



Revista Electrónica de Psicología Iztacala



Universidad Nacional Autónoma de México

Vol. 27 No. 3

Septiembre de 2024

NIVEL DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA DE LA FACULTAD DE ESTUDIOS PROFESIONALES IZTACALA

Rocío Tron Álvarez¹, Xóchitl Karina Torres Beltrán² y Cesar Avendaño Amador³
Facultad de Estudios Superiores Iztacala
Universidad Nacional Autónoma de México

RESUMEN

Los trastornos mentales se consideran alteraciones de tipo emocional, cognitivo y/o del comportamiento. Dentro de dichos trastornos se encuentra la ansiedad, la cual es un proceso emocional en el que con frecuencia se presentan síntomas como temblor, sudor, palpitaciones y aumento de pulsaciones y aparece cuando se estimula el miedo; mientras que este último se considera como una respuesta emocional a una amenaza inminente, real o imaginaria la ansiedad es una respuesta anticipatoria a una amenaza futura. Actualmente, los estudiantes universitarios tienen demandas académicas y de la vida cotidiana, entre las que están los largos tiempos de traslado para llegar y regresar de la escuela, la transición del nivel medio superior a la licenciatura y en los últimos años, el confinamiento por la pandemia de COVID-19. El propósito de este estudio fue describir y comparar el nivel de ansiedad en estudiantes de la carrera de Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala (FESI). Se empleó un estudio transversal y descriptivo, en el que participaron 363 estudiantes de segundo y cuarto semestre, 245 del género femenino, 117 del masculino y una persona no binaria, quienes contestaron el Inventario de ansiedad de Beck. Los datos mostraron que la muestra estudiada presenta ansiedad clínicamente relevante, el 30% de los estudiantes mostraron ansiedad severa, las mujeres obtuvieron puntajes de ansiedad mayores que los hombres. Se concluye que la población participante presenta ansiedad y, como en otros estudios, las mujeres son el grupo con puntajes más altos. Es importante el trabajo con la población universitaria tanto en prevención como en intervención para contribuir en la reducción de los factores de riesgo que afectan la salud y el bienestar relacionados con los llamados trastornos mentales.

Palabras clave: Ansiedad, Estudiantes universitarios, Inventario de ansiedad de Beck, Descripción, Comparación.

ANXIETY LEVEL IN PSYCHOLOGY STUDENTS AT FACULTAD DE ESTUDIOS PROFESIONALES IZTACALA

ABSTRACT

Mental disorders are considered emotional, cognitive, and/or behavioral disturbances. Among these disorders is anxiety, which is an emotional process that often manifests symptoms such as trembling, sweating, palpitations, and increased heart rate and occurs when fear is triggered. While fear is considered an emotional response to an imminent, real, or imaginary threat, anxiety is an anticipatory response to a future threat. Currently, university students face academic and daily life demands, including long commuting times to and from school, the transition from high school to college, and in recent years, confinement due to the COVID-19 pandemic. The purpose of this study was to describe and compare the level of anxiety in Psychology students at the Faculty of Superior Studies Iztacala (FESI). A cross-sectional and descriptive study was employed, involving 363 second and fourth-semester, 245 female, 117 male, and one non-binary person, who answered the Beck Anxiety Inventory. The data showed that the studied sample exhibits clinically relevant anxiety, with 30% of students showing severe anxiety, and women scoring higher anxiety levels than men. It is concluded that the participating population experiences anxiety, and, as in other studies, women are the group with higher anxiety scores. Working with the university population is important in both prevention and intervention to contribute to the reduction of risk factors affecting mental health and well-being related to so-called mental disorders.

Keywords: Anxiety, University students, Beck Anxiety Inventory (BAI), Description, Comparison.

Los trastornos mentales se consideran alteraciones de tipo emocional, cognitivo y/o del comportamiento. Dentro de los trastornos mentales se encuentra la ansiedad la cual es un proceso emocional, “un estado tenso” (Funk y Wagnalls, 1963, citado en Beck, 2014), en el que con frecuencia hay síntomas como temblor, sudor, palpitations y aumento de pulsaciones (Webster’s Third International Dictionary 1981, citado en Beck, 2014) y aparece cuando se estimula el miedo. Este último es “una respuesta emocional a una amenaza inminente, real o imaginaria” (Asociación Americana de Psiquiatría, 2013, p. 189) y la ansiedad es “una respuesta anticipatoria a una amenaza futura” (Asociación Americana de Psiquiatría, 2013, p.189). Diversas situaciones en la vida cotidiana pueden provocar ansiedad, según las personas interpreten los eventos que suceden.

En términos de adaptación, sentir o tener ansiedad en algún momento o situación no necesariamente representa un problema para la persona que lo experimente y

tampoco para quienes interactúen con ella, pero sí lo puede llegar a ser cuando la valoración de ciertas circunstancias y su consecuente comportamiento, están relacionados con un miedo “irracional”, o bien, excesivo o desproporcionado y que difícilmente pueden ser controlados por dicha persona.

A lo largo de su vida, las personas pasan por etapas en las que pueden sentirse ansiosas ante ciertos eventos, si dichos eventos se presentan constantemente y la ansiedad ante ellos se prolonga, se exagera y/o sale de su control, entonces puede representar una amenaza para su bienestar, su calidad de vida y/o su salud.

En la etapa universitaria, las y los estudiantes están sometidos de manera persistente a eventos y situaciones estresantes, como las demandas de las materias, los exámenes y los trabajos; las prácticas relacionadas con la alimentación y los trayectos a la escuela y de regreso a casa; la transición de adolescentes a jóvenes; la adquisición de nuevas responsabilidades como adultos -entre otras-, en las que pudieran sentir ansiedad durante periodos de tiempo prolongados y esto a su vez, provocar problemas de salud, de adaptación en la escuela, de interacción o incluso en el rendimiento académico (Cardona-Arias et al., 2014; Luna et al., 2020; Tijerina et al., 2018).

Si bien la ansiedad no es discapacitante, los síntomas de los llamados trastornos de ansiedad, sí los son, según la Organización Mundial de la Salud (2 de marzo 2022) “son lo suficientemente graves como para provocar una angustia o una discapacidad funcional importantes”; en 2022 la misma Organización estimaba que 301 millones de personas sufrían un *trastorno de ansiedad*. En la Región de las Américas los datos de la Organización Panamericana de la Salud, del año 2021, arrojan que, en el año 2019, los *desórdenes* de ansiedad ocupaban el lugar 14 en general, dentro de las principales causas de pérdida de salud (utilizando el indicador de Años de Vida Ajustados por Discapacidad DALY, por sus siglas en inglés); en el rango de edad de 20 a 24 años se presentaban en el lugar número 3 en hombres y mujeres, pero en la población femenina aparecían en el 3er lugar y en los hombres el 4º, en el mismo grupo de edad (Pan American Health Organization, 2023)

En México, los datos de la Encuesta de Bienestar Autorreportado 2021 (Instituto Nacional de Geografía y Estadística, 2023) indican que el 19.3% de la población

adulta tiene síntomas de ansiedad severa, mientras otro 31.3% revela síntomas de ansiedad mínima o en algún grado. No hay cifras oficiales de ansiedad en jóvenes universitarios.

Para conocer tanto la prevalencia de ansiedad, como su impacto en jóvenes universitarios, se han realizado diversas investigaciones en varios países, algunas de las personas participantes han sido estudiantes de psicología. En Colombia, por ejemplo, Agudelo et al. (2008) evaluaron a estudiantes de psicología de una universidad, encontraron que las puntuaciones podrían considerarse altas -aunque no tanto como cuando se estima la ansiedad en muestras clínicas- y que hubo diferencias entre hombres y mujeres, ellas son quienes puntuaron más alto. En México, Flores et al. (2007) realizaron un estudio con estudiantes universitarios de la carrera de psicología de la Facultad de Estudios Profesionales Iztacala (FESI), hallaron niveles normales de ansiedad, pero son más altos en mujeres, aunque las diferencias entre ellas y los hombres no fueron significativas; Cedillo et al. (2016) midieron ansiedad en estudiantes de diferentes carreras, también de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, observaron que los estudiantes de Psicología tenían bajas puntuaciones.

Los trastornos de ansiedad podrían afectar la salud y la interacción social; la atención, la capacidad de concentración y la toma de decisiones y también el rendimiento académico y contribuir con la deserción escolar (Agudelo et al., 2008; Cardona, et al., 2014; Riveros et al., 2007).

Por su parte, Contreras et al. (2005) mencionan que altos niveles de ansiedad pueden conducir a errores psicomotores o intelectuales, por su relación con la memoria; puede dificultar la concentración y, en general, a la alteración del funcionamiento psicológico del estudiante, añade que la ansiedad *perturba* el rendimiento de cualquier tarea que requiera atención, concentración y esfuerzo sostenido.

La ansiedad en el ámbito universitario no siempre representa problemas, si es moderada o es por temor a ciertos eventos o situaciones escolares o académicas, puede contribuir con el adecuado desempeño académico. En el estudio de García-Fernández et al. (2013) se dice que los alumnos con ansiedad ante el fracaso y

castigo escolar son quienes tienen éxito académico, los autores realizaron un modelo predictivo en el que obtuvieron como resultado que la alta ansiedad ante el castigo escolar y la alta ansiedad ante la evaluación social son variables predictoras del éxito académico en dos materias: castellano y matemáticas en dos niveles de educación (educación secundaria obligatoria y bachillerato). En sus conclusiones proponen que “se tomen en cuenta” tanto los síntomas cognitivos, psicofisiológicos y conductuales de la ansiedad escolar, como las situaciones que provocan dicha ansiedad para el rendimiento académico y así poder desarrollar acciones preventivas y de intervención para el bajo rendimiento académico.

Por otro lado, la pandemia de COVID-19 y su consecuente confinamiento, han repercutido en el bienestar de muchos grupos sociales (Gaitán-Rossi et al., 2021; OMS, 2022), particularmente entre los estudiantes universitarios; por un lado, al estar limitadas sus relaciones interpersonales y por otro, al realizar actividades académicas de una manera diferente a como se habían llevado a cabo. La OMS (2022) reportó que la ansiedad y la depresión aumentaron 25% en el primer año de la pandemia; a su vez, algunos investigadores encontraron diferencias en cuanto a la ansiedad en jóvenes universitarios antes y durante o después de la pandemia. (Caballero et al., 2022; Chávez, 2021; Sigüenza y Vílchez, 2021; Velasteguí y Mayorga, 2021).

Ya sea que la ansiedad represente, para las y los estudiantes, la posibilidad de mejorar su desempeño o les resulte en una situación de desadaptación, es importante medirla para hacer programas de atención, de prevención o de intervención enfocados en contribuir con su bienestar.

Uno de los instrumentos utilizados para medir la ansiedad es el Inventario de Ansiedad de Beck ([BAI], por sus siglas en inglés) compuesto por 2 factores: “Síntomas somáticos” y “Ansiedad subjetiva y síntomas de pánico” (Beck et al., 1988); se han llevado a cabo revisiones de sus propiedades psicométricas en diferentes países y en población mexicana y se ha concluido que es adecuado para evaluar la presencia de ansiedad también en esta población (Bardoshi et al., 2016; Guillén y González-Celis, 2019; Padrós et al., 2020). El objetivo del presente trabajo

fue describir y comparar el nivel de ansiedad en estudiantes de la carrera de Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala.

MÉTODO

Se empleó un estudio transversal y descriptivo (Kerlinger, 2002).

Participantes. A partir de un muestreo no probabilístico por conveniencia participaron 363 estudiantes de segundo y cuarto semestre de la carrera de Psicología (FESI), 245 del género femenino, 117 del masculino y una persona no binaria.

Instrumento. Se utilizó el Inventario de ansiedad de Beck (Beck, Epstein, Brown y Steer, 1988). Consta de 21 reactivos en escala tipo Likert de 4 puntos sobre el grado de molestia. El criterio para considerar la ansiedad como clínicamente relevante es de 16 puntos o más y el puntaje a partir del cual se establece ansiedad severa es de 31 (Guillén y González-Celis, 2019).

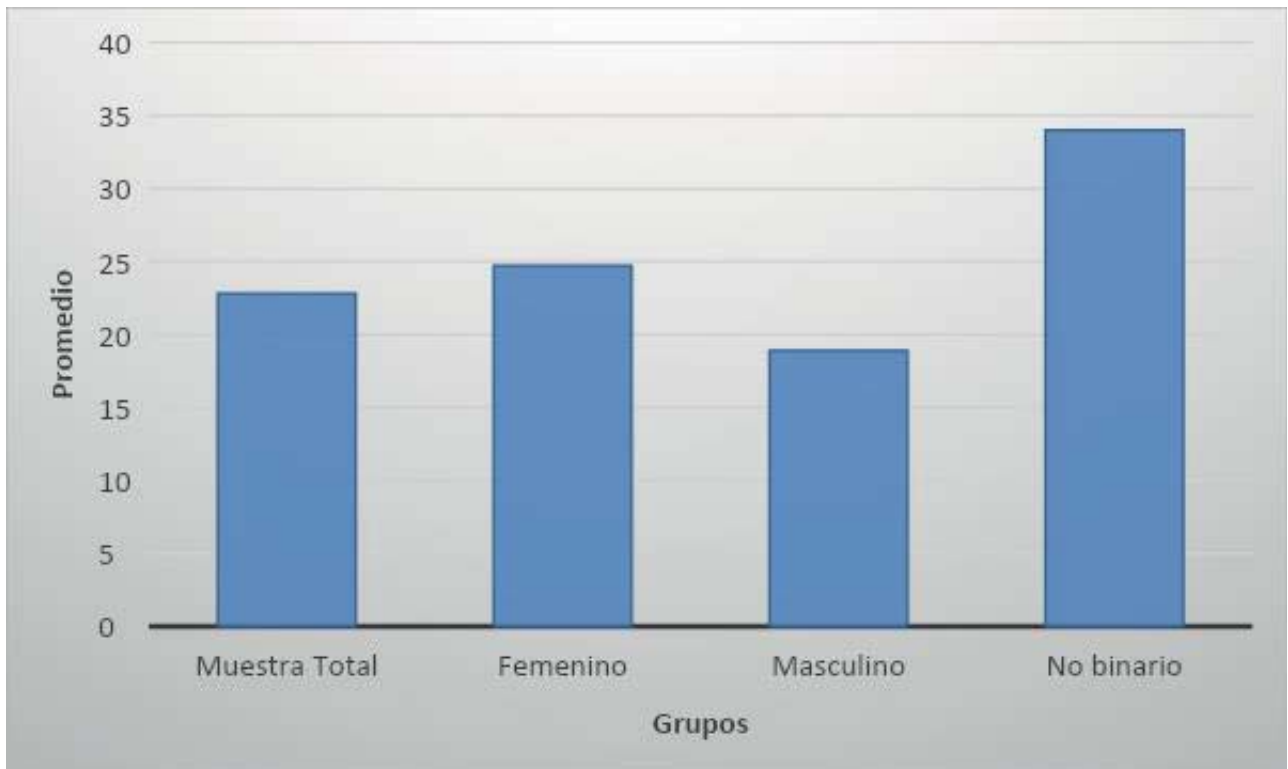
Procedimiento. Se digitalizó el instrumento de medición a través Google Forms®, se le solicitó al estudiantado que respondiera el instrumento de manera voluntaria, haciéndole saber que sus datos serían confidenciales y protegidos.

RESULTADOS

En el instrumento el puntaje mínimo que se puede obtener es 0 y el máximo 63 y el criterio para considerar la ansiedad como clínicamente relevante es obtener 16 puntos o más, en la muestra total se observa un promedio de 23 (DE=12.8), mientras que las estudiantes alcanzaron una media de 25 (DE=12.4). en tanto que los estudiantes obtuvieron un promedio de 19 (DE=12.8); finalmente, la persona de género no binario presenta un puntaje total de 34 (ver Figura 1).

Figura 1

Promedio de puntaje de ansiedad en estudiantes de Psicología (FESI)



Como se puede observar, las mujeres presentan mayor promedio en comparación con los hombres, al aplicar la prueba t de Student se puede afirmar que esta diferencia es significativa ($t=4.10$, $gl=360$; $p < .000$).

En la tabla 1, se presenta el puntaje total transformado en categorías, en ella se puede observar que el 30% del total de estudiantes presentan ansiedad severa; en el género femenino se encuentra el 34% y 22% en el masculino. Mientras que el estudiante no binario también se ubicaría en ansiedad severa.

Tabla 1*Porcentaje del alumnado de Psicología agrupado por categorías de ansiedad*

Categorías	Muestra total	Femenino	Masculino
Ansiedad mínima 0-7	7	6	10
Ansiedad leve 8-15	25	20	35
Ansiedad moderada 16-25	38	40	33
Ansiedad severa 26-63	30	34	22

A continuación, se presentan los percentiles por género y considerando que el puntaje a partir del cual se establece ansiedad severa es de 31, este puntaje se ubica para el género femenino en el percentil 70 mientras que para los hombres en el 80 (ver tabla 2).

Tabla 2*Percentiles de los puntajes de ansiedad (BAI) para el género femenino y masculino*

Percentiles	Femenino	Masculino
10	7	4
20	12	5
30	18	10
40	22	14
50	24	18
60	28	20
70	32	23
80	35	32
90	41	37

DISCUSIÓN

Según los puntajes, las y los participantes de este estudio presentan ansiedad, en mayor medida las mujeres; es necesario hacer notar el alto porcentaje con ansiedad severa, sobre todo en la población femenina. Las diferencias de puntajes entre población de hombres y de mujeres coinciden con lo encontrado tanto por Agudelo et al. (2008); Flores et al. (2007), como con las estadísticas de la Organización Panamericana de la Salud (2021) y con las de la Organización Mundial de la Salud (World Health Organization, 2023) pues se habla de que el porcentaje de mujeres que presentan ansiedad es mayor que el de los hombres y que, respecto a las principales causas de pérdida de salud, ellas ocupan el tercer lugar y los hombres el cuarto. (PanAmerican Health Organization, 2023).

Es importante mencionar que se han llevado a cabo investigaciones previas en la misma población, en diferentes años (Flores et al., 2007; Cedillo et al., 2016) en los que se encontraron puntajes un poco más bajos que los de la población del presente estudio; estos resultados podrían coincidir con la tendencia del aumento de la población con ansiedad tanto mundial como regional (Instituto Nacional de Geografía y Estadística, 2023; Organización Mundial de la Salud, 2022; Organización Panamericana de la Salud, 2021).

Ya en el trabajo de Agudelo et al. (2008) las autoras señalaban que los hallazgos en su población coincidía, por un lado, con el reporte tanto del Departamento de Bienestar Universitario de la universidad donde ellas midieron ansiedad, como de otra universidad de su país, en relación con los motivos de consulta psiquiátrica y psicológica demandados por las y los universitarios y por otro lado, con las cifras del Ministerio de Protección Social de Colombia en cuanto a que la ansiedad constituye un importante problema de salud y que ocupa los primeros lugares en motivos de consulta. Señalan lo importante que es saber la prevalencia de ansiedad en la población universitaria porque los comportamientos poco adaptativos de las y los universitarios, pueden repercutir en su desempeño en general y afectar también su salud. Además, ese conocimiento de la prevalencia, permitiría establecer estrategias de acción o intervención. Las autoras también consideran que es importante conocer los factores de riesgo para trabajar programas de prevención.

Aún con los hallazgos de puntajes bajos encontrados en los diferentes estudios a lo largo de los años, es importante el trabajo de prevención e intervención con la población de personas universitarias, ante la perspectiva actual del aumento a nivel mundial de personas que la padecen; además, se debe tomar en cuenta las repercusiones que la ansiedad puede tener tanto en las actividades académicas, como en la salud, pues la Organización Panamericana de la Salud, menciona que son la principal causa de discapacidad en el mundo (Organización Panamericana de la Salud, 2021 y la Organización Mundial de la Salud ya en el 2022, reporta que los trastornos de ansiedad constituyen los desórdenes mentales más frecuentes.

Referencias Bibliográficas

- Agudelo, V. D. M., Casadiegos, G. C. P., y Sánchez, O. D. L. (2008). Características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. *International Journal of Psychological Research*, 1(1), 34-39.
- Asociación Americana de Psiquiatría (2013). Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (5ª Ed.).
- Bardoshi, G., Duncan, K., y Erford, B. T. (2016). Psychometric Meta-Analysis of the English Version of the Beck Anxiety Inventory. *Journal of Counseling and Development*, 94, 356-373.
- Beck, A. T. (2014). Dar la vuelta a la ansiedad: visión de conjunto. En A. T. Beck y G. Emery (Eds.), *Trastornos de ansiedad y fobias. Una perspectiva cognitiva* (pp. 53-72). Biblioteca de psicología Desclée de Brouwer.
- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., y Steer, R. A. (1988). An Inventory for Measuring Clinical Anxiety: Psychometric Properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56 (6), 893-897.
- Caballero, A. K. M., Ramos, E., P. M., y Landeo, Q. A. S. (2022). Afrontamiento del estrés post Covid-19 mediante un programa psicológico virtual. *Boletín de Malariología y Salud Ambiental*, LXII(4), 796-803.
<https://doi.org/10.52808/bmsa.7e6.624.021>
- Cardona-Arias, J. A., Pérez-Restrepo, D., Rivera-Ocampo, S., y Gómez-Martínez, J. (2014). Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Diversitas – Perspectivas en Psicología*, 11(1), 79-89.
- Cedillo, I. B., López, Z. J. S., Pérez, L. A., Espíndola, D. P., Ramos, G. A., y Álvarez, H. O. (2016). Ansiedad en los estudiantes de la Facultad de

Estudios Superiores Iztacala. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 19(2), 503-515.

- Chávez, M. I. L. (2021). Ansiedad en universitarios durante la pandemia de COVID-19: un estudio cuantitativo. *Psicumex*, 11, 1-26.
- Contreras, F., Espinosa, J. C., Esguerra, G., Haikal, A., Ponaía, A., y Rodríguez, A. (2005). Autoeficacia, ansiedad y rendimiento académico en adolescentes. *Perspectivas en Psicología*, 1(2), 183-194.
- Flores, O. R., Jiménez, E. D., Pérez, H. S., Ramírez, P. B., y Vega, V. C. Z. (2007). Depresión y ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 10(2) 94-105.
- García-Fernández, J. M, Martínez-Monteagudo, M. C., e Inglés, C. J. (2013). ¿Cómo se relaciona la ansiedad escolar con el rendimiento académico?. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 4(1), 63-76
- Gaitán-Rossi, P., Pérez-Hernández, V., Vilar-Compte, M., y Teruel-Belismelis, G. (2021). Prevalencia de trastorno de ansiedad generalizada durante la pandemia por COVID-19 en México. *Salud Pública de México*, 63, 478-485.
- Guillén, D. C., y González-Celis, R. A. L. (2019). Propiedades psicométricas del Inventario de Ansiedad de Beck en adultos mexicanos. *Psicología y Salud*, 29(1), 5-16.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2023). Encuesta Nacional de Bienestar Autorreportado 2021 (ENBIARE 2021). <https://www.inegi.org.mx/programas/enbiare/2021/>
- Kerlinger, f. N. (2002). Investigación del comportamiento (1a. Ed.). Mexico: McGraw-Hill Interamericana.
- Luna, D., Urquiza-Flores, D. I., Figuerola-Escoto, R.P., Carreño-Morales, C., y Meneses-González, F. (2020). Predictores académicos y sociodemográficos de ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes mexicanos de medicina. Estudio transversal. *Gaceta Médica de México*, 156(1), 40-46. <https://doi.org/10.24875/gmm.19005143>
- Organización Mundial de la Salud (2 de marzo de 2022). Salud mental y COVID-19: datos iniciales sobre las repercusiones de la pandemia. Resumen científico. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/354393/WHO-2019-nCoV-Sci-Brief-Mental-health-2022.1-spa.pdf?sequence=1>
- Organización Mundial de la Salud (8 de junio 2022). Trastornos mentales <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- Organización Panamericana de la Salud (2 de octubre de 2021). Los problemas de salud mental son la principal causa de discapacidad en el mundo, afirman expertos.

https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=15481:mental-health-problems-are-the-leading-cause-of-disability-worldwide-say-experts-at-paho-directing-council-side-event&Itemid=0&lang=es#gsc.tab=0

- Padrós, B. F., Montoya, P. K. S., Bravo, C. M. A., y Martínez, M. M. P. (2020). Propiedades psicométricas del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI, Beck Anxiety Inventory) en población general de México. *Ansiedad y Estrés*, 26, 181-187.
- PanAmerican Health Organization (2023). Leading causes of mortality and health loss at regional, subregional, and country levels in the Region of the Americas, 2000-2019. ENLACE data portal. Pan American Health Organization. <https://www.paho.org/en/enlace/leading-causes-death-and-disability>
- Riveros, Q. M., Hernández, V. H., y Rivera, B. J. (2007) Niveles de depresión y ansiedad en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Revista de Investigación en Psicología*. 10(1), 91-102.
- Sigüenza, C. W. G., y Vílchez, T. J. L. (2021). Aumento de los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios durante la época de pandemia de la COVID-19. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 50(1),
- Tijerina, G. L. Z, González, G. E., Gómez, N. M., Cisneros, E. M. A., Rodríguez, G. K. Y., y Ramos P. E. G. (2018). Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de nuevo ingreso a la educación superior. *Revista de Salud Pública y Nutrición*, 17(4), 41-47.
- Velasteguí, H. D. C., y Mayorga, L. P. M. (2021). Estados de ánimo, ansiedad y depresión en estudiantes de medicina durante la crisis sanitaria COVID-19. *Revista Psicología UNEMI*, 5(009), 10-20.
<https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol5iss9.2021pp10-20p>
- World Health Organization (27 de septiembre, 2023). Anxiety disorders. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders#:~:text=Anxiety%20disorders%20are%20the%20world%27s,effective%20treatments%20for%20anxiety%20disorders>