú

Marybella Yessamí Morales Hanco

Universidad Científica del Sur, Perú

Recibido: 08 de marzo de 2024

Aceptado: 21 de mayo de 2024

Resumen

El objetivo de este estudio es medir los niveles de ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte. La investigación es de tipo básico y alcance descriptivo, con enfoque cuantitativo, diseño no experimental, de corte transversal y correlacional; los participantes son 90 estudiantes universitarios (60% mujeres y 40% hombres), en el rango de edad entre los 17 a 35 años. La técnica es la encuesta; el instrumento la escala Reactions to Tests (RTT), Reacción ante

Para citar este artículo:

Eguia, C. A., Arribasplata, A. M., Escobar, D. R., Galindo, J. H., Mercado, A. A., & Morales, M. Y. (2024). Ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte. *Actualidad Psicológica*, 2(2), 47-65. <https://cpsplimaycallao.org.pe/revista-actualidad-psicologica/>

Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-SA 4.0).



las Evaluaciones. Los resultados nos indican que 44.44% de estudiantes tienen nivel promedio bajo y 32.22% promedio alto; 23.3% de mujeres tienen ansiedad promedio bajo a diferencia del 21.1% en hombres, la media $X = 93.31$ destaca niveles promedio bajo, $DS = 23.177$ y $S = 537.161$ estimaron datos dispersos y heterogéneos. Se concluye que la ansiedad frente a las evaluaciones se relaciona con las edades de los universitarios en periodo de pandemia.

Palabras clave: edades, ansiedad, evaluaciones, estudiantes.

Abstract

The objective of the research was to evaluate the anxiety towards evaluations in students of a private university of Lima Norte. The study was basic and descriptive in scope, with a quantitative approach, non-experimental design, cross-sectional and correlational. 90 university students between 17 and 35 years of age participated; 60% were female and 40% were male. The technique used was the survey, the instrument, the scale Reactions to Tests (RTT), and Reaction to Evaluations. The results showed in the students 44.44% with low average level and 32.22% high average, having 23.3% of women who had low average anxiety as opposed to 21.1% in men, the mean $X = 93.31$ highlights low average levels, $DS = 23.177$ and $S = 537.161$ estimated scattered and heterogeneous data. It is concluded that anxiety in front of the evaluations was related to the ages of the university students in pandemic period.

Keywords: ages, anxiety, assessments, students.

Introducción

Los trastornos de ansiedad y depresión se han incrementado de manera preocupante en los últimos años, sobre todo a partir de la aparición de la COVID-19 y las circunstancias que implicaron, aislamiento social, incertidumbre económica, miedo y preocupación por el contagio. En los informes periódicos de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022)

se señala que en el 2019 una de cada ocho personas en el mundo (970 millones de personas) padecen diferentes trastornos mentales, entre los que se registran ansiedad (301 millones de personas, de los cuales 58 millones son niños y adolescentes) y depresión (280 millones de personas; 23 millones son niños y adolescentes).

En América, se registran mayores niveles de ansiedad y depresión en comparación con el resto del mundo (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2023). Así, durante el 2020, se observó que el índice de los trastornos de ansiedad se incrementaron exponencialmente en un 32% en América Latina y el Caribe, y que las mujeres presentan el doble de probabilidad de padecer un trastorno de ansiedad (OPS, 2023). En lo que va de la pandemia de COVID-19, se estima que la depresión y la ansiedad se incrementaron en un 25%, porque no se invierte lo suficiente en salud mental y solo se emplea el 2% del presupuesto sanitario (OMS, 2023).

En el Perú, un estudio realizado por el Ministerio de Educación (MINEDU, 2019) reveló que el 85% de la comunidad educativa universitaria, estudiantes, profesores y personal administrativo, presentaron problemas de salud mental como la ansiedad, con un 82% de permanencia. Por consiguiente, decidieron, en coordinación con el Ministerio de Salud (MINSA), elaborar normas internas en favor del cuidado de la salud mental en 21 universidades públicas, lo que ha llevado a un mayor acceso a servicios de salud mental y terapias. Sin embargo, la ansiedad sigue siendo un desafío importante que requiere atención y apoyo continuo.

Efectivamente, la ansiedad es la enfermedad mental que más se ha diagnosticado en Perú durante los primeros años de pandemia. Se registran 433 816 casos en 2022, con mayor presencia en mujeres, en edades entre los 17 y los 25 años, según la información del Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado-Hideyo Noguchi (2023).

En el contexto nacional se encuentran una serie de investigaciones sobre el tema. En Lima, la investigación que realizan Saravia-Bartra et al. (2020) tiene como objetivo encontrar el nivel de ansiedad en estudiantes de primer año de Medicina Humana de una universidad privada; en una muestra constituida por 57 estudiantes. En sus resultados, el 75.4% presentan algún

nivel de ansiedad; existe asociación estadísticamente significativa con el género (F); no existe asociación entre las variables edad y ansiedad. Por su parte, Franco y Maqui (2021), en cambio, relacionan la ansiedad y la procrastinación académica, la muestra la conforman 163 estudiantes de noveno y décimo ciclo de una universidad privada de Lima Norte. Entre los hallazgos, se encuentra que la variable ansiedad es dominante con un 58% y existe una relación negativa y débil frente a ambas variables. Es decir, si la ansiedad ante los exámenes tiende a ser baja, consecuentemente el nivel de procrastinación académica entre los estudiantes tiende a ser alto.

En tanto, Estrada y Mamani (2020) establecen que la ansiedad con la procrastinación académica mantiene una relación directa y significativa, en una muestra de 220 estudiantes de educación de la Universidad Nacional de Dios Amazonas, en Madre de Dios, Perú. Encuentran 39% de ansiedad en nivel moderado en los participantes, por lo que concluyen que cuanto más procrastinan y posponen los estudiantes las actividades académicas, mayor es el nivel de ansiedad. Prieto-Molinaria et al. (2020) plantearon como objetivo describir los niveles de ansiedad y depresión que, adultos de Lima Metropolitana, presentaron durante el distanciamiento social. Los participantes fueron 565 personas adultas: 382 mujeres y 183 hombres. Entre los resultados, se tiene que los síntomas relacionados a la ansiedad y depresión se incrementaron de niveles moderados a altos durante la pandemia, y como consecuencia del distanciamiento social, teniendo en cuenta factores sociodemográficos como sexo, grado de instrucción y edad. También, Vallejos (2015) realizó una investigación en donde planteó como objetivo establecer la relación entre procrastinación académica y ansiedad presentada durante las pruebas. La muestra la integran 130 estudiantes de la Facultad de Ingeniería y Facultad de Comunicaciones, 85 varones y 45 mujeres. El muestreo fue multietápico intencional. En la evaluación se utilizó la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y ansiedad RTT de Sarason. Los resultados demostraron que hubo una correlación entre lo que motiva a los estudiantes a procrastinar y la ansiedad como reacciones previas a las pruebas académicas.

En el ámbito internacional, Chung et al. (2021) plantearon como objetivo principal determinar la prevalencia de la ansiedad en los universitarios de

la casa de estudio superior Cristina de Bolivia durante la pandemia de la COVID-19; en un estudio analítico de corte transversal no probabilístico por conveniencia. Los resultados evidencian 48.37% con ansiedad leve, 18% de leve a moderada, 11.87% ansiedad moderada a grave y 19.58% ansiedad muy grave. Concluyen que los participantes presentaron una leve prevalencia de ansiedad, aunque existen otros factores de riesgo que podrían generar sintomatologías de ansiedad en los universitarios. Villavicencio y Prado (2022) se centra en determinar la relación entre la ansiedad frente a exámenes con las estrategias de afrontamiento, al volver a la modalidad presencial. La muestra, estuvo integrada por 103 estudiantes ecuatorianos de nuevo ingreso de la Facultad de Ingeniería de la Universidad de Cuenca. Los investigadores emplearon una metodología de enfoque mixto de diseño no experimental y aplicaron el cuestionario COPE-28 y la escala S-CTAS. Los hallazgos indican que el 38.8% presenta ansiedad durante las evaluaciones; además, mientras se implementen más estrategias de afrontamiento cognitivo menor será el nivel de ansiedad. Ambas variables estudiadas demuestran una correlación negativa y significativa.

Del mismo modo, Polo et al. (2022) plantean como objetivo principal establecer la relación entre ansiedad con los estilos de afrontamiento en estudiantes de psicología. Los participantes fueron 133 alumnos de la Universidad Metropolitana de Colombia. El enfoque es cuantitativo, el nivel de investigación descriptivo, de diseño no experimental y de corte transversal. Concluyen que la ansiedad en los estudiantes se relaciona con los estilos de afrontamiento y que, durante la elaboración de los exámenes, hay mayor tendencia a manifestar reacciones emocionales. Pinargote y Caicedo (2019) estudiaron la relación entre la ansiedad de estudiantes universitarios y el desempeño académico; en una muestra de 163 alumnos de psicología de la Universidad Técnica de Manabí. Se enfocan en la valoración de la repercusión de la ansiedad y el estrés en el desenvolvimiento como estudiantes. El estudio es descriptivo, correlacional y con enfoque cuali-cuantitativo, la técnica fue la encuesta, aplicaron un cuestionario de ansiedad de Hamilton y de desempeño académico. En los resultados se evidencia que el nivel de ansiedad es elevado y que guarda relación significativa con el rendimiento académico; el ambiente académico percibido es bastante positivo y el desempeño académico no se ve afectado.

Por último, Mendiburu et al. (2019) realizaron un estudio con el objetivo de comparar las asociaciones respecto a los grados de ansiedad y la gravedad de los TMD en el alumnado de la Universidad Autónoma de Yucatán en México y la Universidad Nacional de Córdoba en Argentina, entre mayo de 2017 y febrero de 2018. A una muestra de 117 estudiantes argentinos y 80 mexicanos se les aplicó el Índice Anamnésico de Fonseca, de 10 preguntas, para determinar el grado de TMD, y escalas que miden la ansiedad. Los resultados son similares en el grado de TMD y en los niveles de ansiedad, en ambos grupos de estudiantes de las universidades. La mayoría presentan TMD, por lo que se recomienda identificar tempranamente los trastornos de ansiedad con la finalidad de reducir el riesgo de fracaso académico y enfermedades psicosomáticas adicionales.

Ahora bien, sobre la ansiedad ante las evaluaciones y las bases teóricas en torno a ella, Chacón et al. (2021) definen a la ansiedad como una respuesta natural frente a situaciones que producen miedo, estrés constante o preocupación excesiva; se manifiesta en la persona con nerviosismo, temblores, sudoración, palpitaciones, etc., también con pensamientos negativos, respecto a uno mismo o la situación. Se puede presentar antes, durante o después de una prueba, una exposición u otra actividad que implique evaluación en un contexto académico (Chacón et al., 2021; Vallejos, 2015).

Saravia-Bartra et al. (2020) establecen que la ansiedad ante las evaluaciones o exámenes se debe a diversos factores, entre ellos, los psicológicos, ambientales, académico, social, personal y/o familiar), mientras que en el ámbito educativo se consideran la presión por los exámenes, la insatisfacción con la carrera, la falta de apoyo académico y los problemas económicos; en los sociales, consideran las dificultades en las relaciones con compañeros y docentes, la violencia en el entorno universitario y la discriminación; y finalmente, en los factores personales, se consideran la baja autoestima, la inseguridad y la historia familiar de trastornos de ansiedad.

Por lo expuesto, el objetivo de la presente investigación es evaluar la ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte.

Método

La investigación es de tipo básico y de alcance descriptivo, como sostienen Arias y Covinos (2021), se cumple la función de ser base teórica; además, especificar propiedades y características de diferentes grupos, que luego se analizan para cuantificar los datos recogidos. Asimismo, de diseño no experimental y transversal, siendo las variables de estudio evaluadas en su contexto natural, enfocándose en la observación y recopilación de datos que brindan los propios evaluados en un momento determinado en tiempo y espacio (Álvarez-Risco, 2020).

La selección de la muestra es de tipo no probabilístico intencional. Hernández y Mendoza (2018) refieren que el muestreo intencionado está orientado a que el investigador estudie las características únicas de una población.

La muestra está conformada por 90 estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 60% mujeres y 40% hombres; en edades dentro del rango de 17 a 35 años; y estudiantes de diversas carreras profesionales.

El instrumento es la escala Reactions to Tests (RTT, Sarason, 1984), Reacciones de ansiedad frente a las evaluaciones. Consiste en asimilar aportes obtenidos sobre el modelo de interferencia cognitiva a través de la inclusión de nuevas escalas, planteando a su vez que los estudiantes que presentan el mayor nivel de ansiedad disminuyen su atención a la evaluación en cuestión y pierden su concentración en sus estudios (Furlán, 2006). Cuenta con tres subescalas: pensamientos negativos, pensamientos irrelevantes y distractores, y síntomas fisiológicos de malestar

Los *pensamientos negativos* guardan relación con el miedo intenso frente a las complicaciones que se manifiestan antes y durante los exámenes, son ideas persistentes que se producen en cualquier evaluación o prueba académica, oral o escrita, se fortalece por el miedo a no ser capaz de rendir como se espera, e incluye a las posibles consecuencias negativas que surjan de la prueba; se evalúa mediante los ítems 1, 2, 8, 9, 20, 21, 22, 27, 34, 35, 36, 39, 40 (Sarason, 1978, como se cita en Furlán, 2006).

Los *pensamientos irrelevantes y distractores* antes y durante las evaluaciones, son ideas fantasiosas e improbables en la medida que su contenido cumple un rol distractor que no guarda relación alguna con la evaluación; se evalúa mediante los ítems 3, 7, 12, 17, 18, 24, 28, 29, 32, 38 (Sarason, 1978, como se cita en Furlán, 2006).

Los *síntomas fisiológicos de malestar*, antes y durante las evaluaciones, son respuestas somáticas previas al examen, por ejemplo, dolor estomacal, mareos, dolor de cabeza, temblor, tensión muscular, además de presentar sensaciones de ansiedad, pánico, nervios y otros síntomas más; se evalúa mediante los ítems 4, 5, 6, 10, 11, 14, 15, 16, 19, 23, 25, 26, 30, 31, 33, 37 (Sarason, 1978, como se citó en Furlán, 2006).

Se aplicó la prueba de manera individual y presencial a 92 participantes. Inicialmente, se explicaron los objetivos de la investigación y se brindaron de manera detallada las instrucciones, absolviendo las dudas que expresaron los participantes. Se excluyeron dos pruebas por encontrarse incompletas, quedando 90 evaluaciones.

Para realizar el análisis estadístico se pasó la información a una base de datos en Excel y luego se exportaron al programa estadístico SPSS para la codificación respectiva de los datos; seguido, se trasladó la información la información sociodemográfica de los participantes en tablas descriptivas con frecuencia y porcentajes, y las medidas de tendencia central y dispersión (Amao & Chancayauri, 2020).

Del mismo modo, para el análisis inferencial se utilizó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov (KS), que se basa en suposiciones sobre determinadas observaciones de la muestra, destacando una distribución no paramétrica (Aslam, 2020). Luego se aplicó el coeficiente de correlación *rho* de Spearman, para medir la fuerza y dirección de la relación lineal entre variables, con una significancia del 5% (Hernández et al., 2018).

Resultados

En la Tabla 1 se presenta la frecuencia y el porcentaje según las características sociodemográficas de la muestra, en cuanto a las variables sexo, carrera profesional, edad y ciclo académico. Son 54 mujeres (60%) y 36 hombres (40%); el mayor número se registra en Medicina Humana con 22 participantes, el grupo de 17 a 23 años de edad con 83 participantes, y el ciclo académico de primer a quinto con 72 participantes.

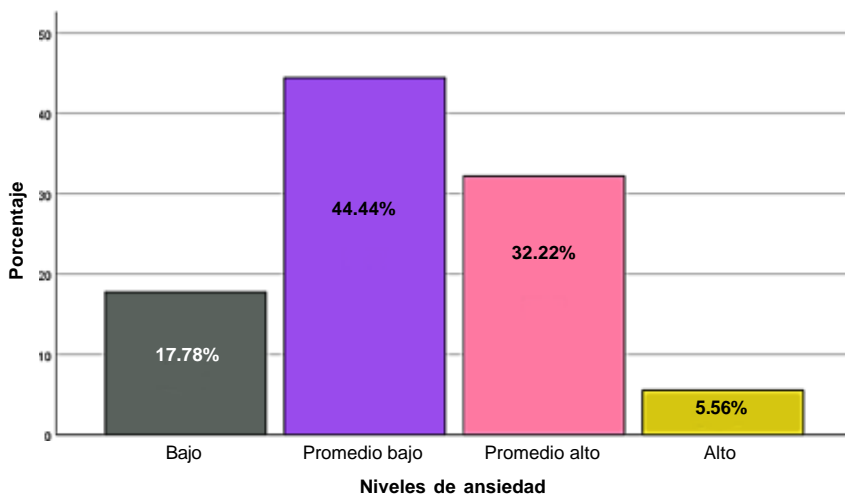
Tabla 1
Características sociodemográficas

Características	F	%
Sexo		
Mujer	54	60.0
Hombre	36	40.0
Carrera profesional		
Economía	1	1.1
Negocios Internacionales	1	1.1
Marketing	1	1.1
Ingeniería Industrial	1	1.1
Veterinaria	8	8.9
Gastronomía	1	1.1
Comunicación	3	3.3
Ingeniería Petroquímica	1	1.1
Ingeniería de Sistemas	3	3.3
Administración	3	3.3
Psicología	8	8.9
Telecomunicaciones	1	1.1
Derecho	4	4.4
Ingeniería Ambiental	1	1.1
Arquitectura	3	3.3
Medicina Humana	22	24.4
Nutrición y Dietética	2	2.2
Contabilidad	2	2.2
Ciencias Políticas	1	1.1
Educación	6	6.7

Características	F	%
Enfermería	10	11.1
Ingeniería Civil	3	3.3
Ingeniería Electrónica	1	1.1
Farmacia y Bioquímica	2	2.2
Artes escénicas	1	1.1
Edad		
De 17 a 23 años	83	92.2
De 24 a 29 años	5	5.6
De 30 a 35 años	2	2.2
Ciclo académico		
De primer a quinto ciclo	72	80.0
De sexto a décimo ciclo	18	20.0

En la Figura 1 se presenta los niveles de ansiedad frente a las evaluaciones en los participantes. Los niveles de ansiedad se clasifican de acuerdo a cuatro categorías: *bajo*, *promedio bajo*, *promedio alto* y *alto*. Como se aprecia el 44.44% presenta ansiedad promedio bajo.

Figura 1
Niveles de ansiedad frente a las evaluaciones



En la Tabla 2 se indican los estadísticos y los valores correspondientes. La media $X = 93.31$ consignado un promedio bajo; la mediana de $Md = 94.00$, la que agrupa al 50% de los estudiantes dentro del promedio bajo y otro 50% por encima del puntaje; la moda $Mo = 97$ que más se repite, siendo datos asimétricos y heterogéneas. La desviación estándar $DS = 23.177$, con rangos $-+$ (70.133 a 116.487) puntuaciones que varían de niveles bajos y altos. Asimismo, el valor de la varianza $S = 537.161$ permite decir que los puntajes son muy dispersos, considerando el incremento de los niveles de ansiedad ante las evaluaciones.

Se llevó a cabo la prueba de normalidad teniendo en cuenta el nivel de significancia resultante de la prueba de Kolmogorov-Smirnov, ya que la muestra de estudio es mayor a 50, con el fin de determinar qué estadísticos son los más acertados en la investigación. Los resultados muestran valores mayores a $p = .200 > .05$, lo que nos indica una distribución normal de los datos al utilizar estadísticos paramétricos.

Tabla 2
Estadísticos descriptivos

Estadísticos	Valores
Media	93.31
Mediana	94.00
Moda	97
Desviación estándar	23.177
Varianza	537.161

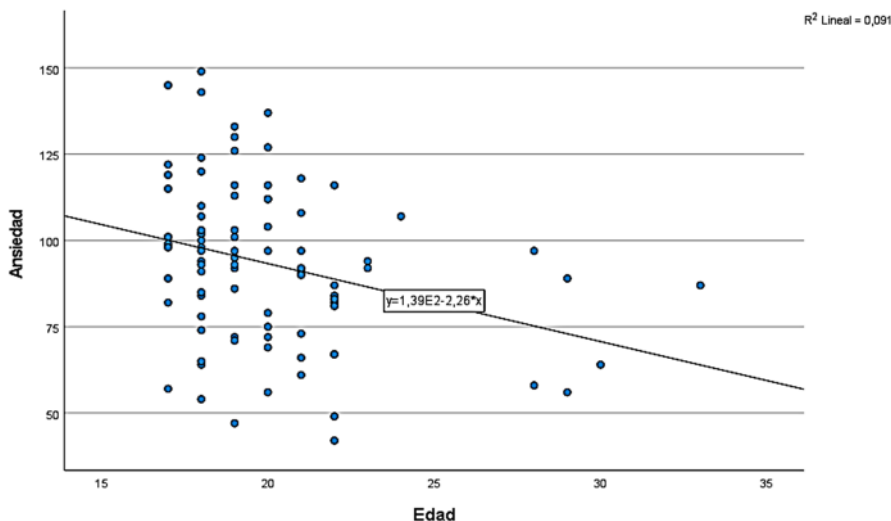
En la Tabla 3, al aplicarse la prueba estadística de correlación de Spearman, obtenemos un valor de significancia $p = .004 < .05$; es decir, existe relación significativa entre la ansiedad y la edad. Se rechaza la H_0 y se acepta la H_a .

Tabla 3
Relación de la ansiedad ante las evaluaciones y edades

	rho	p
Edades	-.302**	.004

Mediante la Figura 2 se puede deducir que hay una correlación ($\rho = -.302$) con una tendencia negativa y magnitud media.

Figura 2
Dispersión



En la Tabla 4 se presentan los niveles de ansiedad ante las evaluaciones en relación con la variable sexo. Son 90 participantes, 54 (60%) mujeres: 21 (23.3%) con nivel promedio bajo; 18 (20%) con nivel promedio alto; 11 (12.2%) con nivel bajo y 4 (4.4%) con nivel alto de ansiedad ante las evaluaciones. Asimismo, 36 (40%) hombres: 19 (21.1%) con un nivel promedio bajo; 11 (12.2%) con nivel promedio alto; 5 (5.6%) con nivel bajo y 1 (1.1%) con nivel alto de ansiedad ante las evaluaciones.

Tabla 4
Niveles de ansiedad ante las evaluaciones con relación a la variable sexo

Sexo		Niveles de ansiedad				Total
		Promedio		Promedio		
		Bajo	bajo	alto	Alto	
Mujer	f	11	21	18	4	54
	%	12.2%	23.3%	20.0%	4.4%	60.0%
Hombre	f	5	19	11	1	36
	%	5.6%	21.1%	12.2%	1.1%	40.0%
Total	f	16	40	29	5	90
	%	17.8%	44.4%	32.2%	5.6%	100.0%

Discusión

En la parte descriptiva, se registra que el 60% de la muestra son mujeres y el 40% hombres; el puntaje de 93.31 ubican al grupo de estudiantes en una ansiedad promedio. En niveles de ansiedad frente a una evaluación, 17.8% de los estudiantes presentan ansiedad baja, 44.44% presentan nivel promedio bajo, 32.2% presentan nivel promedio alto y 5.6% presenta nivel alto.

Nuestros resultados son similares a los de Franco y Maqui (2021), quienes encuentran 58% de ansiedad promedio frente a los exámenes y 28% de baja ansiedad; asimismo, evidenciaron que la ansiedad tiende a decrecer cuando los estudiantes presentan conductas propias de la procrastinación académica, sin embargo, Estrada y Mamani (2020) encontraron que el 39% presentó ansiedad moderada y que a mayor procrastinación mayor es el nivel de ansiedad en el ámbito académico. Es pertinente mencionar que nuestra investigación se enfocó en la ansiedad durante las evaluaciones y no tomó en cuenta a la variable de procrastinación académica para determinar una posible influencia y relación con la ansiedad. Hallamos que el 32.22% corresponde al nivel promedio alto de ansiedad, un porcentaje cercano al nivel moderado de ansiedad en la investigación de Estrada y

Mamani (2020), pero sigue siendo menor que el 58% de la investigación de Franco y Maqui (2021); por lo que señalamos que los estudiantes universitarios cuando realizan exámenes evidencian ansiedad continua.

En el estudio presentado por Chung et al. (2021) encontramos que los estudiantes de medicina y fisioterapia, durante la pandemia, presentaron un 48.37% de ansiedad leve, 18% de ansiedad moderada, 11.87% de ansiedad grave y 19.58% de ansiedad muy grave; sus resultados son similares al presente estudio, donde la ansiedad de 17.78% es baja y el 44.44% es promedio baja, por lo cual, se puede inferir que los niveles de ansiedad postpandemia en 2023 aún persisten levemente. Consideramos que la oportuna intervención puede mejorar el bienestar mental del estudiante universitario ayudándolo a mitigar la ansiedad o que el nivel suba y afecte su rendimiento académico.

En la parte inferencial, la relación entre la edad de los estudiantes y la variable ansiedad ante las evaluaciones tiene una correlación significativa y negativa: a mayor edad, menor ansiedad se presenta ante las evaluaciones. Cabe destacar que evidenciamos una relación significativa entre nivel de ansiedad ante las evaluaciones y las edades, lo que se contrapone con lo hallado por Saravia-Bartra et al. (2020), quienes encontraron una relación significativa de la ansiedad con el género (femenino), pero no con la edad en los participantes.

Por otro lado, el resultado de la correlación nos indica que la variable ansiedad ante las evaluaciones repercute según características sociodemográficas o comportamientos internos o externos. Villavicencio y Prado (2022) encuentran que la ansiedad ante los exámenes mantiene una correlación negativa con estrategias de afrontamiento; mientras Polo et al. (2022) se refieren a la dificultad para afrontar las emociones negativas que se presentan durante las evaluaciones, lo cual provoca algunos efectos como los señalados: pensamientos negativos e irrelevantes y síntomas fisiológicos de malestar, los que provocan el aumento del nivel de la ansiedad y desvía la concentración del estudiante universitario.

Por último, Furlán (2006), al describir el Modelo de Interferencia Cognitiva sostiene que al tener mayor nivel de ansiedad se disminuye la

atención fijada y se va perdiendo concentración en la prueba académica. En nuestro estudio no encontramos diferencias significativas de ansiedad con relación a ciclos académicos y carreras profesionales. Es decir, la ansiedad ante los exámenes se presenta de igual forma independientemente de las variables mencionadas. Consideramos necesaria la aplicación de técnicas de afrontamiento en las evaluaciones con el objetivo de optimizar la concentración en el estudiante y reducir su nivel de ansiedad.

Conclusiones

Los estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, participantes de este estudio, presentan una distribución con mayores porcentajes en los grupos: mujer, carrera de medicina humana, edad entre 17 y 23 años. En cuanto al nivel de ansiedad frente a las evaluaciones el mayor porcentaje es de 44.44%, promedio bajo.

El puntaje promedio en el grupo de estudiantes se localiza en niveles promedio bajo de ansiedad frente a las evaluaciones, con una distribución no normal. La dispersión de los datos nos indica una variación heterogénea que explica el incremento preocupante de los niveles de ansiedad frente a las evaluaciones. Encontramos una relación significativa y correlación negativa y moderada de la ansiedad frente a las evaluaciones con las edades de los estudiantes.

Consideramos importante la planificación y organización del tiempo de estudio para afrontar la ansiedad antes y durante una evaluación. Sugerimos, además, la implementación de talleres para que el estudiante adquiera mayor confianza y desarrolle su capacidad en el aprendizaje; incentivar a los estudiantes a formar grupos para compartir conocimientos y resolver las dudas; brindar información acerca de los recursos de apoyo psicológico que ofrece la universidad, reducir los elementos distractores del aula. En general, aplicar procedimientos para asesorar y reconfortar al alumnado, instrucciones claras y comprensibles para evitar confusión y preocupación durante la evaluación. Finalmente, tener en cuenta que mantener un estilo de vida equilibrado y saludable tiene un impacto positivo en la salud mental.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

Responsabilidad ética

Se ha respetado los principios éticos básicos de la investigación y los que rige el quehacer profesional del Colegio de Psicólogos del Perú, en especial el de la autonomía, transparencia, confidencialidad, no maleficencia, integridad y responsabilidad.

Contribución de autoría

CAEE: redacción, búsqueda de información, diseño del estudio y de aplicación, resultados e interpretación.

AMAR: redacción, búsqueda de información, aplicación del estudio.

DREN: redacción, búsqueda de información, aplicación del estudio.

JHGG: redacción, búsqueda de información, aplicación del estudio.

AAMP: redacción, búsqueda de información, aplicación del estudio.

MYMH: redacción, búsqueda de información, aplicación del estudio.

Referencias

- Álvarez-Risco, A. (2020). Clasificación de las investigaciones. *Repositorio Institucional - Ulima*. <https://es.scribd.com/document/531288925/CLASIFICACION-DE-LAS-INVESTIGACIONES-wecompress-com>
- Amao, J. R., & Chancayauri, G. V. (2020). *Uso del geogebra en el aprendizaje de las medidas de tendencia central, en estudiantes del segundo grado de educación secundaria de la Institución Educativa Mixta Fortunato L. Herrera* [Tesis de licenciatura, Universidad San Antonio Abad del Cusco]. <https://repositorio.unsaac.edu.pe/handle/20.500.12918/5535>
- Arias, J. L., & Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Enfoques Consulting EIRL. https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf
- Aslam, M. (2020). Introducing Kolmogorov-Smirnov Tests under Uncertainty: An Application to Radioactive Data. *ACS Omega*, 5(1), 914-917. <https://doi.org/10.1021/acsomega.9b03940>
- Chacón, E. C., De la Cera, D. X., Lara, M. F., & Arias, R. M. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1), 23-36. <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>

- Chung, S. A., Rebollo, A., Quiroga, A., Paes, I., & Yáñez, J. A. (2021). Factores de riesgo de ansiedad en estudiantes de Bolivia durante la pandemia de la COVID-19. *Revista Cubana de Farmacia*, 54(4), e703. <https://revfarmacia.sld.cu/index.php/far/article/view/703>
- Estrada, E. G., & Mamani, H. J. (2020). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios de Madre de Dios, Perú. *Apuntes Universitarios*, 10(4), 322-337. <https://doi.org/10.17162/au.v10i4.517>
- Franco, A. P., & Maqui, X. L. (2023). *Ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica en estudiantes de una universidad de Lima Norte, 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio de la Universidad Privada del Norte. <https://hdl.handle.net/11537/34081>
- Furlán, L. (2006). Ansiedad ante los exámenes. ¿Qué se evalúa y cómo? *Revista Evaluar*, 6(1), 32-51. <https://doi.org/10.35670/1667-4545.v6.n1.533>
- Hernández, J. D., Espinosa, F., Rodríguez, J. E., Chacón, J. G., Toloza, C. A., Arenas, M. K., Carrillo, S. M., & Bermúdez, V. J. (2018). Sobre el uso adecuado del coeficiente de correlación de Pearson: definición, propiedades y suposiciones. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 37(5), 587-595. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55963207025>
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. (1° ed.). McGraw Hill.
- Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado-Hideyo Noguchi. (2023, 3 de febrero). *Salud mental: ¿cómo detectar y superar la ansiedad?* (Nota de prensa). <https://www.gob.pe/institucion/inism/noticias/696213-salud-mental-como-detectar-y-superar-la-ansiedad>
- Mendiburu, C., Cárdenas, R., Peñaloza, R., Carillo, E., & Basulto, L. (2019). Estudio comparativo niveles de ansiedad y disfunción temporomandibular en estudiantes universitarios de Argentina-México. *Revista Odontológica Mexicana*, 23(2), 85-96. <https://mex.odontoacademic.com/wp-content/uploads/2019/11/uo192d.pdf>
- Ministerio de Educación (MINEDU). (2019, 15 de octubre). *Minedu y el Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental* (Nota de prensa). <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa%20trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental>
- Mishra, P., Singh, U., Pandey, C. M., Mishra, P., & Pandey, G. (2019). Application of Student's t-test, Analysis of Variance, and Covariance. *Annals of Cardiac Anaesthesia*, 22(4), 407-411. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6813708/>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2022, 8 de junio). *Trastornos mentales*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2023, 18 de enero). *Alocución de apertura del Director General de la OMS en el panel sobre salud mental en el trabajo celebrado en el marco del Foro Económico Mundial - 18 de enero de 2023*. <https://www.who.int/es/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-mental-health-at-work-panel—world-economic-forum—18-january-2023>
- Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2023). *Una nueva agenda para la salud mental en las Américas: Informe de la Comisión de Alto Nivel sobre Salud Mental y COVID-19 de la Organización Panamericana de la Salud*. PAHO. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/57504/9789275327265_spa.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Pinargote, E. I., & Caicedo, L. C. (2019). La ansiedad y su relación en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Manabí. *Espirales revista multidisciplinaria de investigación científica*, 3(28), 1-18. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=573263327006>
- Polo, S., Castaño, A., Palacio, L. J., Barros, A., Montañez, M., & Orozco, M. (2022). Relación entre la ansiedad y estilos de afrontamientos ante los exámenes en estudiantes de psicología. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(2), 484-504. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i2.1903

- Prieto-Molinaria, D., Aguirre, G., de Pierola, I., Luna, G., Merea, L., Lazarte, C., Uribe-Bravo, K., & Zegarra, A. (2020). Depresión y ansiedad durante el aislamiento obligatorio por el COVID-19 en Lima Metropolitana. *Liberabit*, 26(2). http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272020000200009&script=sci_arttext
- Saravia-Bartra, M. M., Cazorla-Saravia, P., & Cedillo-Ramirez, 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://doi.org/10.25176/lfmh.v20i4.3198>
- Sarason, I. G. (1984). Stress, anxiety, and cognitive interference: Reactions to tests. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(4), 929-938. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.4.929>
- Vallejos, S. (2015). *Procrastinación académica y ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes universitarios* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Digital de Tesis y Trabajos de Investigación PUCP. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/6029>
- Villavicencio, D., & Prado, K. (2023). *Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante los exámenes de los estudiantes de nuevo ingreso de la Facultad de Ingeniería de la Universidad de Cuenca. Periodo junio - noviembre 2022* [Tesis de maestría, Universidad Politécnica Salesiana]. Repositorio Institucional de la Universidad Politécnica Salesiana. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/24650/1/UPS-CT010447.pdf>

Cesar Augusto Eguía Elias

Carrera de Psicología, Universidad Científica del Sur, Perú.

Psicólogo con amplia experiencia en investigación, docencia y gestión académica en el ámbito de la psicología. Docente investigador en la Universidad Científica del Sur y miembro del comité de ética. Publicador de artículos psicológicos y conferencista nacional e internacional.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6499-9971>

Autor corresponsal: ceguiae@cientifica.edu.pe

Antonella Mirella Arribasplata Rios

Carrera de Psicología, Universidad Científica del Sur, Perú.

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-7777-6988>

100119995@cientifica.edu.pe

Diana Rubí Escobar Nina

Carrera de Psicología, Universidad Científica del Sur, Perú.

ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-8012-6972>

100121975@cientifica.edu.pe

Jazmin Harumi Galindo Guima

Carrera de Psicología, Universidad Científica del Sur, Perú.

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-2427-2531>

100123772@cientifica.edu.pe

Ariadna Avril Mercado Patrocinio

Carrera de Psicología, Universidad Científica del Sur, Perú.

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-6100-6176>

100125343@cientifica.edu.pe

Marybella Yessamí Morales Hanco

Carrera de Psicología, Universidad Científica del Sur, Perú.

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-9640-7299>

100121716@cientifica.edu.pe