

NIVELES DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES EN PROCESO DE TITULACIÓN ANXIETY LEVELS IN STUDENTS IN THE PROCESS OF DEGREEING

Autores: ¹Jairo Faustino Neira Rosales y ²Marcia Galina Ullauri Carrión.

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0003-8209-8098>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-7080-5969>

¹E-mail de contacto: jairo.neirarosales6868@upse.edu.ec

²E-mail de contacto: mullauri@upse.edu.ec

Afiliación: ^{1*} ^{2*}Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Artículo recibido: 16 de Abril del 2025

Artículo revisado: 16 de Abril del 2025

Artículo aprobado: 2 de Mayo del 2025

¹Licenciado en Idioma Inglés, egresado de Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador). Maestrante en Psicopedagogía en la Universidad Estatal Península de Santa Elena (Ecuador).

²Licenciada en Ciencias de la Educación especialización Psicología Educativa y Orientación Vocacional, graduada de la Universidad Técnica de Machala, (Ecuador). Magister en Terapia Familiar con mención en Intervención Sistémica, otorgado por la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, (Ecuador). Magister en Docencia y Gerencia en Educación Superior, otorgado por la Universidad de Guayaquil, (Ecuador). Magister en Psicología Clínica, otorgado por la Universidad de Guayaquil, (Ecuador). Doctora en el programa de Doctorado en Desarrollo Psicológico, Aprendizaje y Salud, otorgado por la Universidade Da Coruña, (España).

Resumen

El presente artículo analiza los niveles de ansiedad en estudiantes de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros de la Universidad Estatal Península de Santa Elena que se encuentran en proceso de titulación. El objetivo fue identificar los factores que inciden en la ansiedad y sus consecuencias en el rendimiento académico y bienestar psicológico. Se utilizó un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental de tipo transversal. La muestra estuvo compuesta por 25 estudiantes del octavo semestre, seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. El instrumento aplicado fue el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI), que permitió clasificar los niveles de ansiedad en normal, leve, moderado y severo. Los resultados evidencian que el 44 % de los estudiantes presentan ansiedad moderada, 40 % ansiedad leve, y un 4 % ansiedad severa. Se observaron diferencias por sexo, destacando una mayor incidencia de ansiedad en las mujeres. Entre los factores determinantes se destacan la presión académica, las exigencias familiares, la incertidumbre profesional y las dificultades económicas. La ansiedad se manifiesta en síntomas como falta de concentración, nerviosismo, timidez, problemas para la resolución de conflictos y, en los casos más severos, ataques de pánico o depresión. Se

concluye que la ansiedad afecta significativamente el rendimiento académico y que es necesario implementar estrategias de apoyo emocional y psicológico desde las instituciones educativas para prevenir y atender esta problemática en estudiantes próximos a titularse.

Palabras clave: Niveles de ansiedad, Presión académica, Consecuencias de la ansiedad.

Abstract

This article analyzes anxiety levels among students in the National and Foreign Language Teaching program at the Peninsula State University of Santa Elena, who are in the process of completing their degree. The objective was to identify the factors that influence anxiety and its consequences on academic performance and psychological well-being. A quantitative approach was used, with a non-experimental, cross-sectional design. The sample consisted of 25 eighth-semester students, selected through non-probability convenience sampling. The instrument used was the State-Trait Anxiety Inventory (STAI), which allowed anxiety levels to be classified as normal, mild, moderate, and severe. The results show that 44% of the students presented moderate anxiety, 40% mild anxiety, and 4% severe anxiety. Gender differences were observed, with a higher incidence of anxiety among women. Determining factors included academic pressure, family demands, career

uncertainty, and financial hardship. Anxiety manifests itself in symptoms such as lack of concentration, nervousness, shyness, problems resolving conflicts, and, in the most severe cases, panic attacks or depression. It is concluded that anxiety significantly affects academic performance and that it is necessary to implement emotional and psychological support strategies within educational institutions to prevent and address this problem in students close to graduating.

Keywords: **Anxiety levels, Academic pressure, Consequences of anxiety.**

Sumário

Este artigo analisa os níveis de ansiedade entre os alunos do programa de Pedagogia de Línguas Nacionais e Estrangeiras da Universidade Estadual da Península de Santa Elena que estão em processo de conclusão de curso. O objetivo foi identificar os fatores que influenciam a ansiedade e suas consequências no desempenho acadêmico e no bem-estar psicológico. Foi utilizada uma abordagem quantitativa, com delineamento transversal não experimental. A amostra foi composta por 25 alunos do oitavo semestre, selecionados por amostragem de conveniência não probabilística. O instrumento aplicado foi o Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE), que permitiu classificar os níveis de ansiedade em normal, leve, moderado e grave. Os resultados mostram que 44% dos estudantes têm ansiedade moderada, 40% ansiedade leve e 4% ansiedade grave. Foram observadas diferenças de gênero, com maior incidência de ansiedade em mulheres. Entre os fatores determinantes estão a pressão acadêmica, as exigências familiares, a incerteza profissional e as dificuldades financeiras. A ansiedade se manifesta em sintomas como falta de concentração, nervosismo, timidez, dificuldades para resolver conflitos e, nos casos mais graves, crises de pânico ou depressão. Conclui-se que a ansiedade afeta significativamente o desempenho acadêmico e que é necessário implementar estratégias de apoio emocional e psicológico dentro das instituições de ensino para prevenir e abordar

esse problema em alunos próximos da formatura.

Palavras-chave: **Níveis de ansiedade, Pressão acadêmica, Consequências da ansiedade.**

Introducción

La educación superior es una etapa crítica en la vida de los jóvenes debido a que se enfrentan a nuevas responsabilidades, expectativas, presiones sociales y emocionales. El proceso de titulación al final de las carreras universitarias puede llegar a ser estresante, debido a que los estudiantes deben cumplir con los requisitos académicos, completar la malla curricular, la obtención certificados, la incertidumbre por su futuro y la carga de realizar un trabajo de titulación, además de la responsabilidad de tomar decisiones importantes para su vida. Todos estos aspectos pueden generar un estrés crónico que se manifiesta en forma de ansiedad.

La ansiedad es un problema creciente que afecta significativamente el bienestar y rendimiento académico de los estudiantes en su proceso de titulación, y se ha demostrado que puede tener un impacto negativo en la calidad de vida, esto puede manifestarse en síntomas como estrés crónico, insomnio, fatiga y dificultad para concentrarse. Estas consecuencias se generan por la combinación de factores como la presión académica, expectativas familiares y sociales, finanzas y la transición de la vida universitaria al mundo laboral, esta transición puede ser especialmente desafiante para muchos estudiantes que aún no tienen claro su carrera profesional o se sienten inseguros por sus habilidades y competencias. Según un estudio el mundo universitario presenta unas características y exigencias académicas que en ciertos momentos conducen a reacciones adaptativas generadoras de ansiedad y considerable perturbación psicosocial, con disminución del rendimiento académico en el joven en ciertos casos. (Palacios et al., s. f.)

En el entorno universitario, la ansiedad se ha convertido en un problema cada vez más acuciante, especialmente entre los estudiantes que están a punto de culminar su proceso de titulación. Esta etapa crítica, marcada por la intensa presión académica, la incertidumbre sobre el futuro profesional y las crecientes exigencias personales y sociales puede desencadenar niveles alarmantes de ansiedad que afectan negativamente el bienestar integral de los estudiantes, incluyendo su salud física, emocional y social.

Ciertos estudios alrededor del Ecuador han determinado que el efecto de la ansiedad en estudiantes para obtener un título universitario es un tema de relevancia a ser investigado en sus diferentes contextos, por ejemplo, Macias y Guale (2019), en la Universidad Técnica de Manabí mencionan que los universitarios representan una población de alto riesgo a sufrir trastornos de ansiedad debido a las exigencias curriculares que les afecta en todas las esferas y es producto del estrés al que están expuestos. (p. 2). La presión por obtener buenos resultados académicos carga de trabajo, expectativas de los profesores y de los propios estudiantes pueden generar un entorno estresante que exacerbe la ansiedad. Además, la incertidumbre sobre el futuro profesional y la dificultad para encontrar empleo en un mercado laboral competitivo pueden sumar aún más estrés y ansiedad a la situación. En este contexto, es fundamental reconocer que la ansiedad no es solo un problema individual, sino también un tema que requiere una atención y respuesta institucional. Las universidades y los profesionales de la salud mental deben trabajar juntos para desarrollar estrategias efectivas para apoyar a los estudiantes en esta etapa crítica y promover su bienestar emocional y académico.

De acuerdo con Londoño et al., (2022), en su investigación sobre Depresión y ansiedad en estudiantes que ingresan a la universidad y factores de estrés asociados, mencionan que “Los trastornos de ansiedad se diferencian entre sí según el tipo de objeto o situaciones que inducen el miedo, la ansiedad o las conductas evitativas y la cognición asociada y suelen sobreestimar el peligro en las situaciones que temen o evitan”. (p. 12)

Materiales y Métodos

La presente investigación se llevó a cabo en la Universidad Estatal Península de Santa Elena, específicamente en la Carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros provincia de Santa Elena. El estudio se enfocó en estudiantes del octavo semestre que se encuentran en el proceso de titulación, de la carrera de PINE. La población estuvo conformada por 45 estudiantes que están en el proceso final de formación académica. De este grupo se seleccionó se tomaron 25 participantes que corresponden el 56% del total de la muestra. El criterio de selección fue no probabilístico por conveniencia, considerando solamente a los estudiantes que dieron su consentimiento para participar en la investigación

La muestra se reconoce como el subconjunto de individuos derivados desde la población total, conocidos también como unidades de análisis que participaran directamente en el estudio de la investigación. La muestra está compuesta por 25 participantes en proceso de titulación, donde el criterio muestral estuvo conformado por estudiantes que expresaron su consentimiento para participar en la investigación. El diseño metodológico fue no experimental de tipo transversal, ya que se recolectaron los datos en un solo momento temporal, sin la manipulación de las variables de estudio. Este diseño permitió obtener una caracterización del fenómeno de

estudio dentro de un contexto específico. Se empleó un enfoque cuantitativo el cual se centra en la recopilación y análisis de datos numéricos y estadísticos para poder responder a la pregunta problema de la investigación, es decir este enfoque permitió la generalización de los resultados de la población.

El instrumento utilizado para recopilar los datos fue el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI), diseñado por Spielberger. El mismo que evalúa estados de ansiedad; ansiedad estado (AE), que refleja cómo se siente el individuo en un momento determinado; y ansiedad rasgo (AR), que indica la predisposición estable del individuo a experimentar ansiedad. El cuestionario incluye elementos con evaluación directa e inversa para minimizar el ciclo de respuesta. La encuesta se administró de manera online y anónima. La recopilación de los datos se llevó a cabo durante un período de 2 semanas, y se aseguró la confidencialidad y el anonimato de los participantes. Se realizaron análisis descriptivos para caracterizar los niveles de ansiedad entre los estudiantes participantes. Las calificaciones elevadas de AE indican un grado elevado de ansiedad situacional, mientras que valores elevados de AR se corresponden a la personalidad ansiosa y varían de un mínimo de 0 puntos hasta un máximo de 60 puntos. A cada valor que coincida se le da el valor de uno y luego se suman todos los coincidentes. Estos valores se deben aplicar a una determinada ecuación:

$$A/E=30+..... -.....$$

$$A/R = 21 + -$$

Luego del signo (+) se ubica el valor de los ítems positivos coincidentes y al lado del signo (-) los ítems negativos sin alterar la ecuación para obtener el nivel de ansiedad.

Resultados y Discusión

Previo al estudio del cuestionario Inventario de Ansiedad Estado y Rasgo (STAI), como instrumento de medición de ansiedad, se obtuvieron resultados que se correlacionan a los niveles de ansiedad (Normal, Leve, Moderada y Severa), de la muestra escogida aplicados a 10 estudiantes de sexo masculino y 15 estudiantes de sexo femenino. La aplicación de los dos cuestionarios Ansiedad/Estado y Ansiedad/Rasgo permite identificar cada una de las características y las causas que ocasionan la ansiedad frente a estudiantes en proceso de titulación, esta aplicación obtuvo los siguientes resultados que se muestran a continuación.

Tabla 1. Cuestionario Ansiedad/Rasgo.

	Hombres	Mujeres	Total
Ansiedad Normal	1	2	3 (12%)
Ansiedad Leve	4	6	10 (40%)
Ansiedad Moderada	5	6	11 (44%)
Ansiedad Severa	0	1	1 (4%)
Total	10	15	25 (100%)

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 1 muestra los resultados que se obtuvieron tras la aplicación del cuestionario Ansiedad/Rasgo, en la cual se observa que existe un bajo índice de ansiedad severa equivalente al 4% con 1 estudiante de sexo femenino y ningún estudiante de sexo masculino, un alto índice de ansiedad moderada del 44% compuesta de 11 estudiantes entre ellos 5 estudiantes de sexo masculino y 6 estudiantes de sexo femenino, un índice alto también de 10 estudiantes con ansiedad leve con 40%, quienes se presentan con 4 estudiantes de sexo masculino y 6 estudiantes de sexo femenino y 3 estudiantes con ansiedad normal que representa un índice intermedio de 12% conformada por 1 de sexo masculino y 2 de sexo femenino. En este caso, la tabla muestra que las estudiantes de sexo femenino presentaron un índice elevado de ansiedad en comparación a los hombres.

En cuanto al componente de Ansiedad/Estado, se observa que la mayoría de los estudiantes (44%) presentaron ansiedad leve entre ellos 6 de sexo masculino y 5 de sexo femenino, seguido por un 32% con ansiedad moderada en los cuales 4 estudiantes de sexo masculino y 4 de sexo femenino. El 20% manifestó niveles de ansiedad normal en la cual solo 5 estudiantes de sexo femenino y ningún estudiante de sexo masculino, de la misma manera un 4% manifestó ansiedad severa con 1 estudiante de sexo femenino. En este caso, según muestra la tabla las estudiantes que manifestaron ansiedad normal fueron mujeres en el estado emocional actual.

Tabla 2. Cuestionario Ansiedad/Estado

	Hombres	Mujeres	Total
Ansiedad Normal	0	5	5 (20%)
Ansiedad Leve	6	5	11 (44%)
Ansiedad Moderada	4	4	8 (32%)
Ansiedad Severa	0	1	1 (4%)
TOTAL	10	15	25 (100%)

Fuente: Elaboración propia.

Los estudiantes en proceso de titulación de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros sufren problemas de ansiedad según los resultados obtenidos en la aplicación del cuestionario Inventario de Ansiedad Estado y Rasgo (STAI), en la cual se determinó el nivel de ansiedad (Normal, Leve, Moderado y Severo). En los resultados obtenidos aproximadamente el 4% de la población encuestada se manifiesta con una ansiedad severa en relación a Ansiedad/Rasgo, que determina una propensión de angustia frente a situaciones amenazadoras, además de una estructura de personalidad ante los modelos de aprendizaje. Frente a este resultado se deduce que el estudiante tiene grandes dificultades para mantenerse calmado en situaciones académicas en su proceso de titulación, además de poder

presentar un bajo rendimiento académico que le impide fomentar su proceso de enseñanza-aprendizaje. Tal como lo dijeron Macias y Guale (2019) la ansiedad dependerá mucho el nivel y su impacto en el individuo variando repentinamente en cada individuo, sin embargo, mucha acumulación de sensaciones negativas puede generar niveles de ansiedad más altos y graves lo cual provoca resultados no favorables.

La ansiedad moderada es considerada como un nivel intermedio en relación a sus índices en la cual el individuo presenta múltiples sensaciones de nerviosismo. Acorde a los resultados obtenidos alrededor del 44% de los estudiantes presentan ansiedad moderada en relación a Ansiedad/Rasgo, lo que refiere dificultades de adaptación y preocupación de la transición de la vida universitaria a la vida profesional, en la cual los estudiantes se ven afectados directamente a los pensamientos del que hacer luego de su titulación o como lograr titularse. El resultado concuerda directamente con la investigación de Castellanos y Cárdenas et al., (2021), donde mencionan que terminar una carrera profesional es un proceso de adaptación y toma de decisiones importantes para su vida, en la que el estudiante debe enfrentarse a situaciones estresante debido al cambio de contexto.

Por otra parte, en la investigación realizada por Vinicio y Gavilanes (2023), mencionan que uno de los principales factores que genera ansiedad y afecta negativamente son las responsabilidades personales y sociales en la cual se presentan la falta de recursos económicos y la situación laboral de los estudiantes. Esta manifestación está relacionada directamente en los resultados obtenidos del cuestionario en los estudiantes en dependencia a Ansiedad/Rasgo, en la que se determina que el 40% de la población presenta

Ansiedad Leve, la cual se describe por identificar al individuo con rasgos de incomodidad consigo mismo y conectar con otras personas, además de presentar timidez ante situaciones externas y dificultades para la resolución de conflictos.

La ansiedad puede considerarse como una manifestación del cuerpo que dificulta al individuo puede enfrentarse a situaciones de vida complejas o distintas. Frente a los niveles ansiedad en los estudiantes en proceso de titulación el 4% de la población encuestada presenta niveles de ansiedad severa y en relación con Ansiedad/Estado, lo que significa que el estudiante presenta preocupaciones constantes debido a la presión académica, la de docentes o la de familiares, lo cual al no ser tratado puede generar ataques de pánico o depresión. Este resultado se asemeja al estudio de Mera y Márquez (2021) quienes manifiestan que la ansiedad al no ser tratada puede generarse un trastorno que forja dificultades en el individuo, promoviendo la vulnerabilidad ante otros cuadros sintomatológicos de mayor complejidad.

Dado los resultados de la aplicación del Inventario el 32% de la población es decir estudiantes, presenta niveles de ansiedad moderada relacionados con el cuestionario Ansiedad/Estado, la cual se caracteriza por ser un estado emocional transitorio que es causado por situaciones problemáticas y frustrantes que tienen como consecuencias nerviosismo, aprensión, tensión pensamientos molestos y preocupaciones. Este resultado describe que estos estudiantes tienen problemas de mantener la atención y distraerse con más facilidad ante su formación académico debido a pensamiento externos y las preocupaciones que el estudiante puede tener, lo cual afecta directamente a su capacidad de atención, falta de motivación al

realizar tareas académicas e incluso puede perder su interés por aprender. La conclusión de este resultado se ve directamente correlacionada con la investigación de Jaude (2021), quien manifiesta que los individuos que presentan altos niveles de ansiedad pueden llegar reducir su proceso de aprendizaje, debido a que disminuye su atención, concentración y retención de información, de la misma manera frente a sus problemas tienden a distraerse con más facilidad.

En una investigación del 2023 realizada por Quevedo Calva et al., mencionan también que los estudiantes con niveles de ansiedad elevados tienen mayor facilidad de distracción lo que causa problemas de organización académica y elaboración de materiales entre ellos tareas, proyectos o tesis de grado. Según los resultados obtenidos el 44% de los estudiantes en proceso de titulación presentan ansiedad leve en relación al cuestionario Ansiedad/Estado, lo que se deduce a que estos estudiantes pueden llegar a distraerse con más facilidad ante la realización de actividades académicas previstas en su malla curricular lo cual genera múltiples retrasos en su entrega y organización en su proceso de titulación.

De la misma manera Quevedo Calva et al., manifiesta que aquellos estudiantes con coeficiente intelectual elevado pueden manejar su ansiedad de mejor manera. Esto se manifiesta en los resultados obtenidos en el cuestionario Ansiedad/Estado con un 20% de estudiantes con Ansiedad Normal y un 12% de estudiantes en relación a Ansiedad/Rasgo. Esto se asemeja directamente al estudio realizado por el autor, ya que estos estudiantes pueden tener un coeficiente intelectual más elevado que los demás, esto les ayuda a poder manejar mucho mejor sus actividades académicas, pensamientos negativos, preocupaciones,

nerviosismos, entre otros factores llegando así a poder manejar su nivel de ansiedad mucho mejor que otros estudiantes en la cual no se verá afectado su rendimiento académico en su proceso de aprendizaje logrando así culminar su proceso de titulación con éxito presentando muy pocas dificultades para alcanzarlo.

Los resultados obtenidos permitieron alcanzar los objetivos de la investigación mediante el análisis de datos del cuestionario Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) y la revisión de literatura científica. A partir del estudio realizado, se concluye que los principales factores que generan ansiedad en los estudiantes en proceso de titulación son: la transición de la vida universitaria a la vida profesional, las exigencias personales y sociales asociadas a las expectativas familiares, la falta de recursos económicos, la presión académica en relación al cumplimiento de la malla curricular. Estos factores traen como consecuencia un estado de preocupación constante y dificultad adaptación al cambio.

Las consecuencias de la ansiedad en el rendimiento académico se evidencian en síntomas como nerviosismo, preocupación excesiva, timidez, problemas de atención y concentración, dificultades en la resolución de conflictos, e incluso trastornos más graves como ataques de pánico o depresión en los niveles más severos. Estos efectos comprometen significativamente el proceso de aprendizaje y el desempeño de los estudiantes en su etapa de titulación. Las dificultades para mantener la atención y el enfoque están asociadas a pensamientos intrusivos relacionados con problemas personales, familiares, sociales o académicos. Esto interfiere en la organización, el cumplimiento de tareas y la gestión del tiempo, elevando los niveles de ansiedad hasta niveles críticos que

afectan la capacidad del estudiante para culminar exitosamente su carrera.

Conclusiones

Los resultados obtenidos a lo largo de esta investigación permitieron alcanzar los objetivos propuestos, mediante un análisis riguroso de los datos recolectados a través del Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) y una revisión detallada de la literatura científica existente. La aplicación de este instrumento permitió no solo identificar los distintos niveles de ansiedad que presentan los estudiantes en proceso de titulación, sino también comprender las múltiples variables que inciden en su aparición. Esta información ha sido clave para evidenciar que los niveles de ansiedad varían en función de elementos individuales, académicos, sociales y económicos, lo cual reafirma la complejidad del fenómeno y su impacto directo en el rendimiento académico. El estudio permitió establecer relaciones significativas entre los factores contextuales y la manifestación emocional de los estudiantes, revelando la necesidad de estrategias de intervención efectivas.

Entre los hallazgos más relevantes, se identificaron como principales generadores de ansiedad la transición de la vida universitaria a la vida profesional, las exigencias personales y sociales ligadas a las expectativas familiares, la falta de recursos económicos y la presión académica para cumplir con los requisitos establecidos por la malla curricular. Estas situaciones derivan en un estado de preocupación constante, el cual impide al estudiante adaptarse de manera saludable a los cambios propios de esta etapa formativa. La combinación de estos factores constituye una carga emocional significativa que repercute en la salud mental del estudiante, afectando su estabilidad emocional y su desempeño

académico. La ansiedad, por tanto, no debe ser interpretada como una condición aislada, sino como un fenómeno complejo que requiere abordajes integrales desde el ámbito educativo y psicológico.

Asimismo, se evidenció que la ansiedad impacta de manera directa y negativa en el rendimiento académico de los estudiantes. Los síntomas más comunes reportados incluyen nerviosismo persistente, preocupación excesiva, conductas evitativas, timidez, falta de concentración y atención, así como dificultades importantes en la resolución de conflictos interpersonales y académicos. En los casos más severos, se observaron manifestaciones clínicas más graves como ataques de pánico, cuadros depresivos e incluso desmotivación generalizada hacia el proceso de titulación. Esta sintomatología compromete de forma significativa el proceso de aprendizaje, limitando la capacidad de los estudiantes para enfrentar adecuadamente las exigencias académicas, y obstaculizando su desarrollo personal y profesional. Estas consecuencias no solo afectan el desempeño a corto plazo, sino que también pueden tener un efecto prolongado en la vida del egresado, dificultando su inserción exitosa en el campo laboral y su estabilidad emocional en el futuro.

Por otro lado, se constató que una de las manifestaciones más frecuentes de la ansiedad en estudiantes en proceso de titulación es la dificultad para mantener la atención y el enfoque en las actividades académicas. Esta dificultad está profundamente asociada con la presencia de pensamientos intrusivos relacionados con conflictos personales, familiares, sociales y académicos. La constante interferencia de estos pensamientos disminuye la capacidad de organización, planificación y ejecución de tareas, al mismo tiempo que

aumenta el estrés y la sensación de desbordamiento emocional. Esta situación eleva los niveles de ansiedad hasta puntos críticos que comprometen no solo el rendimiento académico, sino también la salud mental general del estudiante. En consecuencia, se vuelve urgente la necesidad de establecer mecanismos institucionales que ofrezcan acompañamiento psicológico, tutorías personalizadas y entornos educativos más empáticos, que favorezcan la gestión emocional y la resiliencia en los futuros profesionales.

En síntesis, los niveles de ansiedad observados en esta investigación reflejan la diversidad de experiencias que enfrentan los estudiantes, en función de sus contextos personales, sociales y académicos. La ansiedad universitaria no puede entenderse como un fenómeno homogéneo ni generalizable de forma simplificada, sino que debe concebirse como un constructo dinámico que fluctúa de acuerdo con las condiciones emocionales y ambientales de cada individuo. Por ello, se hace imprescindible que las instituciones de educación superior desarrollen políticas de prevención e intervención psicoeducativa que promuevan el bienestar emocional, reduzcan el impacto de la ansiedad y faciliten procesos de titulación más humanos, sostenibles y exitosos. Este enfoque permitirá no solo mejorar la calidad de vida de los estudiantes, sino también garantizar un proceso formativo más integral y centrado en las verdaderas necesidades del ser humano en formación.

Referencias Bibliográficas

- Castellanos Cárdenas, T., Guarnizo Castillo, A., & Salamanca Camargo, Y. (2011). Relation between levels of anxiety and coping strategies in Colombian university. *International Journal of Psychological Research*, 4(1), 50-57.
<https://doi.org/10.21500/20112084.797>

- Jadue G. (2001). Algunos efectos de la ansiedad en el rendimiento escolar. *Estudios Pedagógicos* (Valdivia), 27. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052001000100008>
- Londoño, H., Restrepo, C., & Rojas, B. (2022). Depresión y ansiedad en estudiantes que ingresan a la universidad y factores de estrés asociados. *Revista Psicología e Saúde*, 121-138. <https://doi.org/10.20435/pssa.v13i4.1371>
- Macías, P., & Guale, 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.
- Mera Posligua, J., & Márquez Fernández, L. (2021). Niveles de ansiedad en los ancianos durante la crisis sanitaria del COVID-19. *Revista Científica Arbitrada en Investigaciones de la Salud GESTAR*, 4(8 Edición especial noviembre 2), 60-72. <https://doi.org/10.46296/gt.v4i8edesp.0031>
- Palacios, C., Guerrero, L., García, V., & Lavandero, C. (s. f.). Niveles de ansiedad entre estudiantes que inician y culminan la carrera en actividad física.
- Quevedo Calva, M., Alulima Palacios, M., & Tapia Peralta, R. (2023). La ansiedad en el proceso educativo de los estudiantes: Un desafío para el rendimiento y el bienestar. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(3), 2922-2935. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i3.6386
- Supe Landa, V., & Gavilanes Manzano, R. (2023). Ansiedad y calidad de vida en estudiantes universitarios: Anxiety and quality of life in university students. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2). <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.774>



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional. Copyright © Jairo Faustino Neira Rosales y Marcia Galina Ullaauri Carrión.

