

## Ansiedad en estudiantes de secundario y estrés previo al ingreso a la Universidad



**Ivanna Gabriela CALLIERI**  
**Adriana Gabriela BARRIONUEVO**  
**Daniela Soledad RICALDI**

Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales, UNJu  
icallieri@fhyics.unju.edu.ar



## Ansiedad en estudiantes de secundario y estrés previo al ingreso a la Universidad

**Ivanna Gabriela CALLIERI**  
**Adriana Gabriela BARRIONUEVO**  
**Daniela Soledad RICALDI**

Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales, UNJu  
icallieri@fhyics.unju.edu.ar

Fecha de recepción: 14.02.2022

Fecha de aceptación: 23.05.2022

### Resumen

Teniendo en cuenta que la transición entre la escuela secundaria y la universidad implica significativos cambios en la vida de los sujetos, Arco Tirado y cols. (2005) señalan que puede generar en algunos sujetos un estado de vulnerabilidad subjetiva que lleve a desarrollar estrés y ansiedad, lo que reduciría su bienestar psicológico; pudiendo, además, cumplir un papel desencadenante, regulador o exacerbador de diferentes síntomas y estados emocionales (ansiedad, depresión, bajo bienestar psicológico) que son contraproducentes para la adecuada adaptación de los estudiantes al ámbito universitario y pueden dificultar su rendimiento. Estos cambios emocionales adversos pueden generarse durante su tránsito por la escuela secundaria, sirviendo como un antecedente negativo que predispone de mala manera a la adaptación del estudiante al nivel universitario.

Por este motivo, nuestro equipo de investigación se propuso analizar la presencia de sintomatología ansiosa y el nivel de estrés académico presentado por estudiantes que durante el año académico 2019 cursaran estudios secundarios (previos a su ingreso a la universidad), analizando también la posible relación entre ambas variables.

Se trabajó con un total de 258 estudiantes que en febrero del año 2020 se encontraban ingresando a la FHyCS y que durante el año 2019 hubieran cursado su último año de secundaria. Se les administró el Inventario de estrés académico SISCO SV-21 y el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI), observando una clara relación entre los niveles de ansiedad estado y rasgo y la presencia de estrés académico durante su último año de secundaria. Esta relación fue más clara entre las mujeres.

**Palabras Clave:** ansiedad, estrés, estudiantes

**Cita sugerida:** Callieri, I. G., Barrionuevo, A. G. y Ricaldi, D. S. (2022). Ansiedad en estudiantes de secundario y estrés previo al ingreso a la Universidad. *Investigaciones, Ensayos y Experiencias*, V (5), 119 -131. Disponible en: <https://ies7-juj.inf.d.edu.ar/sitio/publicaciones/>

## Introducción

Estudios como el de Luna Santos (2018) y Quispe Llanos (2019) señalan que el cursado del último año del secundario, así como el pasaje al nivel superior (Rojas Conde, 2020), puede ser fuente de estrés y ansiedad en los estudiantes.

El estrés es considerado como un fenómeno multivariante que resulta de la relación entre la persona y los eventos del medio, los que son evaluados como desmesurados o amenazantes para sus recursos y ponen en riesgo su bienestar (Alfonso Águila y cols., 2015). Es un conjunto de procesos y respuestas neuroendocrinas, inmunológicas, emocionales y conductuales ante situaciones que significan una demanda de adaptación mayor que lo habitual para el organismo, y/o son percibidas por el individuo como amenazantes o peligrosas, ya sea para su integridad biológica o psicológica (Trucco, 2002).

Castillo Pimienta y cols. (2016) señalan que las principales fuentes de estrés se suelen asociar a eventos académicos, psicosociales y económicos, siendo los más destacados los factores académicos.

Orlandini (1999, citado en Berrío García y Mazo Zea, 2011) argumenta que, desde los grados preescolares hasta la educación universitaria de posgrado, cuando una persona está en periodo de aprendizaje experimenta una tensión, que se denomina estrés académico, y ocurre tanto en los casos individuales como en las situaciones grupales áulicas.

Barraza (2008; 2006) señala que el estrés académico es aquel que se genera por las demandas que impone el ámbito educativo, constituyendo un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que implica componentes cognitivos y afectivos.

En esos contextos académicos, el estudiante se enfrenta a una serie de demandas o exigencias que son sometidas a su valoración subjetiva. Si el estudiante considera que las demandas desbordan sus recursos, se consideran estresores (input). Estos estresores provocan un desequilibrio sistémico en la relación persona-entorno (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio). Este desequilibrio da lugar a un segundo proceso de valoración, en este caso de las capacidades de afrontar la situación estresante, determinando la mejor forma de enfrentarla. Así el sistema responde con estrategias de afrontamiento (output) a las demandas del entorno, con el fin de restaurar el desequilibrio sistémico. Una vez aplicadas estas estrategias de afrontamiento, en caso de ser exitosas, el sistema recupera el equilibrio; pero si no lo son, el individuo debe de realizar un tercer proceso de valoración que lo conduce a un ajuste de las estrategias a usar para conseguir el equilibrio esperado (Barraza, 2006).

Por su parte, la ansiedad puede ser considerada como una preocupación excesiva (expectación aprensiva) que las personas tienen dificultades para controlar y que aparece ante una amplia gama de acontecimientos y situaciones. Generalmente suele venir acompañada de síntomas como inquietud, fatiga, dificultades para concentrarse, irritabilidad, tensión muscular y trastornos del sueño (American Psychiatric Association, 1995).

Trabajos como los de Cornejo Valdivia y García Alonso (2020), Mónica Quiliano Navarro y Miryam Quiliano Navarro (2020), Rojas Conde (2020), Carlos Castillo Pimienta, Tomás Chacón de la Cruz y Gabriela Díaz-Véliz (2016) relacionan el estrés académico y los estados emocionales adversos; asegurando que el estrés académico puede desencadenar la aparición de sintomatología ansiosa. Sin embargo, también señalan que los estados emocionales adversos, como los estados ansiosos, pueden potenciar la aparición de estrés académico. Todavía se investiga la relación causal de estas dos variables.

Por todo lo anterior, se considera una posible relación entre ansiedad y estrés y la vinculación de ambas con la finalización de los estudios secundarios e inicio del nivel terciario. En el marco del proyecto "Análisis del estrés académico entre los ingresantes a la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Jujuy", aprobado y subvencionado por la Secretaría de Ciencia y Técnica y Estudios Regionales (SeCTER), se decidió estudiar la presencia de sintomatología ansiosa y el nivel de estrés académico presentado por estudiantes que durante el año académico 2019 cursaran estudios secundarios (previos a su ingreso a la universidad), analizando también la posible relación entre ambas variables.

## Material y método

La presente investigación se desarrolló siguiendo una metodología cuantitativa, mediante un diseño descriptivo y correlacional.

Se trabajó con estudiantes que cursaban el ciclo de Ambientación previo al ingreso a la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales, Universidad Nacional de Jujuy (FHyCS-UNJu) en el mes de febrero del año 2020 y que dieron su consentimiento informado para formar parte de la investigación (N = 733), seleccionando entre ellos, para el presente estudio, aquellos que durante el año 2019 cursaron su último año de estudios secundarios y hubieron contestado a los dos inventarios requeridos para analizar el objetivo del presente trabajo (Inventario para el estudio del estrés académico SISCO SV-21 y el Cuestionario de Ansiedad Estado – Rasgo), conformando la muestra de estudio un total de 258 estudiantes.

La administración de las pruebas se llevó a cabo durante el curso de ambientación universitario para el ingreso 2020 a la FHyCS-UNJu.

El Inventario para el estudio del estrés académico SISCO SV-21 (Barraza Macías, 2018) es un inventario autoadministrado, que se puede usar tanto individual como colectivamente. Está formado por 21 ítems. Después, siguiendo un escalamiento tipo Lickert de seis valores categoriales (nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) se presentaron siete ítems que pueden identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores (Dimensión Estresores); siete ítems que permiten identificar la frecuencia con la que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor (Dimensión Síntomas); y siete ítems que permiten identificar la frecuencia de uso de estrategias de afrontamiento ante el estrés académico (Dimensión Estrategias de Afrontamiento). El test también arroja una puntuación total en estrés, que es el resultado de promediar las puntuaciones obtenidas en las tres dimensiones que lo componen. Las puntuaciones (puntuación total de estrés, así como las de las diferentes dimensiones que lo constituyen) son interpretadas en base a baremos propios realizados para los ingresantes a la FHyCS-UNJu (datos sin publicar).

El Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) (Spielberger y cols., 2011). Es un cuestionario autoadministrado que puede ser aplicado a adolescentes y adultos de manera individual o colectiva. Consta de una escala de Ansiedad Estado (AE) compuesta de 20 frases con las que el sujeto puede describir cómo se siente “en un momento particular” y una escala de Ansiedad Rasgo (AR), también con 20 frases, en la que se muestra cómo se siente el sujeto “generalmente”. Los sujetos mismos se evalúan en una escala que va de 0 a 3 puntos en cada elemento. La suma de las puntuaciones obtenidas da como resultado una puntuación directa, que luego será transformada en puntuación percentil según baremos existentes, existiendo un baremo específico para estudiantes de la FHyCS-UNJu, creado por nuestro propio grupo de investigación (Martos y Mula, 2019), donde se distingue entre mujeres y varones. Los rangos cualitativos de ansiedad usados en el presente estudio se realizan considerando como ansiedad baja las puntuaciones que estaban por debajo del percentil 25; ansiedad media a aquellas puntuaciones que se encontraban entre el percentil 25 y el percentil 75; y ansiedad alta a aquellas puntuaciones que estaban por encima del percentil 75.

Los resultados fueron analizados estadísticamente, tanto desde el plano descriptivo de cada una de las variables, como buscando la correlación entre las mismas, diferenciando entre géneros.

## Resultados

De los 258 estudiantes incluidos en esta parte del estudio, el 67% (174) eran mujeres y el 33% (84) restante eran varones. Estos estudiantes presentaron un promedio de  $18.8 \pm 4.3$  años de edad.



### **Ansiedad**

En el caso de las mujeres, la puntuación promedio en AE fue de  $24.3 \pm 9.9$ , con una puntuación máxima de 46 y una puntuación mínima de 4. El 16% de las estudiantes presentaron AE Baja, el 55% Media y el 29% Alta.

Entre los varones la puntuación promedio en AE fue de  $20.8 \pm 9.2$ , con una puntuación máxima de 45 y mínima de 3; encontrándose que un 23% de los estudiantes presentaban AE Baja, un 48% AE Media y un 29% AE Alta.

Cuando se compararon las puntuaciones obtenidas por los individuos de la muestra con los parámetros esperados para la población de estudiantes de la FHyCS-UNJu, se observó que tanto las mujeres ingresantes que procedían de la escuela secundaria [ $t_{(404;0.05)} = -0.95$ ;  $p > 0.05$ ], como los varones [ $t_{(138;0.05)} = 0.12$ ;  $p > 0.05$ ], presentaban unos niveles de AE que se encontraban dentro de los valores esperados.

Al analizar la AR se observó que, entre las mujeres la puntuación promedio obtenida fue de  $31.2 \pm 9.6$ , con una puntuación máxima de 53 y una puntuación mínima de 9. Se pudo comprobar que un 13% de las estudiantes presentaban AR Baja, un 47% AR Media y un 40% AR Alta.

En el caso de los varones la puntuación promedio en AR fue de  $25 \pm 9.4$ , con una puntuación máxima de 48 y mínima de 6; encontrándose que un 15% de los mismos presentaban AR Baja, un 42% AR Media y un 43% AR Alta.

En esta ocasión, al compararon las puntuaciones obtenidas por los individuos de la muestra con los parámetros esperados para la población de estudiantes de la FHyCS-UNJu, se observó que tanto las mujeres [ $t_{(422; 0.05)} = -3.3$ ;  $p < 0.05$ ], como los varones [ $t_{(138; 0.05)} = -2.07$ ;  $p < 0.05$ ], presentaban mayores niveles de AR de los esperados.

### **Estrés Académico**

En lo referente al estrés académico, se pudo observar que, entre las mujeres, un 83% de las mismas manifestaron haber sufrido estrés durante su último año en la escuela secundaria.

Su puntuación promedio en estrés fue de  $2.8 \pm 0.7$ . Concretamente se observó que el 33% de ellas presentaron niveles de estrés académico Bajos, el 32% Intermedios y el 35% Altos.

La puntuación promedio de las mujeres en Estresores fue de  $3 \pm 0.9$ , en Síntomas de  $2.7 \pm 1$  y en uso de Estrategias de Afrontamiento de  $2.9 \pm 0.9$ . Es decir, la mayoría de las mujeres de la muestra presentaron puntuaciones intermedias, pero más bien elevadas en las tres dimensiones del estrés.

En el caso de los varones, se pudo observar que un 70% de los mismos manifestaron haber sufrido estrés durante su último año en la escuela secundaria.

Su puntuación promedio en estrés fue de  $2.7 \pm 0.6$ . Concretamente se observó que el 48% de ellos presentaron niveles de estrés académico Bajos, el 23% Intermedios y el 29% Altos.

La puntuación promedio de los varones en Estresores fue de  $2.7 \pm 0.9$ , en Síntomas de  $2.3 \pm 0.8$  y en uso de Estrategias de Afrontamiento de  $3.3 \pm 0.9$ . Es decir, la mayoría de los varones de la muestra presentaron puntuaciones intermedias en la dimensión de Estresores, leves en la dimensión de Síntomas y altas en la dimensión de uso de Estrategias de Afrontamiento.

### **Relación entre Ansiedad y Estrés Académico**

El primer análisis que se realizó fue comprobar si existía diferencia en el porcentaje de estudiantes que manifestaron haber experimentado estrés académico durante su último año de secundaria, en función de sus niveles de ansiedad (Baja, Media o Alta).

Los resultados mostraron diferencias significativas en el porcentaje de estudiantes con estrés académico, en función del nivel de AE que los mismos presentan en condiciones académicas, tanto en mujeres ( $\chi^2(2, 0.05) = 17.880$ ;  $p = 0.000$ ), como en varones ( $\chi^2(2, 0.05) = 7.341$ ;  $p = 0.025$ ). Se observó que, conforme los niveles de AE son mayores, el porcentaje de estudiantes que manifestaron presentar estrés académico en su último año de secundaria fue mayor (Ver Tabla N°1).

**Tabla N°1**

*Porcentaje de mujeres y varones con y sin estrés académico, en función de su nivel de Ansiedad Estado y Ansiedad Rasgo.*

	ANSIEDAD ESTADO				ANSIEDAD RASGO			
	Mujeres		Varones		Mujeres		Varones	
Nivel de Ansiedad	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
Bajo	61%	39%	50%	50%	43%	57%	38%	62%
Medio	80%	20%	70%	30%	85%	15%	69%	31%
Alto	98%	2%	88%	12%	93%	7%	83%	17%

En el caso de AR los resultados también mostraron diferencias significativas en el porcentaje de estudiantes con estrés académico, en función del nivel de AR que los mismos presentaron, en mujeres ( $\chi^2(2, 0.05) = 29.706$ ;  $p = 0.000$ ) y en varones ( $\chi^2(2, 0.05) = 9.279$ ;  $p = 0.010$ ). Los resultados vuelven a mostrar que conforme los niveles de AR son mayores el porcentaje de estudiantes que manifestaron presentar estrés académico en su último año de secundaria fue mayor (Ver Tabla N°1).

Considerando los valores obtenidos en las puntuaciones de estrés académico en general, se calculó la correlación existente entre estos y las puntuaciones obtenidas en AE y AR.

En el caso de las mujeres se observó una correlación positiva y significativa entre las puntuaciones en estrés y las puntuaciones en AE ( $G(142, 0.05) = 0.267$ ;  $p = 0.001$ ); así como entre estrés y las puntuaciones en AR ( $G(141, 0.05) = 0.236$ ;  $p = 0.005$ ). Es decir, conforme aumentan los niveles de AE o de AR aumentaban también las puntuaciones en estrés académico. No obstante, el análisis de los varones no reveló relación entre las puntuaciones presentadas en estrés académico en general y las puntuaciones en AE ( $G(59, 0.05) = 0.115$ ;  $p = 0.387$ ); o las puntuaciones en AR ( $G(59, 0.05) = -0.030$ ;  $p = 0.822$ ).

Al analizar las correlaciones entre las puntuaciones obtenidas por las mujeres en AE o AR y las puntuaciones obtenidas en cada una de las tres dimensiones de estrés (estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento) también se encontraron relaciones positivas y significativas. La relación más clara surgió entre los niveles de ansiedad y la dimensión síntomas, donde se observó que a mayores niveles de AE o AR mayor puntuación en la dimensión síntomas presentaban las estudiantes. Esta misma relación, aunque un poco más baja se observó cuando se relacionaron los niveles de AE o AR y la dimensión estresores. No obstante, en el caso de las dimensiones afrontamiento, se encontraron relaciones significativas pero inversas entre esta y los niveles de AE o AR; es decir, que a mayor nivel de AE o AR por parte de las estudiantes, menores uso de estrategias de afrontamiento al estrés por parte de las estudiantes (Ver Tabla N°2)

Tabla N°2

Relaciones entre las puntuaciones obtenidas Ansiedad Estado y Ansiedad Rasgo y las obtenidas en las diferentes dimensiones del estrés académico. En mujeres y varones

	Ansiedad	Dimensiones del Estrés Académico		
		Estresores	Síntomas	E. Afrontamiento
Mujeres		$G_{(141; 0.05)} = 0.228$ $p = 0.007$	$G_{(141; 0.05)} = 0.489$ $p = 0.000$	$G_{(141; 0.05)} = -0.215$ $p = 0.010$
	AR	$G_{(140; 0.05)} = 0.206$ $p = 0.015$	$G_{(140; 0.05)} = 0.484$ $p = 0.000$	$G_{(140; 0.05)} = -0.239$ $p = 0.004$
Varones	AE	$G_{(59; 0.05)} = 0.155$ $p = 0.240$	$G_{(59; 0.05)} = 0.409$ $p = 0.001$	$G_{(57; 0.05)} = -0.125$ $p = 0.356$
	AR	$G_{(59; 0.05)} = 0.078$ $p = 0.559$	$G_{(59; 0.05)} = 0.314$ $p = 0.015$	$G_{(57; 0.05)} = -0.304$ $p = 0.022$

Al analizar las correlaciones entre las puntuaciones obtenidas por los varones en AE y las puntuaciones obtenidas en cada una de las tres dimensiones de estrés académico se observó que solamente la dimensión síntomas correlacionan positiva y significativamente con los niveles de AE presentados por los estudiantes; es decir, a mayor nivel de AE mayor puntuación en la dimensión síntomas de estrés. En el caso de la AR volvió a no encontrarse relación entre los niveles de AR de los estudiantes y la dimensión estresores; así como también en esta ocasión se encontró una relación positiva y significativa entre la AR de los estudiantes y las puntuaciones en la dimensión síntomas (a más AR mayor puntuación en síntomas). En esta ocasión también resultó significativa la relación entre AR y la dimensión estrategias de afrontamiento, encontrando, como en el caso de las mujeres, una relación inversa entre estas variables (a más AR, menos uso de estrategias de afrontamiento) (Ver Tabla N°2).

### Resultados y discusión

En el presente estudio se recolectó información que permitió obtener una descripción de los niveles de ansiedad presentados por estudiantes que se encontraban ingresando a la FHyCS-UNJu procedentes del último año del nivel secundario (algunos de ellos aún adeudaban materias de dicho nivel educativo).

El análisis de los datos referidos a la AE (considerada en este estudio como la ansiedad presentada ante una situación académica, ya que fue recolectada en una situación áulica) mostró que los estudiantes, de ambos géneros, presentaban unos niveles de ansiedad similares a los esperados para la población universitaria de la FHyCS-UNJu. Si estos datos son comparados con los obtenidos por otros estudios en los que se analizó la AE en estudiantes de secundario, se puede observar que la AE observada entre los estudiantes de la muestra es algo superior a la esperada.

Así, Schmidt y Shoji Muñoz (2018), trabajando con 100 adolescentes de diferentes años de secundario (con edades comprendidas entre los 14 y los 16 años) de la ciudad de Paraná (Argentina), a los que se les administró la prueba STAI, encontraron que las puntuaciones en AE ( $17.68 \pm 9.26$ ) observadas en esta muestra fueron bastante más bajas que las encontradas en el presente estudio. Estas diferencias en el resultado podrían venir explicadas por el hecho de que la muestra empleada en el trabajo de Schmidt y Shoji Muñoz (2018) era mucho más joven, ya que incluía estudiantes de todos los años de la secundaria; aunque también es posible que dichas diferencias en los resultados puedan venir determinadas por el hecho de que en el presente estudio se trabajó con estudiantes que ya habían tomado la determinación de seguir unos estudios universitarios, con el consiguiente compromiso y responsabilidad que ello conlleva, y al tomarse la medición de la AE en uno de los primeros contactos que el estudiantes tenía con el mundo universitario, la misma podría estar reflejando una mayor ansiedad de los mismos en el momento del tránsito entre niveles educativos.

De hecho, como ya se señaló, los resultados referidos a la AE obtenidos en este estudio son muy similares a los encontrados por Martos y Mula y cols. (2019) en el trabajo realizado con 70 estudiantes del primer año de la carrera de Educación para la Salud de la FHycS-UNJu, cuando los estudiantes ya se encontraban inmersos en el cursado de la carrera.

En lo que respecta a la AR (característica más estable de los individuos), se pudo observar altos niveles en la misma. Al comparar los resultados obtenidos en el presente estudio con otros llevados a cabo con estudiantes de secundaria, se puede apreciar que los estudiantes que estaban ingresando a la FHycS-UNJu en el año 2020 provenientes directamente del secundario presentaban más AR que los primeros.

Así, Schmidt y Shoji Muñoz (2018), en el trabajo realizado en Paraná (Argentina) con estudiantes de diferentes años de secundario, encontraron que el promedio en AR en dicha muestra fue de  $20.5 \pm 9.09$ , valor que se encuentra muy por debajo del observado en la presente investigación, especialmente entre las mujeres.

Por su parte, Castro Carrasco (2017) realizó un estudio en Puente Piedra (Perú) en el que se administró el STAI a 115 estudiantes del último año de secundario. En dicho estudio se observó que el 69% de los estudiantes presentaron niveles de AR bajos, especialmente entre los varones; dato que no concuerda con los obtenidos en la presente investigación, donde la mayoría de los estudiantes presentaban niveles intermedios o altos de AR.

Los datos del presente estudio tampoco concuerdan con los obtenidos en el llevado a cabo por del Valle y cols. (2018) en Valladolid (España). En dicho estudio, realizado con estudiantes de los últimos años de la educación secundaria, se observó que el STAI reflejó un promedio de AR para las mujeres de  $24.71 \pm 9.3$  y de  $20.85 \pm 8.6$  en el caso de los varones; valores que se encuentra por debajo de los observados en el presente estudio.

De hecho, como se ha señalado en el apartado Resultados, los datos obtenidos en AR por la muestra del presente estudio fueron incluso significativamente mayores, tanto entre las mujeres como entre los varones, a los esperados para la población universitaria de la FHycS-UNJu. Es decir, basándonos en estos resultados, nos encontramos ante una población con características ansiosas.

En lo referente a estrés académico, se observó que un gran porcentaje de estudiantes, 83% en el caso de las mujeres y un 70% en el de los varones, manifestaron haber experimentado estrés académico durante su último año de secundario. En el caso de las mujeres, se encontraron porcentajes muy similares entre aquellas que experimentaron un nivel bajo, intermedio o alto de estrés; mientras que en el caso de los varones la mayoría presentaron niveles bajos. Estos resultados no conciben con los encontrados en otros estudios llevados a cabo con los estudiantes de los últimos años de secundario, donde se observó que la mayoría de los individuos presentaban niveles intermedios de estrés académico (Cairampoma De la Cruz, 2018; De los Santos Villalobos, 2019; Linares Ríos, 2021; Riveros Córdova, 2021 por citar algunos). Las diferencias de género encontradas en las medidas de estrés, siendo mayor en el caso de las mujeres, es acorde a los resultados encontrados en otros estudios realizados entre estudiantes de los últimos años de secundario (Amado Ramos y Condori Pari, 2019). Es posible que esta diferencia pueda venir



determinadas por cuestiones socioculturales, que hagan que las estudiantes mujeres vean con más incertidumbre que los varones su futuro académico después de ese último año de secundaria, repercutiendo esto en un mayor nivel de estrés.

En el presente estudio se pudo comprobar, también, que el porcentaje de estudiantes (mujeres o varones) que manifestaron haber experimentado estrés académico en su último año de secundaria era mayor entre aquellos con mayor AE o AR.

Al medir el estrés académico general experimentado por los estudiantes, entre las mujeres, se observó también que a mayor AE o AR mayor era el nivel de estrés académico experimentado en el último año de secundaria. Más concretamente, se observó que aquellas mujeres con mayores niveles de ansiedad (AE o AR) encontraban con más frecuencia los estímulos académicos como estresantes; así como también presentaron con mayor frecuencia sintomatología vinculada al estrés. No obstante, estas mujeres con mayor AE o AR eran las que menos uso de estrategias de afrontamiento ante el estrés empleaban.

Sin embargo, en el caso de los varones, no se encontró una relación significativa entre los niveles de AE o AR y los niveles de estrés (medido éste a nivel general). Aunque, cuando se analizaron las relaciones entre los niveles de ansiedad y las diferentes dimensiones del estrés académico, se observó que aquellos que puntuaron más en AE o AR también presentaron mayor sintomatología vinculada al estrés y un menor uso de estrategias de afrontamiento.

Podría ser que la ausencia de relación encontrada, entre los varones, entre la ansiedad y el estrés académico considerado de manera general, venga determinada por la herramienta empleada para medir el estrés, el Inventario SISCO. Este instrumento, al incluir como medidas de estrés tanto los potenciales estresores, como los síntomas (que se espera correlaciones positivamente con la ansiedad) y también el uso de estrategias de afrontamiento ante el estrés académico (que se espera correlación negativamente con la ansiedad), es posible que esté enmascarando la verdadera relación entre la ansiedad y el estrés. De esto último se podría deducir que, como señala Pro Gómez (2021), en los casos en los que se estudie el estrés académico desde el modelo sistémico multidimensional que subyace al SISCO, es importante analizar la relación entre ansiedad y estrés académico considerando cada uno de los componentes de este último de manera independiente.

Por lo tanto, teniendo en cuenta esta última consideración, se podría decir que sí existe una relación entre los niveles de AE y AR de los estudiantes y el estrés académico experimentado por los mismos en el último año de secundario; observándose que aquellos estudiantes con mayor AE y AR presentaron más síntomas vinculados al estrés y se caracterizaban por tener un menor uso de estrategias de afrontamiento (en ambos géneros). Entre las mujeres, los mayores niveles de AE y AR también estaban relacionados con una mayor frecuencia a la hora de apreciar los estímulos académicos como estresantes.

Estos resultados son acordes a los encontrados en otros estudios realizados con estudiantes universitarios (la revisión bibliográfica no reveló ningún estudio que analizara la relación entre ansiedad y estrés académico en estudiantes del nivel secundario). Así, Caballero Domínguez y cols. (2015), trabajando con estudiantes universitarios de diferentes años de cursado, observaron que el burnout académico se relacionaba con niveles elevados de AE y AR. Por su parte, Rojas Conde (2020) encontró, entre estudiantes de primer año de la universidad, que a mayor AE o AR mayor era el nivel de estrés académico. Mientras que Guerrero García (2017), trabajando con estudiantes de diferentes años de la carrera de medicina, también encontró una correlación positiva entre estrés y AE o AR; observando también que, a mayores niveles de ansiedad, mayor era la presencia de sintomatología relacionada con el estrés. Aunque esta autora no encontró relación entre ansiedad y frecuencia en la interpretación de los estímulos académicos como estresores y encontró una correlación positiva entre los niveles de ansiedad y el uso de estrategias de afrontamiento; datos, estos últimos, que no concuerdan con lo encontrado en el presente estudio.

La existencia de relación entre los niveles de ansiedad y el hecho de experimentar estrés académico, unido a los altos niveles de ansiedad (especialmente AR) que presentan los estudiantes que se encontraban ingresando a la FHyCS-UNJu en el año 2020; llevar a considerar a la población del presente estudio como vulnerable a sufrir estrés académico durante su primer año universitario.

Si bien el estrés que los estudiantes manifestaron experimentar en su último año de secundario no fue elevado, al encontrarse los mismos en un momento de tránsito entre dicho nivel y el inicio de sus estudios universitarios, con todos los cambios familiares, sociales y académicos que esto implica, es posible que dicho estrés se pueda ver incrementado.

Además, no hay que olvidar que este grupo de estudiantes se encontraba ingresando a la facultad el año de inicio de la pandemia por COVID-19; año que implicó grandes cambios en el estilo de vida de los individuos debido al aislamiento social y preventivo impuestos en nuestro país, con el fin de reducir los contagios y muertes por dicha enfermedad. Estos cambios afectaron también al ámbito educativo, teniendo que abandonar la metodología y didáctica tradicional para acomodarse a un ámbito virtual, para la que no todos estaban preparados, sumando todo esto a que el estrés en general y el estrés académico en particular se pudiera ver incrementado. De hecho, son muchas las investigaciones que ha demostrado cómo los niveles de ansiedad entre estudiantes (Gutiérrez Quintanilla y cols., 2020; Rojas Conde, 2020; Saravia Bertra y cols., 2020) y los niveles de estrés académico (Hidalgo Espir y Laura Ore, 2020; Pro Gómez, 2021; Rojas Conde, 2020; Turpo Phuño, 2020) se han visto aumentadas drásticamente desde el inicio de la pandemia.

Dado que diversos estudios han demostrado que tanto la presencia de niveles elevados de ansiedad (Martos y Mula y cols., 2020; Palacio Sañudo y Martínez de Biava, 2007), como de estrés académico (Barraza, 2014; Caballero Domínguez y cols., 2015), puede perjudicar la adaptación de los estudiantes al ámbito académico, y considerando los hallazgos realizados en este estudio y la situación especial por la que pasaron estos estudiantes durante la pandemia, sería aconsejable proveerlos de herramientas que les ayuden a superar la ansiedad que experimentan y a reducir las reacciones de estrés académico que los estudiantes puedan haber desarrollado o llegar a desarrollar en el ámbito universitario.

Considerando la relación encontrada en el presente estudio entre ansiedad y estrés, así como la relación inversa encontrada entre ansiedad y la dimensión de estrés referida al uso de estrategias de afrontamiento; se puede pensar que el desarrollo de estrategias de afrontamiento ante el estrés tendería a reducir los niveles de ansiedad y de estrés de los estudiantes. Es por ello que se considera de gran importancia fomentar la realización de programas y actividades destinadas al desarrollo de dichas estrategias. Este proceso podría ser llevado a cabo por medio de la implementación de la educación emocional como contenido transversal en todos los ciclos del sistema educativo, asegurando así, en el estudiantado, el desarrollo de habilidades que no solo le permitirían una mejor adaptación al ámbito educativo, sino que repercutirían favorablemente en todos los aspectos de su vida.

**Referencias**

- Alfonso-Águila B., Calcines-Castillo M., Monteagudo-de-la-Guardia R., Nieves-Achon Z. (2015). Estrés académico. *Rev. EDUMECENTRO*, 7(2), 163-178. Consultado 5 diciembre 2018 en: Estrés académico
- Amado Ramos, J.A. y Condori Pari, D.F. (2019). *Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes del tercer, cuarto y quinto año de secundaria de una institución educativa particular de Arequipa-2017*. Tesis para la obtención del título de Psicólogos, Escuela Profesional de Psicología-Facultad de Psicología, Relaciones Industriales y Ciencias de la Comunicación, Universidad Nacional de San Agustín, Arequipa, Perú.
- American Psychiatric Association (1995). *DSM-IV. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (versión en español 4a. ed). Masson, S.A.
- Arco Tirado, J. L., López Ortega, S., Heilborn Díaz, V. A., Fernández Martín, F. D. (2005). Terapia breve en estudiantes universitarios con problemas de rendimiento académico y ansiedad: eficacia del modelo "La Cartuja". *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 5(3), 589-608. Asociación Española de Psicología Conductual Granada, España. Consultado 5 diciembre 2018 en: <https://www.redalyc.org>
- Barraza Macías, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Psicología Científica.com*, 8(17). Disponible en: <http://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual>
- Barraza Macías, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 26(2), 270-289. Consultado 7 julio 2019 en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79926212>
- Barraza Macías, A. (2014). Características del estrés académico en los alumnos de educación media superior. *Investigación Educativa Duranguense*, (4), 15-20.
- Barraza Macías, A. (2018). Evidencias de validez y confiabilidad de la escala de procrastinación académica en una población estudiantil mexicana. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la U.A.C.J.S.*, 9(1), 75-99. Consultado 7 julio 2019 en: <https://doi.org/10.29365/rpcc.20180529-65>
- Berrío García, N. y Mazo Zea, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología*, 3(2), 65-82, Universidad de Antioquía. Consultado 22 junio 2021 en: Estrés Académico - Dialnet
- Caballero Domínguez, C., González Gutiérrez, O., y Palacio Sañudo, J. (2015). Relación del burnout y el engagement con depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Salud Uninorte*, 31(1), 59-69.
- Cairampoma De la Cruz, N.L. (2018). *Estrés académico, satisfacción con la vida y rendimiento académico en estudiantes de 5° grado de secundaria de la Institución Educativa Nuestra Señora de Alta Gracia de Ayaviri-2017*. Tesis para la obtención del título de Maestro en Educación con mención en Investigación y Docencia Universitaria, Unidad de Posgrado de Ciencias Humanas y Educación, Escuela de Posgrado, Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.
- Castillo Pimienta, C., Chacón de la Cruz, T., & 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. Consultado 17 julio 2021 en: Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud | Investigación en Educación Médica
- Castro Carrasco, G. (2017). *La ansiedad y logros de aprendizaje en el área de matemáticas en estudiantes de quinto año de secundaria de la institución educativa San José de Nazareth, UGEL N° 4, Puente Piedra, 2016*. Tesis para la obtención del título de Magister en Psicología Educativa, Escuela de Posgrado, Universidad César Vallejo, Perú.

- Cornejo Valdivia, A. y García Alonso, F. (2020). *Habilidades blandas y estrés académico en estudiantes de una universidad privada de Arequipa 2019*. Trabajo de grado en Lic. en Psicología. Universidad Católica San Pablo. Facultad de Ciencias Económico Empresariales y Humanas. Escuela Profesional de Psicología. Arequipa. Consultado 17 agosto 2021 en: [https://repositorio.ucsp.edu.pe/bitstream/20.500.12590/16399/4/CORNEJO\\_VALDIVIA\\_ADA\\_BLA.pdf](https://repositorio.ucsp.edu.pe/bitstream/20.500.12590/16399/4/CORNEJO_VALDIVIA_ADA_BLA.pdf)
- De los Santos Villalobos, N. (2019). *Estrés académico en los estudiantes del 4to año de secundaria del Colegio Trilce Maranga, del distrito de San Miguel-periodo 2018*. Tesis para la obtención del título de Licenciada en Psicología, Facultad de Psicología y Trabajo Social, Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Lima, Perú
- del Valle, M., Betgón, E., e Irurtia, M. (2018). Efecto del uso de estrategias cognitivas de regulación emocional sobre la ansiedad en adolescentes españoles. *Revista Suma Psicológica*, 25(2), 153-161.
- Cutiérrez Quintanilla, J.; Lobos Rivera, M.; Chacón Andrade, E. (2020). Síntomas de ansiedad por la COVID-19, como evidencia de la afectación de salud mental en universitarios salvadoreños. *Colección Investigaciones*, 94, 44-65. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/11298/1171>
- Guerreo García, G. (2017). *El estrés académico y su correlación con la ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de medicina de la ciudad de Ambato*. Tesis para la obtención el título de Psicóloga Clínica. Escuela de Psicología. Pontificia Universidad Católica del Ecuador-Sede Ambato. Ambato, Ecuador.
- Hidalgo Espir, A. y Laura Ore, Y. (2020). *Cansancio emocional y bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana*. Trabajo de investigación para la obtención del grado de Bachiller en Psicología, Carrera de Psicología, Facultad de Humanidades. Universidad San Ignacio de Loyola, Lima, Perú.
- Linares Ríos, C. (2021). *Estrés académico en escolares de quinto de secundaria de dos instituciones educativas públicas en período de pandemia, Lima 2020*. Tesis para la obtención del título de Maestro en Psicología Educativa, Escuela de Posgrado, Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú.
- Luna Santos, J.L. (2018). *Correlación entre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes del quinto año de Secundaria del Colegio Salesiano Don Bosco De Arequipa, 2018*. Tesis de maestría, Arequipa. Consultado 22 agosto 2021 en: Universidad Nacional de San Agustín Escuela de Posgrado Unidad de Posgrado de la Facultad de Ciencias de la Educación.
- Martos y Mula, A., Guari, C., Villarroel, V. y Giménez, N. (2019). La ansiedad, un mal aliado del rendimiento entre los estudiantes universitarios. En Márquez, J.C. (ed.), *Intercambio de experiencias en promoción y educación para la salud 2019*. 1ª edición.
- Martos y Mula, A.; Vera, L., y Barrionuevo, A. (2020). Relación entre ansiedad y desempeño académico en estudiantes de Ciencias de la Educación de la Expansión Académica San Pedro-UNJu. *Investigaciones, Ensayos y Experiencias*, IV(4), 152-165. Disponible en: <https://ies7-juj.infed.edu.ar/sitio/publicaciones/>
- Palacio Sañudo, J. y Martínez de Biava, Y. (2007). Relación del rendimiento académico con la salud mental en jóvenes universitarios. *Psicogente*, 10(18), 113-128.
- Pro Gómez, Z. (2021). *Relación entre estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes*. Tesis para la obtención del título de Licenciada en Psicología. Facultad de Psicología. Universidad de Lima. Lima, Perú.
- Quiliano Navarro, M. y Quiliano Navarro, M. (2020). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería. *Ciencia y enfermería*, 26(3), 17-2020. Consultado 22 agosto 2021 en: <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-95532020000100203>



- Riveros Córdova, P. (2021). *Estrés académico y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa privada, Ayacucho, 2020*. Tesis para la obtención del título de Licenciada en Psicología, Escuela Académico Profesional de Psicología, Facultad de Ciencias Humanas y Sociales, Universidad de Ayacucho Federico Froebel, Ayacucho, Perú.
- Rojas Conde, W. (2020). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes del primer año de una escuela superior de formación artística pública Ayacucho, 2020*- Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo. Escuela de Posgrado, Trujillo, Perú. Consultado 22 agosto 2021 en: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/55696>
- Saravia Bartra, M.; Cazorla Saravia, P; Cedillo Ramírez, L. (2020). Nivel de ansiedad de estudiantes de medicina de primer año de una universidad privada del Perú en tiempos de COVID-19. *Revista de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Ricardo Palma*, 20 (4), 568-573. Consultado 18 agosto 2021 en: "Nivel de ansiedad de estudiantes de medicina de primer año de una univ" by María M. Saravia Bartra, Patrick Cazorla Saravia et al.
- Schmidt, V., Shoji Muñoz, A. (2018). *La ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en adolescentes de 14 a 16 años*. Tesis de Licenciatura en Psicopedagogía, Universidad Católica Argentina, Facultad "Teresa de Ávila", Paraná. Consultado 9 agosto 2021 en: La ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en adolescentes de 14 a 16 años | DSpace-CRIS@UCA.
- Spielberger, C., Gorsuch, R. y Lushene, R. (1982). *Manual STAI, Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo*. Madrid. TEA Ediciones. Consultado 9 agosto 2021.
- Spielberger, C., Gorsuch, R. & Lushene, R. (2011). *Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo (STAI): análisis psicométrico y funcionamiento en una muestra de drogodependientes y controles*. Consultado 9 agosto 2021 en: Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo (STAI): análisis psicométrico y funcionamiento en una muestra de drogodependientes y con
- Trucco, M. (2002). Estrés y trastornos mentales: aspectos neurobiológicos y psicosociales. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 40 (Supl. 2), 8-19. Consultado 9 agosto 2021 en: <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272002000600002>
- Turpo Phuño, J. (2020). *Estrés académico en el bienestar psicológico en tiempos de pandemia en estudiantes de secundaria de un colegio particular Cusco, 2020*. Tesis para la obtención del grado académico de Maestra en Psicología Educativa, Escuela de Posgrado, Universidad César Vallejo, Lima, Perú.