

Belmonte-Almagro, M.L. (2026). Ansiedad en estudiantes universitarios. Perfiles en Educación Social. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 29(2), 205-221.

DOI: <https://doi.org/10.6018/reifop.670351>

Ansiedad en estudiantes universitarios. Perfiles en Educación Social

María Luisa Belmonte Almagro

Universidad de Murcia

Resumen

En el horizonte educativo, la ansiedad es una de las principales problemáticas presentes entre los universitarios. En este estudio se ha analizado el perfil de los estudiantes de los cuatro cursos del Grado en Educación Social de la Universidad de Murcia en función de su percepción con respecto a la ansiedad y la presión académica que han experimentado a lo largo de su carrera universitaria. Por otro lado, también se ha estudiado esta perspectiva estudiantil, teniendo en cuenta factores tan cruciales como su género, edad, curso, grupo, posible experiencia en terapia, el consumo de medicación para combatir la ansiedad, o el haber sentido presión en algún momento para obtener buenas calificaciones, y por parte de quién. Los resultados obtenidos, a través del Cuestionario de Autoevaluación de la Ansiedad (STAIC-R), demuestran que los estudiantes aseguran sentir ansiedad y presión con bastante frecuencia, apareciendo, después de un análisis clúster jerárquico bietápico, dos perfiles de ansiedad diferenciados, donde los jóvenes que conforman el segundo conglomerado perciben sentir mayores niveles de ansiedad, haber buscado ayuda de un profesional por temas de ansiedad, llegando incluso a recurrir al consumo de fármacos por este motivo. Además, aseguran que el origen de la presión por lograr unas altas calificaciones es su autoexigencia. Por ello se hace más que evidente la necesidad de fomentar estilos de vida saludables a través de políticas y programas educativos sobre salud mental para la población universitaria.

Palabras clave

Dendrograma; ansiedad; estudiantes universitarios; Educación Social.

Contacto:

María Luisa Belmonte Almagro - marialuisa.belmonte@um.es

Anxiety in College Students: Profiles in Social Education

Abstract

In the educational context, anxiety is one of the main problems among university students. This study analyzed the profile of students in the four years of the Bachelor's Degree in Social Education at the University of Murcia based on their perceptions of the anxiety and academic pressure they have experienced throughout their university careers. This student perspective was also studied, taking into account crucial factors such as gender, age, course, group, possible experience in therapy, use of medication to combat anxiety, and whether they have ever felt pressure to achieve good grades, and from whom. The results obtained through the Self-Assessment Questionnaire of Anxiety (STAIC-R), show that students claim to feel anxiety and pressure quite frequently, appearing, after a two-stage hierarchical cluster analysis, two different anxiety profiles, where the young people who make up the second cluster perceive feeling higher levels of anxiety, having sought help from a professional for anxiety issues, even resorting to the use of drugs for this reason. In addition, they claim that the origin of the pressure to achieve high grades is their self-demand. It is therefore more than evident that there is a need to promote healthy habits through specific mental health programmes and policies for the university population.

Key words

Dendrogram; anxiety; university students; Social Education.

Introducción

La ansiedad es actualmente uno de los problemas más comunes al hablar de salud mental. Este trastorno, que se inicia en la adolescencia temprana (Smith et al., 2022) y cada vez afecta a más jóvenes (Tayeh et al., 2016), supone una grave problemática a nivel mundial, pudiéndose llegar a presentar en cualquier individuo, alterando sus niveles biológicos y psicológicos, y afectando al desarrollo incluso de las actividades más cotidianas (Organización Mundial de la Salud, 2022). Son muy diversas las investigaciones que han estudiado la ansiedad, pero, “prácticamente todas ellas hacen referencia, en una forma explícita o implícita, a un cierto sentimiento de temor provocado por la existencia de un estímulo que supuestamente va a afectar negativamente” (Gil et al., 2017, p.26). Una “emoción básica que experimentan todos los seres humanos, que puede aparecer como respuesta normal a un peligro o amenaza” (Colina, 2004, p.34). Según Spielberg (1982), para definir este constructo hay que diferenciar la ansiedad como una emoción o estado de ánimo, y la ansiedad como aspecto de la personalidad, llegando así a diferenciar dos tipos de ansiedad: ansiedad estado y ansiedad rasgo. La ansiedad estado supone una condición emocional temporal que no perdura definitivamente en el tiempo (Chávez y De los Ríos, 2023). En cambio, la ansiedad rasgo supone una parte de la idiosincrasia personal del individuo que lo posee y conlleva la tendencia a responder de manera ansiosa, forma parte de la personalidad, generando desequilibrios en la salud psicológica y desencadenando complicaciones en el bienestar y en diversos ámbitos de la vida del individuo afectado (Cruz y Herrera, 2018).

Cada vez aparecen trastornos de salud mental, como la ansiedad, en edades más tempranas (Tayeh et al., 2016). Estos “son caracterizados por miedos y preocupaciones excesivas a lo

largo de la vida” (Delgado et al., 2021, p.23). Una de las razones que explica los altos niveles de ansiedad en jóvenes podría ser el elevado grado de exigencia al que están sometidos, tanto en el ámbito personal como profesional (Martínez-Monteagudo et al., 2013), ya que esta etapa vital se caracteriza por cambios en los hábitos y rutinas diarias (Estrada et al., 2023), y en ambos ámbitos se producen numerosas transformaciones durante la adolescencia, así como cambios corporales, de entorno, influencia del grupo de amigos, búsqueda de autonomía, etc., y tener que adaptarse a todos ellos pone a prueba su capacidad de afrontamiento (Collins y Steinberg, 2006).

Dado que la comunidad universitaria se mimetiza en la sociedad que le rodea, sus integrantes se ven implicados en estos trastornos en la población (Vera-Martínez, 2022). Bermúdez (2018) afirma que tanto los desafíos o dificultades individuales y la existencia de una posible rivalidad en el aula, como las características del centro y del alumnado pueden influir en los elevados niveles de ansiedad que provocan el desgaste y malestar psicológico de los jóvenes. Básicamente, los factores que provocan esta problemática se pueden categorizar, según Martínez-Otero (2014), en: individuales (aquellos que dependen del propio individuo, resaltando: el escaso dominio para gestionar situaciones estresantes, la escasez de habilidades sociales, el consumo de sustancias, etc.); familiares (cuanto mayor es la inestabilidad de las circunstancias familiares más puede aumentar el estado de ansiedad de los individuos, obviamente, dependiendo de la personalidad, afrontamiento y entendimiento de la situación familiar del que disponga el joven); y sociales y ambientales (estrés económico, laboral o académico). Pero no solo eso, ya que el efecto de la ansiedad también puede albergar implícita una disminución de la calidad de vida, porque estudios demuestran que los jóvenes ansiosos tienden a sortear situaciones percibidas como amenazantes, lo que puede coartar su participación en actividades sociales y recreativas (Fossati et al., 2021). Aunque, por otro lado, también se ha descubierto que cuando los estudiantes experimentan ansiedad causada por presión académica, algunos prefieren mantener la calma y otros optan por realizar actividades placenteras en las que consigan distraerse (Pinargote et al., 2019), siendo esto mismo la causa de la tendencia estudiantil a procrastinar, a la hora de llevar a cabo sus responsabilidades académicas, posponiendo de esta forma situaciones que les generan ansiedad (Marquina et al., 2018). Toda esta presión puede llegar a afectar de manera negativa a la salud de los estudiantes y puede aparecer en forma de jaquecas, náuseas y nerviosismo (Lorenzo y Lozano 2017).

Ansiedad en el ámbito universitario

Los problemas y trastornos de salud mental son una preocupación recurrente en el panorama universitario, aunque es cierto que han ido cobrando prevalencia, notoriedad y visibilidad en los últimos años (Vera-Martínez, 2022). Los estudiantes universitarios son una población expuesta a factores de riesgo, ya que se ven sometidos a graves presiones académicas, sociales y psicológicas. Concretamente la ansiedad es una inquietud en el contexto universitario, donde el estudiantado puede verse presionado por cumplir con expectativas grupales o temer ser evaluados negativamente por sus compañeros (Pinargote et al., 2019), entre muchas otras. “El contexto en el que vivimos hace que una de las habilidades más importantes dentro de la formación superior sea la capacidad de aprender a aprender para hacer frente a la incertidumbre del futuro” (Ruiz-Segarra, 2020, p.462).

El ámbito universitario se caracteriza por unas demandas educativas e institucionales que producen y generan episodios ansiosos a los estudiantes, lo cual influye en el desempeño académico y desencadenan sentimientos de incertidumbre (Martínez-Otero, 2014; Ruiz et al., 2025). Aunque la ansiedad, en micro dosis, puede ser adaptativa, preparando al estudiante para afrontar desafíos, un nivel elevado y crónico de ansiedad pueden causar efectos debilitantes (Morris, 2019), que suelen conllevar dificultad en la concentración, insomnio e

incluso sensación de inquietud, lo cual repercute negativamente tanto en la vida académica como personal de los jóvenes (Albikawi, 2022; Liyanage et al., 2021). Así pues, pese a que un grado leve de ansiedad no suele interferir en el desarrollo académico, sino que, lejos de esto, puede ser incluso beneficioso (Ruiz-Segarra, 2020), la ansiedad es uno de “los principales problemas de salud mental que presentan los estudiantes universitarios” (Jaén et al., 2020, p.37).

El aumento de los niveles de ansiedad en jóvenes en muchas ocasiones se debe a los cambios a los que tienen que hacer frente en esta etapa, la cual, en muchas ocasiones, coincide con el ingreso a la universidad, el cual puede resultar exigente y alterable para aquellos que se enfrentan a él, ya que consiste en un proceso para el que deben desarrollar nuevas habilidades personales que agregan confusión a este período (Pérez-Villalobos et al., 2011). Este trastorno de salud mental puede influir negativamente en los vínculos sociales, la autoestima, el desempeño académico y las futuras metas profesionales (Tayeh et al., 2016). La ansiedad se presenta en estudiantes universitarios con tanta frecuencia por motivos como: la escasez de tiempo para desempeñar las labores académicas, el exceso de trabajo, la presión ejercida por los docentes, rivalidad entre compañeros, presión por alcanzar buenos resultados académicos, a lo que se puede añadir, que numerosos estudiantes también se encuentren en el ámbito laboral, lo cual, reduce al máximo su tiempo para dedicarse a las tareas universitarias. Además de la presión que se ejerce sobre ellos para obtener buenos resultados académicos, la situación económica, los exámenes y evaluaciones, la transición hacia la adultez y la abundancia de horas dedicadas a las actividades escolares (January et al., 2018). Cuando esta presión por sobrecarga académica aparece, sumada a posibles problemáticas personales o familiares (Crego et al., 2016), que representan una situación de peligro, se activa la ansiedad en ellos (Pinargote et al., 2019).

Durante la etapa de la universidad, muchos de los estudiantes son adolescentes o jóvenes, por lo que aún están eligiendo su destino, formando sus proyectos de vida, estableciendo metas y objetivos personales, se elevan las presiones psicosociales, por lo que durante esta situación vital aumenta la probabilidad de ser más susceptibles a experimentar trastornos de salud mental como la ansiedad (Cardona et al., 2015). A su vez, en el ámbito universitario existen nuevas demandas y exigencias que en las anteriores etapas educativas no se daban, lo cual supone un cambio crucial en la vida del estudiante (Martínez-Otero, 2014), que puede suponer un impacto en la salud mental y desarrollo académico (Pérez-Villalobos et al., 2011).

En vista de que la actividad exigente universitaria puede intensificar la fragilidad en la salud mental (Vera-Martínez, 2022), y que la ansiedad puede afectar la capacidad para aprovechar plenamente la experiencia universitaria, es necesario abordar este problema mediante intervenciones psicoeducativas (Estrada et al., 2023).

Por todo ello, el primer objetivo de este estudio es analizar el perfil de los estudiantes de los cuatro cursos del Grado en Educación Social de la Universidad de Murcia en función de su percepción con respecto a la ansiedad y la presión académica que han experimentado a lo largo de su carrera universitaria. Por otro lado, el segundo objetivo es el de estudiar esta perspectiva estudiantil, teniendo en cuenta factores tan cruciales como su género, edad, curso, grupo, posible experiencia en terapia, el consumo de medicación para combatir la ansiedad, o el haber sentido presión en algún momento para obtener buenas calificaciones, y por parte de quién.

Método

En este apartado se presentan los participantes implicados en el estudio, las técnicas e instrumento de recogida de información utilizadas, el diseño y procedimiento de la investigación, así como las técnicas de análisis de datos empleadas.

Diseño y procedimiento

La investigación se ubica dentro de los métodos cuantitativos de corte no experimental. Se trata de un estudio evaluativo descriptivo tipo encuesta, de carácter exploratorio (García-Sanz, 2012), en el que, de forma programada, fue entregado a los estudiantes el cuestionario para que estos lo respondieran de forma voluntaria y anónima.

En cuanto al desarrollo de la investigación se distinguieron cuatro fases: previa, inicial, de desarrollo y final. En un primer momento se estableció el problema de investigación y se realizó una revisión bibliográfica para fundamentar de manera teórica el estudio y establecer los objetivos. A su vez, la construcción del marco teórico facilitó la elección del instrumento de recogida de información más adecuado. En segundo lugar, se envió el cuestionario por las redes comunicativas del Grado, previo contacto con los delegados de los diferentes cursos. Asimismo, se estableció también comunicación con los tutores de grupo para solicitar apoyo. Una vez informados los docentes sobre el marco de la investigación y su finalidad, y tras su confirmación de colaboración, se acordaron los días para asistir al aula y aplicar el instrumento. En la fase de desarrollo, junto a la segunda revisión bibliográfica, se procedió a la aplicación del cuestionario a cada uno de los grupos del Grado en Educación Social. Tras la explicación de la investigación, instrucciones del instrumento y finalidad del mismo, procedieron a su cumplimentación de manera voluntaria y anónima. Para concluir, en la fase final, se realizó al análisis cuantitativo de los datos recogidos y la posterior interpretación de los resultados.

Participantes

La población objeto de estudio la conforma el alumnado matriculado en los cuatro cursos del Grado en Educación Social de la Universidad de Murcia, durante el curso académico 2024/2025. La estrategia de muestreo fue no probabilística de voluntarios, ya que respondieron de manera deliberada los alumnos que se encontraban en el aula a la hora de solicitar la participación para responder al cuestionario. De una población total de 479 alumnos, asumiendo un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%, se necesitaban 214 respuestas para obtener representatividad muestral. Finalmente, la muestra real estuvo compuesta por 342 participantes, lo que supone un tamaño muestral adecuado para poder generalizar los resultados al resto de la población.

En cuanto a la distribución muestral de los participantes, en la Tabla 1 se presenta la información en función de su género, edad, curso y grupo, en el que están matriculados. Concretamente se aprecia que gran parte de estudiantes eran mujeres (84,8%), de edades comprendidas entre 20 y 23 años (58,6%). Asimismo, la muestra presenta un mayor porcentaje de participación en el alumnado de segundo y tercer curso (59,4%), del turno de mañana (66,8%).

Instrumento de recogida de información

El instrumento utilizado para la recogida de información de esta investigación ha sido el Cuestionario de autoevaluación de ansiedad (STAIC-R) (Spielberger et al., 1982), que consta de 20 ítems y es utilizado para analizar la percepción que tiene una persona sobre sus propios niveles de ansiedad. En primer lugar, el cuestionario recoge algunas variables sociodemográficas sobre la persona que responde (género, edad, curso y grupo) y algunos

factores que indagan acerca de: si alguna vez ha acudido a terapia, si ha sido por temas de ansiedad, si continúa yendo a terapia, si ha tomado medicamentos para combatir la ansiedad, si en alguna ocasión se ha sentido presionado por obtener buenas calificaciones y por quién. Posteriormente se presentan 20 ítems cerrados los cuáles integran una escala numérica de cuatro grados (1. Nunca, 2. Casi nunca, 3. A veces y 4. A Menudo).

Tabla 1.
Distribución muestral de los participantes

| | | <i>f</i> | % |
|---------------|------------------------|----------|------|
| Género | Masculino | 50 | 14,6 |
| | Femenino | 291 | 84,8 |
| Edad | De 18 a 19 años | 62 | 18,1 |
| | De 20 a 21 años | 114 | 33,2 |
| | De 22 a 23 años | 87 | 25,4 |
| | De 24 a 30 años | 58 | 16,9 |
| | Más de 30 | 22 | 6,4 |
| Curso | Primero | 62 | 18,1 |
| | Segundo | 102 | 29,7 |
| | Tercero | 102 | 29,7 |
| | Cuarto | 77 | 22,4 |
| Grupo | Mañana | 229 | 66,8 |
| | Tarde | 114 | 33,2 |

Análisis de datos

Una vez recogida la información, ésta fue analizada utilizando el paquete estadístico SPSS, versión 28. Para ello, se ha recurrido tanto a la estadística descriptiva como a la inferencial. Para obtener los perfiles de empoderamiento del alumnado se ha efectuado un análisis clúster en dos fases, ya que constituye “un procedimiento automático del número óptimo de conglomerados y permite la posibilidad de crear modelos de conglomerados con variables tanto categóricas como continuas y la opción de trabajar con archivos de datos de gran tamaño” (Rubio y Vilá, 2017, p.118). Tras aplicar las correspondientes pruebas se comprobó el cumplimiento de dichas condiciones (Siegel, 1990). Para el cálculo de diferencias significativas entre conglomerados, se aplicaron pruebas paramétricas (al cumplirse los supuestos de normalidad y homocedasticidad). En todos los casos se utilizó un nivel de significación estadística de $\alpha=.05$.

Tras un análisis descriptivo de la frecuencia de todas las variables estudiadas, se realizaron análisis bivariantes. Además, mediante análisis clúster se realizó una clasificación de los sujetos estudiados, a partir de su similitud en las respuestas al conjunto del cuestionario, identificando grupos de sujetos que se ubican en zonas próximas al ser proyectados en el espacio polidimensional formado por todos los factores o ejes resultantes del mismo, lo que es indicativo de que presentan bastante homogeneidad en las respuestas a las preguntas del cuestionario. Analizando el dendrograma o árbol clasificatorio resultante, se ha optado por elegir una clasificación en dos perfiles diferenciados.

Resultados

A continuación, se muestran los estadísticos de las variables de la investigación, concretamente las frecuencias (*f*), porcentajes (%), puntuaciones medias (\bar{X}), desviaciones

típicas (σ), la suma de cuadrados, grados de libertad (gl), media cuadrática, F de Snedecor (F) y significación estadística (p) de las variables de la investigación.

Perfil del estudiante en función de su percepción sobre la ansiedad y la presión académica experimentada a lo largo de su carrera universitaria

Tal y como se observa en la Tabla 2, algo más de la mitad de los estudiantes del Grado en Educación Social afirman haber ido a terapia alguna vez, principalmente por temas relacionados con la ansiedad, aunque no en todos los casos se han visto obligados a recurrir a fármacos para combatirla. Por otro lado, aseguran haberse sentido presionados para obtener buenas calificaciones, normalmente por autoexigencia, pero también en ocasiones por sus progenitores o familiares.

Tabla 2.
Frecuencia de TERAPIA de los participantes

| | | f | % |
|---|---------------------|-----|------|
| ¿Has acudido alguna vez a terapia? | Sí | 190 | 55,4 |
| | No | 152 | 44,6 |
| ¿Ha sido por temas de ansiedad? | Sí | 140 | 40,8 |
| | No | 84 | 24,5 |
| ¿Has tomado en alguna ocasión medicación para combatir la ansiedad? | Sí | 138 | 40,2 |
| | No | 204 | 59,8 |
| ¿Te has sentido presionado en algún momento para obtener buenas calificaciones? | Sí | 298 | 87,2 |
| | No | 44 | 12,8 |
| ¿Por quién te has sentido presionado? | Padres o familiares | 86 | 25,1 |
| | Autoexigencia | 173 | 50,4 |
| | Presión social | 30 | 8,7 |
| | Otro | 20 | 5,8 |

Una vez realizado el análisis de conglomerados jerárquico (Pérez, 2009), se observa que los 342 estudiantes participantes se distribuyen conformando dos perfiles en función de su ansiedad, de acuerdo con los resultados presentados en la Tabla 3.

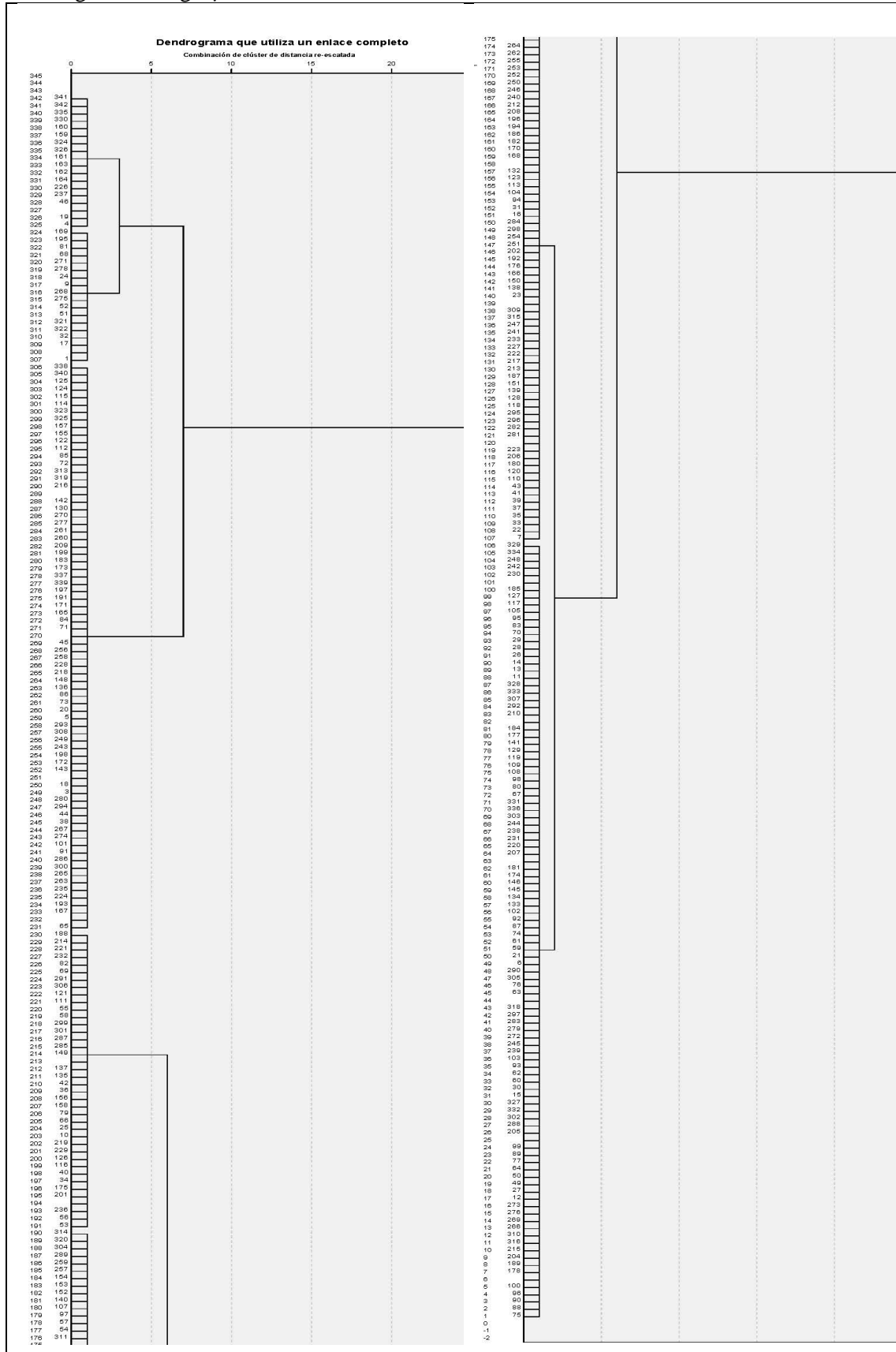
En relación con las variables situacionales, en esa misma tabla se observa que la distribución de la muestra se agrupa principalmente en un segundo conglomerado (67,3%), conformando aproximadamente el doble de estudiantes de los que integran el primer perfil (32,7%). Además, entre dichos grupos de alumnos aparecen diferencias estadísticamente significativas ($p < ,001$), a favor de los estudiantes del segundo perfil, que afirman sentir mayores niveles de ansiedad ($\bar{X}_{P2}=3,36$), que los del primer perfil ($\bar{X}_{P1}=2,50$).

Tabla 3.
Distribución de los perfiles del nivel de ansiedad percibido por los estudiantes

| | f | % | \bar{X} | σ | F | Sig. | t | gl | p un factor |
|----------|---|-----|-----------|----------|--------|-------|--------|-----|-------------|
| Perfiles | 1 | 112 | 32,7 | 2,50 | 11,490 | <,001 | 28,176 | 340 | <,001 |
| | 2 | 230 | 67,3 | 3,36 | | | | | |

Para una mayor ilustración de los resultados, en la Figura 1 se presenta el dendrograma correspondiente al análisis de conglomerados realizado, en el que se pueden apreciar los dos perfiles finales de estudiantes obtenidos.

Figura 1.
Dendrograma de agrupación



Perfil del estudiante teniendo en cuenta su género, edad, curso, grupo, experiencia en terapia, concretamente por ansiedad, consumo de medicación para combatir la misma, o el haber sentido presión para obtener buenas calificaciones, y por parte de quién

En las Tablas 4 y 5 se puede distinguir como ambos perfiles se encuentran principalmente compuestos por mujeres (las carreras universitarias españolas relacionadas con la Educación tienen habitualmente una mayor presencia femenina), de edades comprendidas entre los veinte y veintitrés años en ambos casos.

Tabla 4.
Distribución de los perfiles de ansiedad en función del género

| | | f | % | \bar{X} | σ | F | Sig. | t | gl | p un factor |
|----------|-----------|-----|------|-----------|----------|--------|-------|-------|-----|-------------|
| Perfil 1 | Femenino | 84 | 75,0 | 2,56 | ,255 | 27,212 | <,001 | 4,200 | 108 | <,001 |
| | Masculino | 26 | 23,2 | 2,28 | ,403 | | | | | |
| Perfil 2 | Femenino | 206 | 89,6 | 3,36 | ,235 | ,212 | ,646 | -,516 | 228 | ,303 |
| | Masculino | 24 | 10,4 | 3,38 | ,268 | | | | | |

Tabla 5.
Distribución de los perfiles de ansiedad en función de la edad

| | | f | % | \bar{X} | σ | Suma de cuadrados | gl | Media cuadrática | F | Sig. |
|----------|------------|----|------|-----------|----------|-------------------|----|------------------|-------|------|
| Perfil 1 | 18-19 años | 20 | 17,9 | 2,53 | ,298 | 1,125 | 4 | ,281 | 3,030 | ,021 |
| | 20-21 años | 36 | 32,1 | 2,52 | ,279 | | | | | |
| | 22-23 años | 26 | 23,2 | 2,51 | ,330 | | | | | |
| | 24-30 años | 18 | 16,1 | 2,57 | ,300 | | | | | |
| | Más de 30 | 12 | 10,7 | 2,21 | ,336 | | | | | |
| Perfil 2 | 18-19 años | 42 | 18,3 | 3,37 | ,267 | ,603 | 4 | ,151 | 2,737 | ,030 |
| | 20-21 años | 78 | 33,9 | 3,31 | ,239 | | | | | |
| | 22-23 años | 60 | 26,1 | 3,43 | ,251 | | | | | |
| | 24-30 años | 40 | 17,4 | 3,32 | ,180 | | | | | |
| | Más de 30 | 10 | 4,3 | 3,40 | ,081 | | | | | |

En relación con el curso de los estudiantes, tal y como se presenta en la Tabla 6, tanto el primer como segundo perfil se distribuyen uniformemente, con mayor presencia en segundo y tercer curso. También en ambos perfiles la menor muestra de ansiedad se encuentra en primer curso.

Tabla 6.
Distribución de los perfiles de ansiedad en función del curso

| | | f | % | \bar{X} | σ | Suma de cuadrados | gl | Media cuadrática | F | Sig. |
|----------|---------|----|------|-----------|----------|-------------------|----|------------------|-------|------|
| Perfil 1 | Primero | 20 | 17,9 | 2,44 | ,304 | ,525 | 3 | ,175 | 1,794 | ,153 |
| | Segundo | 32 | 28,6 | 2,51 | ,328 | | | | | |
| | Tercero | 30 | 26,8 | 2,59 | ,253 | | | | | |
| | Cuarto | 30 | 26,8 | 2,42 | ,350 | | | | | |
| Perfil 2 | Primero | 42 | 18,3 | 3,41 | ,245 | ,405 | 3 | ,135 | 2,423 | ,067 |
| | Segundo | 70 | 30,4 | 3,35 | ,235 | | | | | |
| | Tercero | 71 | 30,9 | 3,39 | ,218 | | | | | |
| | Cuarto | 47 | 20,4 | 3,29 | ,253 | | | | | |

Tal y como se observa en la Tabla 7, tanto el primer como en el segundo perfil están compuestos por un mayor número de estudiantes que pertenecen al grupo de la mañana.

Tabla 7.
Distribución de los perfiles de ansiedad en función del grupo

| | | f | % | \bar{X} | σ | F | Sig. | t | gl | p un factor |
|----------|--------|-----|------|-----------|----------|------|------|-------|-----|-------------|
| Perfil 1 | Mañana | 80 | 71,4 | 2,52 | ,310 | ,024 | ,876 | 1,128 | 110 | ,131 |
| | Tarde | 32 | 28,6 | 2,44 | ,326 | | | | | |
| Perfil 2 | Mañana | 148 | 64,3 | 3,33 | ,232 | ,034 | ,853 | 2,559 | 228 | ,006 |
| | Tarde | 82 | 35,7 | 3,41 | ,240 | | | | | |

Al analizar los perfiles en función de si los estudiantes han buscado alguna vez ayuda de un profesional, se observa (Tabla 8) que muchos de los estudiantes del segundo perfil si lo han hecho (60,9%), mientras que más de la mitad de ellos, del primer perfil, lo niegan (55,4%).

Tabla 8.
Distribución de los perfiles de ansiedad en función de si han ido alguna vez a terapia

| | | f | % | \bar{X} | σ | F | Sig. | t | gl | p un factor |
|----------|----|-----|------|-----------|----------|--------|-------|-------|-----|-------------|
| Perfil 1 | Sí | 50 | 44,6 | 2,57 | ,203 | 25,181 | <,001 | 2,269 | 110 | ,013 |
| | No | 62 | 55,4 | 2,44 | ,374 | | | | | |
| Perfil 2 | Sí | 140 | 60,9 | 3,36 | ,238 | ,462 | ,497 | ,160 | 228 | ,437 |
| | No | 90 | 39,1 | 3,36 | ,238 | | | | | |

Concretamente, estos estudiantes del segundo conglomerado que afirman que han acudido a terapia, aseguran también que lo han hecho por temas relacionados con la ansiedad (49,6%). Tal y como muestra la Tabla 9, en el primer perfil, solo algunos (23,2%) han buscado ayuda por esos motivos.

Tabla 9.
Distribución de los perfiles de ansiedad en función de si han ido a terapia por ansiedad

| | | f | % | \bar{X} | σ | F | Sig. | t | gl | p un factor |
|----------|----|-----|------|-----------|----------|-------|------|------|-----|-------------|
| Perfil 1 | Sí | 26 | 23,2 | 2,55 | ,221 | 1,630 | ,207 | ,999 | 62 | ,161 |
| | No | 38 | 33,9 | 2,48 | ,296 | | | | | |
| Perfil 2 | Sí | 114 | 49,6 | 3,36 | ,244 | ,226 | ,635 | ,335 | 158 | ,369 |
| | No | 46 | 20,0 | 3,35 | ,230 | | | | | |

Además, la Tabla 10 muestra que estos estudiantes que componen el primer conglomerado atestiguan no haber tomado medicamentos recomendados por su terapeuta (76,8%), mientras que algo más de la mitad de las personas que componen el segundo sí lo ha hecho por este motivo (51,3%).

Para concluir, en la Tabla 11 se observa que pese a que hacia la mitad de los jóvenes del primer perfil afirman haberse sentido presionados para obtener buenas calificaciones (64,3%), es

casi la totalidad de los estudiantes que configuran el segundo conglomerado el dato que llama la atención (89,6%).

Tabla 10.
Distribución de los perfiles de ansiedad en función de si han tomado medicación

| | | f | % | \bar{X} | σ | F | Sig. | t | gl | p un factor |
|----------|----|-----|------|-----------|----------|-------|------|-------|-----|-------------|
| Perfil 1 | Sí | 26 | 23,2 | 2,57 | ,327 | ,008 | ,930 | 1,425 | 110 | ,079 |
| | No | 86 | 76,8 | 2,47 | ,310 | | | | | |
| Perfil 2 | Sí | 112 | 48,7 | 3,36 | ,260 | 3,814 | ,052 | -,019 | 228 | ,493 |
| | No | 118 | 51,3 | 3,36 | ,216 | | | | | |

Tabla 11.
Distribución de los perfiles de ansiedad en función de si se han sentido presionados

| | | f | % | \bar{X} | σ | F | Sig. | T | gl | p un factor |
|----------|----|-----|------|-----------|----------|-------|------|-------|-----|-------------|
| Perfil 1 | Sí | 72 | 64,3 | 2,58 | ,242 | 3,145 | ,079 | 8,039 | 110 | <,001 |
| | No | 40 | 35,7 | 2,09 | ,290 | | | | | |
| Perfil 2 | Sí | 206 | 89,6 | 3,37 | ,240 | ,681 | ,410 | 2,031 | 228 | ,022 |
| | No | 24 | 10,4 | 3,27 | ,195 | | | | | |

Además, estos estudiantes del segundo perfil dicen generarse esta presión ellos mismos, debido a su autoexigencia en las calificaciones (52,2%), mientras que los jóvenes del primer perfil creen que son sus padres o familiares los que les generan ese estrés extra (53,6%).

Tabla 12.
Distribución de los perfiles de ansiedad en función de quién se ha sentido presionado

| | | f | % | \bar{X} | σ | Suma de cuadrados | gl | Media cuadrática | F | Sig. |
|----------|----------------|-----|------|-----------|----------|-------------------|----|------------------|-------|------|
| Perfil 1 | Padres/familia | 63 | 53,6 | 2,60 | ,203 | ,728 | 3 | ,243 | 4,066 | ,009 |
| | Autoexigencia | 34 | 30,4 | 2,56 | ,259 | | | | | |
| | Presión social | 6 | 5,4 | 2,75 | ,118 | | | | | |
| | Otro | 6 | 5,4 | 2,28 | ,385 | | | | | |
| Perfil 2 | Padres/familia | 52 | 22,6 | 3,35 | ,294 | ,848 | 3 | ,283 | 5,267 | ,002 |
| | Autoexigencia | 120 | 52,2 | 3,34 | ,204 | | | | | |
| | Presión social | 24 | 10,4 | 3,45 | ,198 | | | | | |
| | Otro | 14 | 6,1 | 3,57 | ,241 | | | | | |

Discusión y conclusiones

El periodo universitario es una etapa de transición muy relevante en la vida de los estudiantes, los cuales atraviesan momentos de cambio en sus rutinas diarias, responsabilidades académicas y estilos de vida (Paricahua et al., 2024). Durante este espacio de tiempo, estos jóvenes vivencian momentos de estrés académico y exigencia personal (Estrada et al., 2023; Paricahua et al., 2024). Como se ha advertido en el marco teórico de esta investigación, la ansiedad es el trastorno mental más común entre los estudiantes universitarios, caracterizándose por sentimientos intensos y persistentes de preocupación, miedo o nerviosismo que a menudo afectan la vida diaria (Mohamad et al., 2021). Las principales

fuentes de ansiedad en el ámbito universitario suelen relacionarse con el rendimiento académico, las expectativas sociales, la presión por la toma de decisiones futuras o las exigencias financieras (Tan et al., 2023). Concretamente la ansiedad académica es una de las problemáticas más frecuentes en el ámbito universitario, afectando de forma significativa al bienestar emocional, al rendimiento académico y a la adaptación de los estudiantes a las exigencias de la vida universitaria (Barbosa et al., 2022; Idoaga et al., 2025; Miranda et al., 2021). Dentro de este contexto, el Grado en Educación Social de la Universidad de Murcia no es una excepción, ya que sus estudiantes (al igual que ocurre en otras titulaciones) pueden experimentar elevados niveles de presión académica y ansiedad derivadas de las demandas curriculares, las prácticas evaluativas y la incertidumbre ante su futura inserción laboral.

Esta ansiedad implica para los estudiantes universitarios serios problemas emocionales que en ocasiones académicamente da la cara en forma de bloqueo ante exámenes o presentaciones orales, dificultades de concentración y memoria... y, en definitiva, un peor rendimiento académico. Mientras que normalmente en los cursos iniciales predominan las dificultades de adaptación y la incertidumbre sobre las exigencias universitarias, en los cursos finales aparece con mayor intensidad la ansiedad anticipatoria ante la inserción laboral y la presión por lograr un buen expediente académico (Martínez-Monteagudo et al., 2019). Además, para los discentes de último curso, futuros profesionales que se encuentran cercanos a finalizar su etapa universitaria, la ansiedad adquiere matices adicionales como mayores miedos y dudas sobre el logro de un empleo, o incluso inseguridades sobre la pertinencia o suficiencia de su preparación. Por ello, si todo esto no se gestiona a tiempo puede conllevar graves consecuencias (Martínez-Monteagudo et al., 2019) como el abandono de los estudios, una errónea elección laboral, acompañada de baja autoestima profesional, dificultades de adaptación al mercado de trabajo, o incluso riesgo de problemas emocionales crónicos (como ansiedad generalizada o crónica, depresión, burnout precoz, entre otros).

A través de esta investigación se ha podido comprobar, al igual que en otros estudios (Chávez y De los Ríos, 2023; Jaén et al., 2020; Martínez-Otero, 2014), que el alumnado del Grado de Educación Social experimenta ansiedad con bastante frecuencia. Así pues, partiendo de la base de que “la salud mental puede afectar la capacidad de los alumnos para insertarse en este nivel educativo marcado por exigencias académicas, personales y sociales” (Pérez-Villalobos et al., 2011, p.149), se confirma que la ansiedad es uno de los principales problemas identificados en los estudiantes universitarios (Chan y Sun, 2020), y se presenta entre ellos con bastante frecuencia, destacando que los niveles de este trastorno entre los alumnos están influenciados por distintos factores como la presión académica o el hábito de acudir a terapia para tratar de controlar los niveles de ansiedad, todo ello demostrando la importancia de abordar la ansiedad en el ámbito educativo, teniendo en cuenta tanto elementos individuales como contextuales. Además, el análisis de conglomerados jerárquico realizado indica que los estudiantes participantes se distribuyen conformando dos perfiles en función de sus niveles de ansiedad. La distribución de la muestra se agrupa mayoritariamente en un segundo conglomerado, que afirman sentir mayores niveles de ansiedad, que los del primer perfil.

Este segundo perfil lo componen principalmente estudiantes que afirman haber buscado alguna vez ayuda de un profesional, y además haberlo hecho por temas relacionados con la ansiedad, llegando incluso algo más de la mitad de ellos a recurrir al consumo de fármacos por este motivo, lo que coincide con otras investigaciones que han evidenciado que factores como el género, la edad, o la experiencia previa en terapia o el consumo de fármacos influyen de forma diferencial en la percepción, afrontamiento y gestión de la ansiedad académica de la ansiedad académica (Miranda et al., 2021). Además, estos estudiantes del segundo

agrupamiento dicen generarse esta presión ellos mismos, debido a su autoexigencia a la hora de lograr unas altas calificaciones. A este respecto, ha sido puesto de manifiesto que cuanto mayor es el nivel de perfeccionismo del alumnado universitario, mayor son sus niveles de ansiedad (Aguilar, 2021). Díaz y Castro (2020) hallaron una relación directa entre la ansiedad y el rendimiento académico, llegando a la conclusión de que los aspectos relacionados con la enseñanza-aprendizaje son los más notables en la activación de la ansiedad en los estudiantes. En un estudio llevado a cabo por Pinargote et al. (2019) también se demuestra que los niveles de ansiedad entre los estudiantes aumentan cuando se sienten presionados por cumplir expectativas u obtener buenas calificaciones, por tanto, aunque sea muy llamativo, no termina de sorprender este hallazgo.

El primer conglomerado lo conforman estudiantes que mayoritariamente niegan haber buscado alguna vez ayuda psicológica de un profesional, y únicamente alguno de los que lo han hecho ha sido por motivos de ansiedad. Además, estos estudiantes que componen el primer perfil atestiguan no haber tomado medicación. Con respecto al origen de la presión que pueden sentir por alcanzar buenas calificaciones, los jóvenes afirman que son sus padres o familiares los que les generan ese estrés extra, y es que, en algunas investigaciones, el origen de la presión académica también se ha identificado como un factor determinante, procediendo habitualmente de la autoexigencia, pero también de agentes externos como el profesorado, las familias o el entorno social (Crego et al., 2016). De ahí que sea imprescindible conocer las fuentes de presión, ya que permiten visibilizar las dinámicas sociales y académicas que contribuyen a mantener altos niveles de ansiedad en la población estudiantil.

Esta transición hacia la educación superior simboliza en sí misma un riesgo por la sobrecarga académica (Jaén et al., 2020). Casi la totalidad de los estudiantes que configuran el segundo conglomerado aseguran haberse sentido presionados para obtener buenas calificaciones, siendo esto un factor estresante de sobrecarga académica (Pimienta et al., 2016) que produce en ellos situaciones ansiógenas (Marquina et al., 2018). Siendo la ansiedad que genera la presión por cumplir con las expectativas académicas y por obtener buenos resultados, no solo afecta al rendimiento y la formación del estudiante, sino que dificulta el desempeño favorable del individuo en general (Quevedo et al., 2023).

Resultados de otros trabajos evidencian que la investigación sobre la ansiedad académica en las universidades españolas ha ganado importancia en las últimas décadas, en línea con las tendencias observadas en otros contextos (Silaj et al., 2021; Stearns, 2023). Todo ello se traduce en un aumento de los niveles de ansiedad estudiantil. Por ello, la Universidad del siglo XXI que se pretende construir, no puede mirar hacia otro lado ante la problemática de desórdenes en la salud mental de sus protagonistas (Vera-Martínez, 2022). Los hallazgos reflejados en este estudio no hacen más que señalar lo imprescindible que es el fomento de estilos de vida saludables a través de políticas específicas (Jaén et al., 2020) y programas educativos para la población universitaria.

Referencias

- Aguilar, L. (2021). Perfeccionismo y estrés académico como determinantes de ansiedad social en estudiantes universitarios. *Psicología*, 212(1), 36-56. <https://www.researchgate.net/publication/356694428>
- Albikawi, Z.F. (2022). Predictors of anxiety, depression, and stress among female university nursing students during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study in Saudi Arabia. *Journal of Personalized Medicine*, 12(11), 1887. <https://doi.org/10.3390/jpm12111887>

- Barbosa, F.J., Romero, O.M., Ibarrola, J.C., Almanza-Mena, Y.L., Pintor-Belmontes, K.J., Sánchez-López, V.A., ... y González-Ojeda, A. (2022). Depression, anxiety, and academic performance in COVID-19: a cross-sectional study. *BMC Psychiatry*, 22(1), 443. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04062-3>
- Bermúdez, V.E. (2018). Ansiedad, depresión, estrés y autoestima en la adolescencia. Relación, implicaciones y consecuencias en la educación privada. *Cuestiones pedagógicas*, 26, 37-52. <https://doi.org/10.12795/CP.2017.i26.03>
- Cardona, J.A., Pérez-Restrepo, D., Rivera, S., Gómez-Martínez, J., y Reyes, Á. (2015). Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios. *Diversitas: perspectivas en psicología*, 11(1), 79-89. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2015.0001.05>
- Chan, H.W.Q., y Sun, C.F.R. (2020). Irrational beliefs, depression, anxiety, and stress among university students in Hong Kong. *Journal of American College Health*, 69(8), 824-841. <https://doi.org/10.1080/07448481.2019.1710516>
- Chávez, I., y De los Ríos, H. (2023). Niveles de ansiedad en estudiantes universitarios y factores asociados; estudio cuantitativo. *Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores*. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v10i3.3584>
- Colina, L. (2004). *El Estudiante Ansioso, una Forma de Enfrentar el Problema*. Chile, Universidad Católica de Valparaíso: Perspectiva Educativa Edic.
- Collins, W.A., y Steinberg, L. (2006). Adolescent development in interpersonal context. In N. Eisenberg, W. Damon, y R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology: Social, emotional, and personality development* (6th ed., pp. 1003-1067). John Wiley & Sons, Inc. <https://psycnet.apa.org/record/2006-08776-016>
- Crego, A., Carrillo-Díaz, M., Armfield, J.M., y Romero, M. (2016). Stress and academic performance in dental students: The role of coping strategies and examination-related anxiety. *European Journal of Dental Education*, 20(4), 235-242. <https://doi.org/10.1111/eje.12161>
- Cruz, J., y Herrera, S. (2018). Personalidad y Ansiedad estado en enfermeras de un hospital nacional. *Revista de Investigación de casos en Salud*, 3(3), 1-10. <https://casus.ucss.edu.pe/index.php/casus/article/view/78/86>
- Delgado, E.C., De la Cera, D.X., Lara, M.F., y Arias, R.M. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1), 23-36.
- Estrada, E.G., Bautista, J.A., Córdova, L.M., Ticona, E., Mamani, H., y Huaman, J. (2023). Mental health of university students when returning to face-to-face classes: A cross-sectional study. *Behavioral Sciences*, 13(6), 438. <https://doi.org/10.3390/bs13060438>
- Fossati, C., Torre, G., Vasta, S., Giombini, A., Quaranta, F., Papalia, R., y Pigozzi, F. (2021). Physical exercise and mental health: The routes of a reciprocal relation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(23), 12364. <https://doi.org/10.3390/ijerph182312364>
- García-Sanz, M.P. (2012). *Fundamentos teóricos y metodológicos de la evaluación de programas*. Diego Marín.
- Gil, L., Mijares, B., Cuicas, M., y Rovero, Y. (2017). Tipos de ansiedad en el estudiante universitario: Caso educación especial. *Impacto científico*, 12(2), 23-38.

- Idoiaga, N., Gaztañaga, M., Yarritu, I., y Pascual-Sagastizabal, E. (2025). Academic Anxiety in Spanish Higher Education: A Systematic Review. *Behavioral Sciences*, 15(2), 192. <https://doi.org/10.3390/bs15020192>
- Jaén, C.I., Rivera, S., Velasco, P. W., Guzmán, O., y Ruiz-Jaimes, L. (2020). Ansiedad y depresión en estudiantes universitarios: Factores asociados con estilos de vida no saludables. *Latin American Journal of Behavioral Medicine*, 10, 36-47. le: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rlmc/index>
- January, J., Madhombiro, M., Chipamaunga, S., Ray, S., Chingono, A., y Abas, M. (2018). Prevalence of depression and anxiety among undergraduate university students in low- and middle-income countries: a systematic review protocol. *Systematic Reviews*, 7, 57, 1-5. <https://doi.org/10.1186/s13643-018-0723-8>
- Liyanage, S., Saqib, K., Khan, A.F., Thobani, T.R., Tang, W.C., Chiarot, C.B., AlShurman, B.A., y Butt, Z.A. (2021). Prevalence of anxiety in university students during the COVID-19 pandemic: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(1), 62. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010062>
- Lorenzo, J., y Lozano, M. (2017). Ansiedad ante los exámenes moderada por la participación en actividades físicas y deportivas. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4(1), 277-283. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2017.n1.v4.1057>
- Marquina, R.J., Horna, V.E., y Huaire, E.J. (2018). Ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios. *Revista ConCiencia EPG*, 3 (2), 89-97. <https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.3-2.6>
- Martínez-Monteagudo, M.C., Inglés, C.J., Granados, L., Aparicio-Flores, M.P., y García-Fernández, J.M. (2019). Academic stress and academic achievement in adolescents: Moderating effects of coping strategies. *Frontiers in Psychology*, 10, 2288. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02288>
- Martínez-Monteagudo, M., García-Fernández, J.M., e Inglés, C.J. (2013). Relaciones entre ansiedad escolar, ansiedad rasgo, ansiedad estado y depresión en una muestra de adolescentes españoles. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 13(1), 47-64. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56025664004>
- Martínez-Otero, V. (2014). Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la Facultad de Educación. *ENSAYOS: Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, 29(2), 63-78. <https://doi.org/10.18239/ensayos.v29i2.384>
- Miranda, R., Scott, M., Hicks, R., Wilkins, K., y Hinkson, K. (2021). Predictors of academic anxiety and stress in college students: The role of coping and emotion regulation. *Journal of American College Health*, 71(4), 1110-1118. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1973659>
- Mohamad, N.E., Sidik, S.M., Akhtari, M., y Gani, N.A. (2021). The prevalence risk of anxiety and its associated factors among university students in Malaysia: A national cross-sectional study. *BMC Public Health*, 21(1), 438. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10440-5>
- Morris, D.W. (2019). Adaptive affect: The nature of anxiety and depression. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 15, 3323-3326. <https://doi.org/10.2147/NDT.S230491>
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Informe mundial sobre la salud mental: transformar la salud mental para todos. Panorama general*. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240050860>

- Paricahua, J.N., Estrada, E.G., León, L.B., Avilés, B., Roque, C.E., Zevallos, P.A., Velasquez, L., Herrera, A. J., y Isuiza, D. D. (2024). Assessment of the mental health of university students in the Peruvian Amazon: A cross-sectional study. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 4, 879. <https://doi.org/10.56294/saludcyt2024879>
- Pérez, C. (2009). *Técnicas de análisis de datos con SPSS 15*. Pearson Prentice Hall.
- Pérez-Villalobos, C., Bonnefoy, C., Cabrera, A., Peine, S., Muñoz, C., Baquedano, M., y Jiménez, J. (2011). Análisis, desde la psicología positiva, de la salud mental en alumnos universitarios de primer año de Concepción (Chile). *Avances en Psicología Latinoamericana*, 29(1), 148-160.
- Pimienta, C.C., De la Cruz, T.C., y Díaz-Véliz, G. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en educación médica*, 5(20), 230-237. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.03.001>
- Pinargote, E.I., Caicedo, L.C., y Vélez, L.G. (2019). The anxiety and the relation in the academic performance of the students of the career of Psychology of the Technical University of Manabí. *Espirales Revista Multidisciplinaria de Investigación*, 3(28), 81-100. <https://doi.org/10.31876/er.v3i28.577>
- Quevedo, Y.M., Alulima, V.M., y Tapia, S.R. (2023). La ansiedad en el proceso educativo de los estudiantes: un desafío para el rendimiento y el bienestar. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinaria*, 7(3), 2922-2935. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i3.6386
- Rubio, M.J., y Vilá, R. (2017). El análisis de conglomerados bietápico o en dos fases con SPSS. *REIRE. Revista d'Innovació i Recerca en Educació*, 10(1), 118-126. <http://doi.org/10.1344/reire2017.10.11017>
- Ruiz Requies, I., Rodríguez Medina, J., Herguedas Esteban, M. del C., & Ayuso Lanchares, A. (2025). Universidad y centro de prácticas: análisis de la satisfacción del estudiantado en los Grados en Educación Infantil y Primaria. *Revista Interuniversitaria De Formación Del Profesorado. Continuación De La Antigua Revista De Escuelas Normales*, 39(3), 29-41. <https://doi.org/10.47553/rifop.v39i3.116884>
- Ruiz-Segarra, M. (2020). Ansiedad ante exámenes y hábitos de estudio en educación superior. *Revista de Investigación en Ciencias de la Educación. Bolivia*: 4(16), 461-468. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v4i16.129>
- Siegel, S. (1990). *Estadística no paramétrica para ciencias de la conducta*. Trillas.
- Silaj, K.M., Schwartz, S.T., Siegel, A.L., y Castel, A.D. (2021). Test anxiety and metacognitive performance in the classroom. *Educational Psychology Review*, 33(4), 1809-1834. <https://doi.org/10.1007/s10648-021-09598-6>
- Smith, A.R., Jones, E.L., Subar, A.R., Do, Q.B., Kircanski, K., Leibenluft, E., Brotman, M.A., Pine, D.S., y Silk, J.S. (2022). The role of anxiety and gender in anticipation and avoidance of naturalistic anxiety-provoking experiences during adolescence: An ecological momentary assessment study. *JCPP Advances*, 2(3), e12084. <https://doi.org/10.1002/jcv2.12084>
- Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L., y Lushene, R.E. (1982). *Cuestionario de ansiedad estado rasgo*. Tea.
- Stearns, P.N. (2023). Student anxiety and its impact: A recent American history. *History of Education Quarterly*, 63(2), 271-297. <https://doi.org/10.1017/heq.2023.10>

- Tan, G.X., Soh, X.C., Hartanto, A., Goh, A.Y., y Majeed, N.M. (2023). Prevalence of anxiety in college and university students: An umbrella review. *Journal of Affective Disorders Reports*, 14, 100658. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100658>
- Tayeh, P., Agámez, P., y Chaskel, R. (2016). Trastornos de ansiedad en la infancia y la adolescencia. *Precop SCP*, 15(1), 6-18.
- Vera-Martínez, J.J. (2022). Atención a las personas con problemas de salud mental en la comunidad universitaria. Bases para una estrategia coordinada. *Revista Rued@ Universidad, Ética y Derechos*, (7), 37-66. <https://ojs.cedu.es/index.php/Rueda/article/view/12/11>