

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO**

**FACULTAD DE MEDICINA**

**ESCUELA DE PSICOLOGÍA**



**Ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios del programa de negocios internacionales de una universidad privada de Chiclayo, 2024**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**AUTOR**

**Lucia Milagros Panta Carrillo**

**ASESOR**

**Blanca Mariana Rojas Jimenez**

**<https://orcid.org/0000-0002-0841-0800>**

**Chiclayo, 2026**

**Ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios del  
programa de negocios internacionales de una universidad privada  
de Chiclayo, 2024**

PRESENTADA POR  
**Lucia Milagros Panta Carrillo**

A la Facultad de Medicina de la  
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo  
para optar el título de

**LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

APROBADA POR

Fiorella Melissa Velasquez Tuesta  
PRESIDENTE

José Rolando Gamarra Moncayo  
SECRETARIO

Blanca Mariana Rojas Jimenez  
VOCAL

## **Dedicatoria**

Dedico esta tesis a mis padres, por su apoyo constante, sus enseñanzas y por ser mi principal motivación para alcanzar mis metas. También me la dedico a mí misma, por el esfuerzo, la dedicación y la perseverancia que hicieron posible culminar esta etapa.

## **Agradecimientos**

Expreso mi sincero agradecimiento a todas las personas que me han acompañado y brindado su apoyo a lo largo de esta etapa. Su motivación, comprensión y palabras de aliento fueron fundamentales para seguir adelante y no rendirme en los momentos difíciles.

## Ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios del programa de negocios internacionales de una universidad privada de Chiclayo, 2024

### INFORME DE ORIGINALIDAD



### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>2</b>	<b>tesis.usat.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>3</b>	<b>repositorio.upagu.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>4</b>	<b>repositorio.autonoma.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>repositorio.upao.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>6</b>	Hinojosa Mamani, Jhonatan. "Procrastinación y estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno - 2024", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru), 2025 Publicación	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>archive.org</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>repositorio.usmp.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>9</b>	<b>Submitted to Universidad Tecnológica del Peru</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>

## Índice

<b>Resumen .....</b>	<b>6</b>
<b>Abstract .....</b>	<b>7</b>
<b>Introducción.....</b>	<b>8</b>
<b>Revisión de Literatura .....</b>	<b>9</b>
<b>Materiales y Métodos .....</b>	<b>14</b>
<b>Resultados y Discusión.....</b>	<b>16</b>
<b>Conclusiones .....</b>	<b>19</b>
<b>Recomendaciones .....</b>	<b>20</b>
<b>Referencias.....</b>	<b>20</b>
<b>Anexos .....</b>	<b>23</b>

## Resumen

La ansiedad ante los exámenes (AE) es un fenómeno transcultural que afecta significativamente a los estudiantes universitarios, especialmente cuando realizan evaluaciones críticas. Esta ansiedad puede manifestarse con síntomas fisiológicos, mentales y emocionales que pueden impactar negativamente en su rendimiento académico. El propósito de este estudio fue determinar los niveles de AE entre los estudiantes matriculados en la carrera de negocios internacionales de una universidad privada de Chiclayo, diferenciado por sexo, edad y período de estudio. Se analizó una muestra censal de 190 estudiantes de los ciclos de 1° al 10° mediante un diseño no experimental y descriptivo. Para ello, se utilizó el Inventario de Ansiedad ante Exámenes-Estado (TAI-Estado) de Villegas et al., (2015) en su versión adaptada de Domínguez (2016). Los hallazgos mostraron que la mayoría de los estudiantes presentaban un nivel medio de ansiedad ante exámenes; las mujeres destacaron en el nivel alto, mientras que los estudiantes de menor edad y de primeros ciclos presentaban mayores niveles de ansiedad. Se confirmó que la ansiedad ante exámenes es común en niveles moderados, con porcentajes diferentes según sexo, edad y ciclo académico.

**Palabras claves:** ansiedad ante exámenes, universitarios, negocios internacionales.

### **Abstract**

Test anxiety (TA) is a cross-cultural phenomenon that significantly affects college students, especially when they take critical exams. This anxiety can manifest itself through physiological, mental, and emotional symptoms that may negatively impact their academic performance. The purpose of this study was to determine levels of EA among students enrolled in the international business program at a private university in Chiclayo, differentiated by gender, age, and academic year. A census sample of 190 students from the 1st to 10th semesters was analyzed using a non-experimental, descriptive design. For this purpose, the Test Anxiety Inventory-State (TAI-State) by Villegas et al. (2015), in its version adapted by Domínguez (2016), was used. The findings showed that most students exhibited a moderate level of test anxiety; females stood out in the high-level category, while younger students and those in the early grades exhibited higher levels of anxiety. It was confirmed that test anxiety is common at moderate levels, with varying percentages according to gender, age, and grade level.

**Keywords:** test anxiety, university students, international business.

## Introducción

Los estudiantes universitarios gran parte de su formación profesional se someten a evaluaciones constantes para medir su conocimiento. Sin embargo, algunos exámenes llegan a generar ansiedad en ellos por la misma relevancia del curso. Se puede inferir que el nivel de ansiedad que experimentan los estudiantes durante la evaluación variará según la asignatura (Dominguez, 2016). Incluso esta ansiedad puede ser extrema en algunos que llega a repercutir en su desarrollo académico. Es ahí donde se evidencia la ansiedad ante los exámenes (AE).

La AE es un fenómeno intercultural vivenciado por innumerables estudiantes a lo largo de su trayectoria académica, ante situaciones sociales que evalúa sus capacidades individuales (Francisquelo & Furlan, 2016). El temor a los exámenes no es infundado, ya que el rendimiento en los exámenes puede afectar en gran medida el futuro académico de una persona. Sin embargo, como suele ocurrir con la ansiedad, cuando esta alcanza un nivel demasiado alto, puede tener un impacto negativo en la vida diaria de una persona (Bausela, 2005).

Los efectos de la ansiedad se sienten en los ámbitos físicos, psicológico y emocional. A nivel físico pueden producirse reacciones como taquicardia, tensión muscular, náuseas, sudoración. Psicológicamente puede haber dificultades para tomar decisiones, expresarse o afrontar situaciones cotidianas, lo que lleva a problemas para leer, comprender preguntas, organizar pensamientos o recordar información. Además, puede experimentar un trastorno psicológico llamado “espacio en blanco”, en el que tiene problemas para recordar información incluso cuando la sabe. Finalmente, a nivel emocional, la ansiedad puede generar sentimientos de preocupación, malestar, enfado o impotencia (Bausela, 2005).

El impacto de la ansiedad en el desempeño es bastante manifiesto y se hace visible principalmente en situaciones específicas. Por ejemplo, cuando las instrucciones son desalentadoras como cuando se advierte que los resultados definirán el futuro del universitario o que el fracaso resultará en la repetición de un curso. Asimismo, la presión del tiempo, particularmente cuando el tiempo es limitado para completar una tarea y la complejidad de la misma requiere un alto grado de concentración, son condiciones que exacerban la ansiedad y conducen a disminuciones significativas en el desempeño entre los estudiantes ansiosos (Álvarez et al., 2013).

En la investigación realizada por Spielberger (como se cita en Kohan, 2009), mostraron que los universitarios durante tres años, entre grupos relevantes hallaron que el 20% de los estudiantes muy ansiosos fueron clasificados como académicamente reprobados y abandonaron su educación superior, y esto ocurrió en sólo el 6% de los estudiantes no ansiosos en el mismo entorno. Además, la ansiedad ante los exámenes también puede poner en peligro la validez de las pruebas académicas debido a que los resultados de las pruebas pueden no correlacionarse en absoluto con el dominio real del contenido de la materia por parte del estudiante (Bischofsberger et al., 2021).

La ansiedad no solo influye en el desempeño en los exámenes, sino que también puede afectar la salud de los estudiantes. Antes de los exámenes, los estudiantes ansiosos pueden sufrir diversos problemas físicos, como problemas de sueño, cefaleas y malestar abdominal y vómitos, los cuales tienden a empeorar a medida que se acerca el plazo de la evaluación (Lorenzo & Lozano, 2017).

Por otra parte, durante la pandemia de COVID-19, muchos estudiantes han experimentado menos ansiedad ante los exámenes debido a que pueden mantener notas y otros recursos a su alcance durante las evaluaciones virtuales. Esta situación crea un ambiente menos estresante para los estudiantes, facilitándoles su adaptación al formato remoto. Alarcón y Bacca (2021) encontraron en su estudio que los estudiantes experimentaban ansiedad de baja a moderada al afrontar exámenes remotos. Ahora bien, al regresar a clases presenciales, la

ansiedad ante los exámenes puede aumentar debido a la presión por obtener calificaciones satisfactorias y la imposibilidad de contar con recursos inmediatos para ayudarlos.

Esto es un desafío severo no sólo por la gran cantidad de estudiantes que experimentan ello, sino también porque tiene un grave impacto perjudicial en el rendimiento académico. Es importante reconocer que un número significativo de estudiantes que presentan dificultades académicas no experimentan barreras debido a su capacidad de aprender, sino porque experimentan una ansiedad extrema ante los exámenes (Bausela, 2005). Considerando lo ya hecho en mención surge la interrogante de la investigación ¿cuáles son los niveles de ansiedad ante exámenes en los estudiantes universitarios del programa de Negocios Internacionales de una universidad privada de Chiclayo?

Teniendo en cuenta ello, el estudio tiene como objetivo general determinar los niveles de ansiedad ante exámenes en los estudiantes del programa de Negocios Internacionales de una universidad privada en Chiclayo durante el año 2024. Para ello, se plantean los siguientes objetivos específicos: identificar los niveles de ansiedad ante exámenes según el sexo de los estudiantes de dicho programa, identificar los niveles de ansiedad ante exámenes según la edad en los estudiantes y, además, identificar los niveles de ansiedad ante exámenes según el ciclo de estudio en el que se encuentran.

Con el regreso a las clases presenciales, los estudiantes enfrentan nuevamente la presión de rendir exámenes sin acceso a esos recursos inmediatos, lo que puede aumentar su ansiedad y con las cifras antes mencionadas, surge la necesidad de investigar el nivel de ansiedad ante los exámenes en los estudiantes universitarios, debido a que permitirá comprender cómo afecta la ansiedad a este grupo estudiantil de estudio específico, donde en el transcurso de su formación para poder convertirse en exitosos profesionales puede implicar elevados niveles de demandas académicas e incluso perjudicar su salud, como también el hecho de ver como su ansiedad llega a perjudicar sus notas, pueden llevarlos a tomar la decisión de abandonar la carrera.

Además, se han encontrado pocas investigaciones actualizadas sobre la variable en investigación en Perú. Por lo cual, la investigación que se llevó a cabo proporcionará una base sólida para comprender y abordar esta problemática, de modo que se puedan elaborar programas para facilitar a los estudiantes el manejo de la ansiedad de acuerdo con el nivel que presenten, promoviendo el éxito académico. Asimismo, servirá para futuras investigaciones, proporcionando una visión sobre los niveles de ansiedad que presentan la población objetivo.

## **Revisión de Literatura**

### **Antecedentes**

Kaur et al. (2024) llevaron a cabo un estudio en Malasia, teniendo por objetivo determinar la prevalencia y el nivel de AT entre estudiantes de enfermería en todas las instituciones privadas de enfermería en Selangor, así como la relación entre las características sociales y demográficas de estos estudiantes y el nivel de AT. El estudio utilizó un diseño transversal e incluyó una muestra de 421 estudiantes de enfermería, utilizando el Test Anxiety Inventory (TAI). Los resultados mostraron que el 10% no tenía TA, el 62,5% tenía TA leve, el 25,4% TA moderada y solo el 2,1% TA severa. Además, los niveles de TA se clasificaron como bajos (sin ansiedad y ansiedad leve) que incluía al 72,4% de los participantes y altos (ansiedad moderada y grave), que incluían al 27,6% restante. Concluyendo que la muestra estudiada padece de AT y que algunas características sociodemográficas afectan en ello.

Núñez y Gavilanes (2023) realizaron un estudio en Ecuador para determinar el vínculo entre la postergación académica y la ansiedad ante los exámenes entre estudiantes de educación superior. El estudio adoptó un enfoque cuantitativo, mediante un diseño transversal no experimental con rangos correlacionales descriptivos, con una muestra total de 433

participantes de los Programas de Enfermería y Nutrición de la Universidad Técnica de Ambato, utilizando la Escala de Procrastinación Académica de Busko. (EPA) fue adaptada de Moreta y Durán (2018) y la Escala de Ansiedad ante Pruebas Cognitivas (C-TAS) fue adaptada de Furlan et al. (2014). Como resultado hallaron que, de la incidencia de la angustia ante las pruebas, el 10,2% de los integrantes presentaron una condición clínicamente significativa. Además, encontraron que la ansiedad ante exámenes fue mayor en mujeres. Concluyendo que existe correlación significativa entre ambas variables de estudio.

En México, se realizó un estudio por Polo et al. (2022) para examinar la relación entre la ansiedad previa al examen y los modos de aprendizaje entre estudiantes de psicología de segundo a décimo semestre. Este estudio adoptó un enfoque cuantitativo descriptivo con un rango de correlación transversal. La muestra estuvo constituida por 133 estudiantes. Utilizaron la Escala de Ansiedad Manifiesta para Estudiantes Universitarios (AMAS-C) para evaluar la ansiedad y la Escala de Estrategias de Coping - Modificada (EEC-M) para los estilos de afrontamiento. Los resultados mostraron que el 33% de los estudiantes manifiesta ansiedad clínicamente significativa, un 33% ansiedad leve y el resto experimentó niveles de ansiedad esperada. Los investigadores concluyeron que esto demuestra que realizar actividades como los exámenes pueden producir respuestas emocionales en todos los estudiantes.

Huntley et al. (2022) llevaron a cabo una investigación en Reino Unido, destinada a explorar la asociación entre las creencias fundamentales en un modelo de intolerancia a la incertidumbre y creencias metacognitivas para evaluar la ansiedad. Utilizaron un diseño transversal con una muestra de 675 universitarios, utilizando el Inventario de Ansiedad ante los Exámenes (TAI), la Escala de Intolerancia a la Incertidumbre (IUS) y el Cuestionario de Metacognición-30 (MCQ-30). Sus resultados mostraron diferencias significativas en las puntuaciones por género, y las mujeres tuvieron puntuaciones de ansiedad ante los exámenes más altas que los hombres. Se concluyó que existe asociación entre la ansiedad ante los exámenes y la intolerancia a la incertidumbre y las creencias metacognitivas.

Ávila-Toscano et al. (2021) elaboraron un estudio en la ciudad de Barranquilla-Colombia, con la finalidad de estimar si el engagement, la inteligencia emocional y los componentes relacionados con la realización de pruebas académicas podían predecir la AE en universitarios. El estudio fue de tipo predictivo transversal, en dos universidades, con una muestra de 400 estudiantes de distintas carreras profesionales fueron evaluados haciendo uso de tres instrumentos, el primero fue el Cuestionario de Evaluación de Ansiedad ante los Exámenes, el segundo el Cuestionario UWES-S (Student Academic Engagement Scale) y el último fue la Escala Rasgo de Metaconocimiento Emocional (Trait Meta-Mood Scale, TMMS-24). Como resultado encontraron que la ansiedad general un 27,7% presentaba un nivel alto, 25,5% un nivel medio y un 46,8% un nivel bajo. Concluyeron que no se identificó un vínculo importante entre el compromiso y la AE.

Manchado y Hervías (2021) realizaron una investigación en España con el objetivo de analizar cómo la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes afectan el aprovechamiento académico y explorar la asociación entre estas dos variables. Este estudio relacionado incluyó a 201 estudiantes universitarios. Utilizaron el Inventario Alemán de Ansiedad ante los Exámenes (GTAI-A) y la Escala de Procrastinación Académica. Los resultados mostraron que el 45,3% de los participantes se encontraba en un estado de ansiedad moderada, el 28,9% de los participantes se encontraba en un estado de ansiedad alta y el 25,9% de los participantes se encontraba en un estado de ansiedad baja. Los investigadores concluyeron que existe una correlación negativa entre la ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico.

Marjan et al. (2021) llevaron a cabo una investigación en Irán, teniendo por fin investigar el vínculo entre la procrastinación académica y la ansiedad ante los exámenes de los estudiantes de odontología. La investigación fue descriptiva, con un grupo de muestra de 152 estudiantes de odontología de la Universidad de Ciencias Médicas de Qazvin sin antecedentes

de problemas psicológicos y uso de drogas psiquiátricas, en el año académico 2018-2019, utilizando dos cuestionarios de ansiedad ante los exámenes de Friedman, desarrollada por Friedman y Bandas (1997) y la escala de procrastinación académica de Salomon y Rothblum (1984). Como resultados obtuvieron que se halló una relación trascendental entre la ansiedad ante los exámenes y sus dimensiones con el género (error cognitivo y ansiedad total), es decir que la ansiedad fue mayor en mujeres. Concluyeron que las personas que presentan más ansiedad ante los exámenes son las personas con procrastinación académica.

Bischofsberger et al. (2021) realizaron un estudio en Alemania, teniendo como propósito estimar la prevalencia y evaluar las características y evolución durante de la ansiedad ante los exámenes durante el primer año de estudios médicos en la Universidad Friedrich Alexander Erlangen-Nürnberg en Erlangen. El estudio utilizó un diseño longitudinal, tuvo una muestra de 699 estudiantes de primer año de medicina que completaron el formulario alemán de ansiedad ante los exámenes "Prüfungsangstfragebogen" (PAF) en cuatro ocasiones distintas. Los resultados mostraron que alrededor del 6% en la escala global del PAF mostraron una fuerte ansiedad ante los exámenes al comienzo de sus estudios, y este número aumentó alrededor del 10% a medida que avanzaba el proceso de estudio. Llegando a la conclusión de que existe una prevalencia de la ansiedad ante evaluaciones en los alumnos de la facultad de medicina.

En un estudio realizado en Chile, Mosqueira-Soto y Poblete-Troncoso (2020) investigaron el vínculo entre niveles de ansiedad, rendimiento académico y variables sociodemográficas en estudiantes de enfermería de la Universidad Católica del Maule. El estudio fue cuantitativo, descriptivo y transversal; se examinaron 94 estudiantes mediante dos instrumentos, uno para recolectar los datos sociodemográficos y el otro, el Cuestionario de Ansiedad ante los exámenes (CAEX) de Valero (1999). Sus hallazgos mostraron que los niveles promedio de ansiedad eran moderados, con mayor frecuencia entre las estudiantes. Llegaron a la conclusión de que los niveles de ansiedad en estos grupos estaban en su mayoría en el rango bajo y moderado.

Ruiz-Segarra (2020) realizó un estudio en Quito-Ecuador, con el propósito de analizar los estadios de ansiedad ante los exámenes y ver el posible relacionamiento entre niveles de ansiedad y los hábitos de estudio en un instituto tecnológico privado de Quito. El estudio fue de corte cuantitativo, descriptivo y correlacional, con una muestra de 179 estudiantes, haciendo uso del cuestionario de Hábitos de estudio y motivación de Oñate (2001) y cuestionario de ansiedad ante los exámenes de Valero (1997). Como resultados se halló que la población estudiada evidenció proporciones inferiores a 50% por lo cual no requieren de intervención y que no representaban un peligro. Concluyendo que el nivel bajo puede deberse a que el método de enseñanza de la institución promueve múltiples estrategias de aprendizaje para la mejora académica y personal que son evaluadas.

Chust-Hernández et al. (2019) realizaron una investigación en España, con la finalidad de determinar cómo una serie de variables las emociones psicológicas (rasgo de ansiedad, autoestima, agotamiento académico, satisfacción con la vida), el sueño (satisfacción subjetiva del sueño) y las características sociodemográficas (edad) pueden predecir significativamente la ansiedad ante las evaluaciones en estudiantes de enfermería. Por conveniencia, la muestra estuvo compuesta por 494 educandos de primero, segundo y tercer año de Enfermería de una universidad española. Se utilizaron varios instrumentos, como el Test Anxiety Questionnaire (CAEX, Valero, 1999), Maslach Burnout Scale Student Survey (Schaufeli et al., 2002), versión adaptada al español del Rosenberg Self-Esteem Inventory (Martín-Albo et al., 2007), versión española del Escala de Ansiedad Estado-Rasgo (Buena-Casal et al., 2011), Escala de Satisfacción con la Vida adaptada a España (Aranillas, 2010) y Cuestionario de Sueño de Oviedo (Bobes et al., 2000). Los resultados mostraron que las féminas y los alumnos menores de 25 años tenían puntuaciones de ansiedad ante los exámenes más altas que los hombres y que los estudiantes mayores de 25 años. Aunque las puntuaciones fueron similares entre los años

académicos, las puntuaciones fueron ligeramente más bajas en el segundo año en comparación con el primero y tercero. Concluyeron que las puntuaciones altas en la ansiedad-rasgo, el agotamiento académico, el descontento con el sueño y la edad más joven fueron anticipadores significativos de ansiedad ante los exámenes.

En Perú, Gómez (2019) realizó un estudio analizando la relación entre la ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico entre estudiantes de primer año de segundo ciclo de Derecho de una universidad privada de Arequipa. El estudio empleó métodos cuantitativos, descriptivos, correlacionales y no experimentales. La muestra estuvo compuesta por 129 estudiantes, con edades comprendidas entre 16 y 32 años. Para la recogida de datos se utilizó el cuestionario CAEX. Los resultados mostraron que el 33,3% de los estudiantes de derecho no presentaban ningún nivel de ansiedad ante los exámenes. Además, el 27,1% presentó ansiedad leve, lo que no afectó su rendimiento académico. En comparación, el 19,4% de los estudiantes experimentó ansiedad moderada, lo que realmente afectó su rendimiento, mientras que el 2,3% tuvo ansiedad severa ante los exámenes. Concluyendo que existe una conexión negativa entre la ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico.

Asimismo, Grijalba (2021) realizó un estudio con el propósito de determinar la asociación entre la ansiedad ante los exámenes y las rutinas de estudio entre estudiantes de una universidad privada de Vera, El Salvador. Este estudio adoptó un enfoque correlacional utilizando un diseño transversal no experimental con una muestra de 400 estudiantes de licenciatura en administración de diversos ciclos. Utilizando la Escala de Ansiedad ante los Exámenes y la Escala de Hábitos de Estudio CASM 85, los resultados mostraron que el 22,5% de los sujetos exhibieron niveles bajos de ansiedad, el 20,5% de los participantes presentaron niveles altos de ansiedad y el 13,8% de los participantes mostraron niveles muy altos de ansiedad. Además, no se encontraron diferencias significativas en cuanto a género y período. El estudio concluyó que existía una asociación estadísticamente significativa entre la ansiedad ante los exámenes y las rutinas de estudio en la población de estudio.

## **Bases teóricas**

### ***Ansiedad***

Sierra et al. (2003) indican que el término de ansiedad hace referencia a una mezcla de síntomas físicos y mentales que no están relacionados con una amenaza real, manifestándose como una crisis aguda o un estado persistente de confusión que puede incluso derivar en pánico.

Fernández et al. (2012) mencionan que la ansiedad es la emoción más común y generalizada, se manifiesta como una respuesta nerviosa sin causa aparente y es menos clara que el miedo. Debe entenderse como un sentimiento o estado emocional normal en determinadas circunstancias y una respuesta común a situaciones estresantes cotidianas. De hecho, un cierto nivel de ansiedad es positivo para afrontar las demandas diarias. Sólo cuando alcance una intensidad que supere la capacidad de adaptación de las personas, se volverá patológico, producirá síntomas evidentes de malestar y afectará los campos físico, psicológico y conductual.

Según American Psychological Association (APA, 2017) indican que los trastornos de ansiedad pueden tener un impacto significativo en nuestra capacidad para funcionar eficazmente en el trabajo, estudio y los entornos sociales. Además, interrumpe nuestras interacciones con familias y amigos.

### ***Ansiedad ante exámenes***

Bausela (2005) lo define como un conjunto de respuestas emocionales desfavorables que experimentan algunos estudiantes al enfrentar pruebas académicas. El miedo a los exámenes no es infundado, ya que el rendimiento en los exámenes afecta en gran medida el

futuro educativo de todos. Sin embargo, como suele ocurrir con la ansiedad, cuando alcanza un nivel demasiado alto, sus efectos pueden ser bastantes perjudiciales, perturbando gravemente la vida diaria del estudiante.

Serrano y Escolar (2014) la señalan como un tipo particular que manifiesta la tendencia de las personas a experimentar reacciones ansiosas en situaciones educativas percibidas o evaluadas.

La ansiedad ante exámenes según Francisquelo y Furlan (2016) indican que es un fenómeno intercultural vivenciado por innumerables estudiantes a lo largo de su vida trayectoria académica, ante situaciones sociales que evalúan sus capacidades individuales.

Por otra parte, Onyeizogbo (como se cita en Álvarez et al., 2012) comenta que esta ansiedad provoca diversas respuestas emocionales negativas en ciertos alumnos que pueden dificultar el éxito académico dependiendo de sus capacidades potenciales.

### ***Manifestaciones de la ansiedad ante exámenes***

La AE muestra distintas manifestaciones cognitivas, fisiológicas y conductuales. Según Navas, Zeidner (como se cita en Furlan et al., 2014), las primeras mencionadas incluyen pensamientos y sentimientos de insuficiencia e inferioridad obsesivos, negativos e irrelevantes. De igual manera, durante el examen existe una excesiva preocupación por el desempeño, falta de concentración y descuido de aspectos importantes

A nivel fisiológico pueden producirse trastornos del sueño, alimentarios, dolor estomacal, dolores de cabeza, náuseas, diarrea, opresión en el pecho, aceleración cardíaca, dificultades para respirar, boca seca, sudoración, tensión muscular, entre otros.

A nivel comportamental, la sintomatología se puede notar en conductas inadecuadas como pasar mucho tiempo frente al televisor, dormir o procrastinar en lugar de estudiar, así como adicción a las drogas y otras conductas autodestructivas. Algunos estudiantes pueden evitar una situación estresante, como faltar al examen, porque les resulta incómodo. Además, puede haber cambios en el comportamiento motor como temblores en la voz o dificultades para hablar y en el comportamiento no verbal como tics, temblor en las manos, entre otros.

### ***Causas***

Según Álvarez et al. (2012) menciona que la AE puede deberse a diversos factores, tanto externos como internos. Los factores externos incluyen el tipo de examen, los métodos de estudio utilizados, la gestión del tiempo de examen y la cantidad de evaluadores presentes. Los factores personales, por otra parte, se relacionan con las percepciones de los estudiantes y la importancia personal de la situación del examen.

Asimismo, Cano (como se cita en Cano, 2024) afirma que la aparición de la AE no puede atribuirse a una causa exclusiva definida, sino que es el resultado de una combinación de factores. Estos pueden incluir la historia personal de la persona, posibles traumas infantiles, aspectos biológicos o genéticos, antecedentes familiares de trastornos psicológicos y ciertos rasgos de personalidad como el perfeccionismo. La interacción de estos elementos aumenta la propensión de un individuo a experimentar eventos adversos.

### ***Variables sociodemográficas y ansiedad ante exámenes***

El sexo influye en la forma en que se enfrentan las situaciones de evaluación. Los varones suelen percibir los exámenes como un desafío y, dependiendo de su autopercepción de competencia, pueden implicarse o desentenderse, manteniendo niveles bajos de ansiedad. En cambio, las mujeres tienden a percibirlos como más amenazantes, lo que se asocia a mayores respuestas ansiosas, como miedo o dificultad de concentración. Por ello, la ansiedad ante exámenes suele ser más alta en mujeres que en varones (Rosário et al., 2008).

Respecto a la edad, los estudiantes más jóvenes presentan mayores niveles de ansiedad ante los exámenes en comparación con los de mayor edad, evidenciando la influencia de la experiencia académica en su afrontamiento (Chust-Hernández et al., 2019).

Por otro lado, el avance en los años académicos puede influir en la ansiedad ante exámenes, siendo los primeros ciclos los que suelen presentar niveles más elevados en comparación con los de los últimos años de estudios (Jirjees et al., 2024).

### ***Modelo conductista***

Según el modelo conductista de Watson, la ansiedad es una respuesta que se manifiesta a nivel conductual y fisiológico cuando una persona aprecia que se encuentra en una situación que considera arriesgada. Watson creía que esta ansiedad se aprende a través de experiencias previas, lo que hace que los individuos repitan reacciones ante estímulos que les recuerdan dichas experiencias.

Skinner, por otra parte, creía que la ansiedad estaba controlada por los principios de condicionamiento operante, un proceso de aprendizaje basado en la asociación. Explicó cómo se adquieren y mantienen los trastornos de ansiedad: si una conducta produce consecuencias positivas o evita consecuencias negativas, es más probable que se repita. Por el contrario, si una conducta conlleva secuelas negativas (castigo), es probable que disminuya su repetición. Los comportamientos que no tienen consecuencias tienden a desaparecer con el tiempo (Cano, 2024).

### ***Modelo del proceso transaccional***

El modelo transaccional de Spielberger y Vagg (como se cita en Rosário et al., 2008) es un modelo heurístico utilizado para examinar los elementos que puedan condicionar en el comportamiento de los estudiantes durante los exámenes. Analizar cómo los procesos emocionales y cognitivos modulan las respuestas a situaciones de prueba y la sensación de ansiedad ante los exámenes. Este enfoque considera la ansiedad ante los exámenes como un rasgo de personalidad específico en el que las evaluaciones y otras situaciones similares pueden desencadenar estados emocionales y pensamientos que interfieren con el desempeño.

Las percepciones sobre sí una situación de prueba son amenazantes dependen de las diferencias individuales en la ansiedad ante los exámenes, así como de otros factores personales y situacionales, como el conocimiento de la materia, los objetivos académicos y el interés en la materia. Además, las habilidades de estudio influyen en la preparación de los estudiantes para afrontar la evaluación. Esta percepción inicial está influenciada por la interpretación que hace el individuo de la situación del examen. Dependiendo del nivel de amenaza percibida, los estudiantes pueden experimentar una mayor ansiedad y preocupación egocéntrica, así como otros pensamientos no pertinentes que los distraen.

## **Materiales y Métodos**

Se trata de un estudio no experimental debido a que solo se observaron los eventos tal como suceden de manera natural, sin realizar ninguna intervención (Sousa et al., 2007) de tipo descriptivo, debido a que el objetivo del estudio es obtener información precisa sobre poblaciones, enfocándose en lograr estimaciones precisas de parámetros (Ato et al., 2013).

La población estuvo conformada por 190 estudiantes universitarios (102 mujeres y 88 hombres) del programa de estudio de Negocios Internacionales de una universidad privada de Chiclayo, con edades de 18 a 33 años, pertenecientes a los ciclos de 1ero a 10mo (D.M.A, comunicación personal, 14 de mayo del 2024).

La muestra fue de tipo censal según Pérez-Flores (2024) es una noción que hace referencia al estudio de la totalidad de la población de interés. Se hará uso de ella porque se seleccionó a toda la población estudiantil universitaria del programa de estudio de Negocios Internacionales de una universidad privada de Chiclayo, pertenecientes al 1er a 10mo ciclo.

En relación con los criterios de inclusión, fueron estudiantes de 1er a 10mo ciclo cursando activamente sus estudios 2024-II, de ambos sexos. En cuanto a las normas de exclusión, estudiantes menores de 18 años. Además, se eliminaron aquellos estudiantes que no completaron algún dato sociodemográfico solicitado o las respuestas del instrumento.

### **Técnicas e instrumentos.**

Se hizo uso de la técnica de la encuesta, la cual, según García, (como se cita en Casas Anguita et al., 2003) es un método para recopilar y analizar la información de una muestra representativa de una población más amplia utilizando una serie de procedimientos de investigación sistemáticos. Su propósito es investigar, describir, predecir y/o explicar diferentes características del universo bajo estudio.

Para medir la variable ansiedad ante los exámenes (EA) se utilizó el Test Anxiety Inventory (TAI-State), versión adaptada para la población estudiantil universitaria peruana por Domínguez-Lara en 2016 (ver anexo B). Está basado en una versión en español (Bauermeister, Collazos, & Spielberger, 1983 citado en Domínguez-Lara, 2016) y validado entre estudiantes de una universidad de Lima (Villegas et al., 2015). El TAI-E evalúa la AE - Rasgo, pero situando los ítems en el momento de la evaluación (Domínguez-Lara, 2016).

El formulario que se utilizó en este estudio consistió en 15 ítems que se califican mediante una escala tipo Likert con cuatro opciones de respuesta: "Nada", "Algo", "Bastante" y "Mucho". Para centrar la atención del encuestado en la situación específica del examen, toda la formulación de los enunciados estaban precedidas por la frase "Durante el examen...".

La finalidad del TAI-Estado es evaluar la ansiedad ante exámenes como un constructo unidimensional. En relación con su validez y confiabilidad, el modelo unifactorial muestra índices de ajuste adecuados y proporciona evidencia interna de validez convergente, con un Valor Medio Extraído (AVE) superior a 0,50. Además, los valores de los coeficientes de confiabilidad son altos, demostrando un excelente nivel de consistencia interna. Específicamente, el alfa de Cronbach para este instrumento es de 0,932, con un intervalo de confianza del 95% que va de 0,903 a 0,943 (Domínguez, 2016).

El TAI-Estado, por tanto, es una herramienta confiable para evaluar la ansiedad en situaciones de examen en estudiantes universitarios peruanos, asegurando que las mediciones obtenidas sean tanto válidas como consistentes. Esta adaptación específica permite captar de manera precisa el nivel de ansiedad experimentado durante los exámenes.

### **Procedimientos.**

Para obtener el permiso de acceso a la población objetivo, se presentó una carta formal dirigida al director de la Escuela de Negocios Internacionales. Posteriormente, se coordinó con la secretaria académica designada por el director para la aplicación del instrumento. La aplicación de las encuestas se realizó de manera presencial y colectiva al inicio de cada sesión. En cada sesión programada, la investigadora proporcionó a los estudiantes el consentimiento informado (ver Anexo C), documento que explicaba la finalidad del estudio, el carácter voluntario de su participación y la confidencialidad de la información brindada. Luego de que los participantes leyeran y firmaran el consentimiento, se procedió con la aplicación del cuestionario que incluye datos sociodemográficos (ver anexo B). Durante todo el proceso, se garantizó un ambiente propicio para que los participantes respondieran con sinceridad y sin presiones externas. Todo el proceso se llevó a cabo en el mes de octubre del 2024.

### **Aspectos éticos.**

El proyecto fue aprobado por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica de Santo Toribio de Mogrovejo.

Del mismo modo, durante el estudio se veló por el cumplimiento de los principios éticos marcados por la Asociación Americana de Psicología (2017), entre ellos:

Beneficencia y no maleficencia, con un enfoque en salvaguardar el bienestar y los derechos de los participantes. Se garantizó que los estudiantes no corren ningún riesgo físico ni

emocional. Además, como beneficio, se le proporcionará los resultados generales de la investigación a la institución.

Asimismo, esta investigación veló por el respeto a los derechos y la dignidad de las personas, se informó a los participantes sobre el propósito del estudio y su consentimiento personal obtenido antes de participar. Se respetaron las decisiones voluntarias de los evaluados, de participar o abstenerse.

En términos de justicia, se les garantizó igualdad de oportunidades a todos los estudiantes que cumplieran con los criterios establecidos.

También se tuvieron en cuenta los derechos de propiedad intelectual, garantizando que toda la información científica consultada sea citada y referenciada adecuadamente. Esta información ha sido verificada mediante el índice de similitud proporcionado por el informe del software Turnitin, mostrando un valor de 20%.

#### **Procesamiento y análisis de datos.**

Para cumplir con los objetivos descriptivos, se utilizó el programa Microsoft Excel para organizar la base de datos. Seguido de ello, se procedió a la codificación de las respuestas proporcionadas por los estudiantes. Una vez obtenidos los puntajes de cada participante, con el programa Jamovi se procedió a la elaboración de los baremos correspondientes para obtener los niveles de ansiedad de cada estudiante. Posteriormente, se elaboraron las tablas de frecuencias y porcentajes lo que permitió obtener los resultados finales del estudio de investigación.

### **Resultados y Discusión**

#### **Niveles de ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios del programa de Negocios Internacionales**

Se puede observar que el mayor porcentaje se encuentra en el nivel medio de ansiedad con aproximadamente la mitad de los participantes. Cabe resaltar que los niveles alto y bajo presentan el mismo porcentaje (ver Tabla 1).

**Tabla 1**

*Frecuencia en porcentaje de los niveles de ansiedad ante exámenes*

Niveles	%
Alto	26.3%
Medio	47.4%
Bajo	26.3%

Estos resultados nos indican que el mayor porcentaje de estudiantes experimentan un nivel medio de ansiedad ante los exámenes, lo que llega a ser frecuente y esperable ante momentos de evaluación. Lo cual coincide con lo obtenido por Polo et al. (2022) y Manchado y Hervías (2021) que encontraron que los niveles de ansiedad moderada eran los más frecuentes. Esto podría explicarse por el entorno académico todavía marcado por la readaptación a lo presencial. Según el modelo del proceso transaccional de Spielberger y Vagg (como se cita en Rosário et al., 2008), es probable que estos estudiantes interpreten los exámenes como desafíos significativos, aunque dentro de sus capacidades para afrontarlos. Esta percepción favorece la aparición de niveles moderados de ansiedad, expresados a través de sensaciones de tensión o preocupación, pero sin llegar a interferir de manera negativa en su desempeño académico.

Por otra parte, los niveles alto y bajo presentan porcentajes iguales, estos resultados son similares a los reportados por Polo et al. (2022) y Manchado y Hervías (2021) que encuentran

que los niveles alto y bajo presentaban porcentajes similares. Esto podría deberse al ciclo académico en el que se encuentran los estudiantes, las exigencias del curso y la percepción de control frente a las evaluaciones. Desde un enfoque teórico, el modelo transaccional propuesto por Spielberger y Vagg (como se cita en Rosário et al., 2008) plantea que la ansiedad se activa como resultado de la amenaza que una persona percibe en una situación determinada. En el caso de los alumnos, cuando perciben los exámenes como un peligro considerable, es probable que enfrenten pensamientos distractores, una auto preocupación y dificultades para mantener su atención. Esto puede resultar en un aumento en sus niveles de ansiedad, incluso si el peligro real no es tan elevado.

En contraste, estudios como los de Kaur et al. (2024), Grijalba (2021), Ávila-Toscano et al. (2021), Ruiz-Segarra (2020) y Mosqueira-Soto y Poblete-Troncoso (2020), encontraron un mayor porcentaje de ansiedad ante exámenes en niveles bajos, lo cual puede atribuirse a que existen diferencias entre carreras o instrumentos empleados para medir la ansiedad ante los exámenes; además que, ciertas carreras pueden ser menos expuestas a situaciones evaluativas de alto impacto.

### Niveles de ansiedad ante exámenes según sexo

Con relación a los niveles de ansiedad según sexo, se obtuvo que el mayor porcentaje en ambos sexos se encuentra en el nivel medio. Y en el nivel alto, las mujeres presentan un mayor porcentaje en comparación con los hombres. Sin embargo, presenta de manera inversa en el nivel bajo (ver Tabla 2).

**Tabla 2**

*Frecuencia en porcentajes de los niveles de ansiedad ante exámenes según sexo*

Niveles	Sexo	
	Mujer	Hombre
Alto	33.3%	18.2%
Medio	43.1%	52.3%
Bajo	23.5%	29.5%

Los hallazgos muestran que, las mujeres presentan un porcentaje más alto en el nivel de ansiedad alto en comparación con los hombres. Esta variación sugiere una posible tendencia en la expresión emocional y cómo se experimenta el estrés académico según el sexo, donde las mujeres parecen manifestar niveles superiores de ansiedad en contextos evaluativos.

Estos hallazgos son congruentes con las investigaciones de Núñez y Gavilanes (2023), Huntley et al. (2022), Marjan et al., (2021) y Mosqueira-Soto y Poblete-Troncoso (2020) quienes encontraron que las mujeres presentaban mayores niveles de ansiedad que los hombres. Esto puede deberse a que algunas investigaciones han demostrado que las mujeres suelen ser más propensas a experimentar niveles más altos de ansiedad (Marjan et al., 2021), lo que refuerza la noción de una predisposición femenina a experimentar mayor ansiedad ante situaciones evaluativas, posiblemente influida por factores socioculturales, métodos de afrontamiento, y percepciones de exigencia personal más elevadas.

Respecto al nivel medio de ansiedad, tanto mujeres como hombres presentan un mayor porcentaje, siendo este nivel el más frecuente en ambos sexos. Además, el hecho de que los hombres presenten un mayor porcentaje en este nivel sugiere que, a pesar de que puedan experimentar ansiedad ante los exámenes, tienden a mantenerse en un rango más funcional y manejable. Según el modelo transaccional de Spielberger y Vagg (como se cita en Rosário et

al., 2008), esto podría explicarse por una evaluación que no se percibe amenazante que desencadena una respuesta emocional controlada y adecuada a la situación.

Por otro lado, el nivel bajo de ansiedad se encontró un mayor porcentaje en los hombres que en las mujeres, lo cual respalda la tendencia general de que ellos experimentan menor ansiedad ante los exámenes. Este resultado podría estar relacionado con factores socioculturales como los estereotipos de sexo que puede jugar un papel en promover que los varones deben tener una imagen de control emocional en estados ansiosos en contextos académicos.

### Niveles de ansiedad ante exámenes según edad

En cuanto a los niveles de ansiedad ante los exámenes según la edad, se obtuvo que la mitad de los estudiantes de 18 a 22 años presentan un nivel medio de ansiedad. Asimismo, se puede observar que los estudiantes de 28 a 33 años presentan en su mayoría un nivel bajo en comparación con los de 18 a 22 años (ver Tabla 3).

**Tabla 3**

*Frecuencia en porcentajes de los niveles de ansiedad ante exámenes según edad*

Niveles	Edades		
	18 a 22	23 a 27	28 a 33
Alto	28.8%	18.8%	0%
Medio	51.0%	34.4%	20.0%
Bajo	20.3%	46.9%	80.0%

Los hallazgos indican que los niveles de ansiedad ante exámenes suelen bajar a medida que avanza la edad. Específicamente, se notó que los alumnos más jóvenes tienen un alto nivel de ansiedad, en contraste con los grupos de edad más avanzada, donde predominan los niveles bajos de ansiedad. Lo cual sugiere que la experiencia académica y personal adquirida con el tiempo podría facilitar la creación de métodos más eficaces para afrontar situaciones de evaluación, lo que podría contribuir a una disminución de la ansiedad ante exámenes.

Desde el modelo conductista propuesto por Watson y desarrollado por Skinner (Cano, 2024), argumenta que la ansiedad es una reacción adquirida frente a estímulos que han sido vinculados anteriormente con vivencias desfavorables. Por lo tanto, los alumnos más jóvenes, al contar con menos vivencias exitosas en situaciones de evaluación, podían haber desarrollado respuestas de ansiedad ante los exámenes.

Estos resultados coinciden con los estudios realizados por Chust-Hernández et al. (2019), quienes observaron que los alumnos menores de 25 años mostraban niveles de ansiedad durante los exámenes significativamente más elevados que sus compañeros mayores de 25. Asimismo, señalaron que factores como la ansiedad-rasgo, el agotamiento académico y la insatisfacción con el sueño eran aspectos relevantes que junto a la edad influían en la angustia ante exámenes. Esta coincidencia refuerza la noción de que la edad es un elemento clave a tener en cuenta al examinar las variaciones individuales en la respuesta emocional ante los exámenes.

### Niveles de ansiedad ante exámenes según ciclo

En cuanto a los niveles de ansiedad ante los exámenes según el ciclo académico, se obtuvo que en los primeros ciclos (I a V) se encuentra un mayor porcentaje en el nivel alto a diferencia de los ciclos superiores (VI a X). Por el contrario, en el nivel bajo se evidencia una mayor proporción en ciclos avanzados en comparación con los primeros ciclos. Cabe resaltar que en el nivel medio se ha encontrado porcentajes similares (ver Tabla 4).

**Tabla 4**

*Frecuencia en porcentajes de los niveles de ansiedad ante exámenes según ciclo*

Niveles	Ciclos	
	I a V	VI a X
Alto	30.9%	20.0%
Medio	48.2%	46.3%
Bajo	20.9%	33.8%

Los resultados evidencian que los estudiantes de los primeros ciclos presentan un mayor porcentaje de ansiedad en el nivel alto. De manera opuesta, en el nivel bajo de ansiedad es más común en los ciclos avanzados. Esto sugiere que los estudiantes que recién comienzan sus estudios superiores podrían experimentar mayor angustia ante los exámenes, posiblemente porque se encuentran en una etapa de adaptación del colegio a la universidad. También, por su limitada experiencia en el manejo de evaluaciones académicas y menor familiaridad con las exigencias que demanda el entorno universitario.

Estos hallazgos son congruentes con el estudio longitudinal de Bischofsberger et al. (2021), que se llevó a cabo con estudiantes de primer año de medicina en Alemania, donde se observó que la prevalencia inicial de ansiedad ante los exámenes aumentaba con el tiempo. A pesar de que, en ese estudio el ansia creció a medida que avanzaba el año académico, se centró únicamente en el primer año de estudios, lo cual podría reflejar una intensidad sostenida durante la fase de adaptación.

Por el contrario, aquellos que se encuentran en ciclos superiores pueden haber desarrollado estrategias de estudio más efectivas, aumentando su confianza en su rendimiento y una percepción más realista sobre el riesgo de evaluación, lo cual les ayuda a reducir su nivel de ansiedad. Esta evolución también puede interpretarse desde el modelo transaccional de Spielberger y Vagg (como se cita en Rosário et al., 2008) que sostiene que la ansiedad depende de cómo la persona evalúa la amenaza de una situación. Los estudiantes de ciclos superiores podrían percibir los exámenes con menor amenaza, al haber superado con éxito situaciones similares en el pasado, lo que disminuye su reactividad emocional.

### Conclusiones

Los resultados revelan que existe un mayor porcentaje de estudiantes que presenta un nivel medio de ansiedad ante exámenes, lo que indica una respuesta emocional esperada frente a situaciones de evaluación.

Respecto al sexo, se encontró que tanto hombres como mujeres presentan un mayor porcentaje en el nivel medio de ansiedad ante exámenes. Sin embargo, en el nivel alto, hay una mayor proporción en las mujeres.

Se evidenció que, los estudiantes tienden a experimentar menos ansiedad ante los exámenes a medida que aumenta la edad, lo que podría deberse a una mayor experiencia.

Respecto al ciclo, se observó que los estudiantes de primeros ciclos académicos presentan niveles más altos de ansiedad ante exámenes en comparación con los estudiantes de ciclos avanzados.

## Recomendaciones

Implementar programas de intervención psicológica en la institución con el objetivo de disminuir la ansiedad frente a los exámenes, sobre todo en los alumnos más jóvenes y de ciclos iniciales, ya que ellos muestran niveles más altos de ansiedad.

Desarrollar estrategias de orientación con el propósito de fomentar hábitos de estudio apropiados y optimizar la gestión del tiempo, lo que ayudará a reducir los niveles de ansiedad frente a situaciones evaluativas.

Considerar utilizar una muestra heterogénea, que abarque universidades de diversos departamentos y distintas carreras en próximas investigaciones dirigidas a la variable de este estudio.

## Referencias

- Alarcón, V. & Bacca, P. (2021). *Ansiedad ante los exámenes en los estudiantes de psicología de la Fundación Universitaria del Área Andina durante el periodo de educación remota debido a la pandemia por COVID-19*. [Tesis de licenciatura, Fundación Universitaria del Área Andina]. <https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/4105/Valentina%20Alarc%C3%B3n%20Calder%C3%B3n%20y%20Paula%20Mariana%20Bacca%20Ar%C3%A9valo.2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Álvarez, J., Aguilar, J., & Lorenzo, J. (2012). La Ansiedad ante los Exámenes en Estudiantes Universitarios: Relaciones con variables personales y académicas. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 10(1), 333-354. <https://www.redalyc.org/pdf/2931/293123551017.pdf>
- Álvarez, J., Aguilar, J., Fernández, J., Salguero, D. & Pérez-Gallardo, E. (2013). El estrés ante los exámenes en los estudiantes universitarios. Propuesta de intervención. *INFAD Revista de Psicología*, 2(1), 179-187. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349852173008.pdf>
- American Psychological Association. (2017). *Más allá de la preocupación*. <https://www.apa.org/topics/anxiety/preocupacion>
- American Psychological Association. (2017). *Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct*. <https://www.apa.org/ethics/code>
- Ato, M., López, J. y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://www.redalyc.org/pdf/167/16728244043.pdf>
- Ávila-Toscano, J., Vargas-Delgado, L., Rambal-Rivaldo, L. & Oquendo-González, K. (2021). Ansiedad ante exámenes en universitarios: papel de engagement, inteligencia emocional

- y factores asociados con pruebas académicas. *Psicogente*, 24(46), <https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4338>
- Bausela, E. (2005). Ansiedad ante los exámenes: evaluación e intervención psicopedagógica. *La Revista Venezolana de Educación (Educere)*, 9(31). [https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1316-49102005000400017](https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-49102005000400017)
- Bischofsberger, L., Burgerb, P., Hammerc, A. & Paulsena, F. (2021). Prevalence and characteristics of test anxiety in first year anatomy students. *Anales of Anatomia* 236. <https://doi.org/10.1016/j.aanat.2021.151719>
- Cano, N. (2024). Ansiedad frente a exámenes, un tipo de ansiedad fóbica que se presenta en el contexto académico. *Anales de la Facultad de Ciencias Médicas (Asunción)*, 57(1), 103-114. <https://doi.org/10.18004/anales/2024.057.01.103>
- Casas Anguita, J., Repullo Labrador, JR. & Donado Campos, J. (2003). La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I). *Atención Primaria*, 31(8), 469-558. <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-la-encuesta-como-tecnica-investigacion-elaboracion-cuestionarios-13047738>
- Chust-Hernández, P., Castellano-Rioja, E. & Fernández-García, D. (2019). Ansiedad ante los exámenes en estudiantes de Enfermería: factores de riesgo emocionales y de sueño. *Ansiedad y Estrés*, 25(2), 125-131. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.05.001>
- Domínguez, S. (2016). Inventario de la ansiedad ante exámenes-estado: análisis preliminar de validez y confiabilidad en estudiantes de psicología. *Liberabit. Revista de Psicología*, 22(2), 219-228. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68649318008>
- Domínguez-Lara, S. & De la Cruz-Contreras, F. (2017). Análisis estructural y desarrollo de una versión breve de la versión en español del Inventario de Ansiedad ante Exámenes (TAI-E) en universitarios de Lima. *Interacciones*, 3(1), 7-17. <https://doi.org/10.24016/2017.v3n1.50>
- Fernández, O., Hernández, B., Alfonso, R., Sabina, D. & Cruz, J. (2012). Manual para diagnóstico y tratamiento de trastornos ansiosos. *Revista Electrónica de las Ciencias Médicas en Cienfuegos*, 10(5), 446-479. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-897X2012000500019](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2012000500019)
- Furlan, L., Ferrero, M. & Gallart, G. (2014). Ansiedad ante los exámenes, procrastinación y síntomas mentales en estudiantes de la Universidad Nacional de Córdoba. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 6(3), 31-39. <https://www.redalyc.org/pdf/3334/333432764005.pdf>
- Francisquelo, M. & Furlan, L. (2016). Ansiedad ante los exámenes y rasgos de personalidad en estudiantes universitarios. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 8(1), 159-160. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7434185>
- Gómez, R. (2019). *Ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes universitarios de primer año de una universidad privada de Arequipa durante el periodo 2019*. [Tesis de maestría, Universidad Tecnológica del Perú]. [https://repositorio.utp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12867/2438/Rocio%20Gomez\\_Trabajo%20de%20Investigacion\\_Maestria\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.utp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12867/2438/Rocio%20Gomez_Trabajo%20de%20Investigacion_Maestria_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Grijalba, A. (2021). *Ansiedad ante los exámenes y hábitos de estudio en estudiantes de una universidad privada de Villa El Salvador*. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1365/Grijalba%20Mondragon%2c%20Ana%20Stefany.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Huntley, C., Young, B., Tudur, C., Jha, V. & Fisher, P. (2022). Testing times: the association of intolerance of uncertainty and metacognitive beliefs to test anxiety in college students. *BMC Psychology*, 10(6). <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00710-7>

- Jirjees, F., Odeh, M., Al-Haddad, A., Ass'ad, R., Hassanin, Y., Al-Obaidi, H., Kharaba, Z., Alfoteih, Y. & H Alzoubi, K. (2024). Test anxiety and coping strategies among university students an exploratory study in the UAE. *Scientific Reports*, 14(1), 25835. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-59739-4>
- Kaur, M., Raja, R., Mohamed, S. & Md, Z. (2024). Prevalence of test anxiety and its determinants among nursing students in Selangor, Malaysia. *Heliyon*, 10. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e26236>
- Kohan, A. (2009). *La ansiedad frente a los exámenes: enfoques teóricos*. [Sesión de congreso]. I Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVI Jornadas de Investigación Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-020/137.pdf>
- Lorenzo, J. & 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>
- Manchado, M. & Hervías, F. (2021). Procrastinación, ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Interdisciplinaria*, 38(2), 243-258. <https://doi.org/10.16888/interd.2021.38.2.16>
- Marjan, S., Fatemeh, S. & Ali, S. (2021). The relationship between test anxiety and academic procrastination among the dental students. *Journal of Education and Health Promotion*, 10(64). [https://doi.org/10.4103/jehp.jehp\\_867\\_20](https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_867_20)
- Mosqueira-Soto, C. & Poblete-Troncoso, M. (2020). Relación entre el nivel de ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de enfermería. *Enfermería universitaria*, 17(4), 437-448. <https://doi.org/10.14482/INDES.30.1.303.661>
- Núñez, K. & Gavilanes, D. (2023). Procrastinación académica y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 1550-1559. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.358>
- Pérez-Flores, A. (2024). Respuesta carta editor "Población y muestra". *International Journal of Interdisciplinary Dentistry*, 17(2), 67. [Carta al editor]. <https://doi.org/10.4067/S2452-55882024000200067>
- Polo, S., Castaño, A., Julio, L., Barros, A., Montañez, M. & Orozco, M. (2022). Relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento ante los exámenes en estudiantes de psicología. *Ciencia Latina Revista Multidisciplinar*, 6(2), 484-504. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i2.1903](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i2.1903)
- Rosário, P., Núñez, J., Salgado, A., González-Pienda, J., Valle, A., Joly, C. & Bernardo, A. (2008). Ansiedad ante los exámenes: relación con variables personales y familiares. *Psicothema*, 20(4), 563-570. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72720409.pdf>
- Ruiz-Segarra, M. (2020). Ansiedad ante exámenes y hábitos de estudio en educación superior. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 4(16), 461-468. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v4i16.129>
- Serrano, I. & Escolar, M. (2014). Description of the General Procedure of a Stress Inoculation Program to Cope with the Test Anxiety. *Scientific Research an Academic Publisher*, 5(8), 956-965. <https://doi.org/10.4236/psych.2014.58106>
- Sierra, J., Virgilio, O. & Ihab, Z. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal Estar e Subjetividade*, 3(1). [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1518-61482003000100002](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482003000100002)

- Sousa, V., Driessnack, M. & Costa, I. (2007). Revisión de diseños de investigación resalantes para enfermería. Parte 1: diseños de investigación cuantitativa. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 15(3). <https://doi.org/10.1590/S0104-11692007000300022>
- Villegas, G., Dominguez, S., Sotelo, N., & Sotelo, L. (2015). Propiedades psicométricas del Inventario de Autoevaluación de la Ansiedad ante Exámenes (IDASE) en universitarios de Lima. *Revista Mexicana de Psicología Educativa*, 3(1), 15 21.

## Anexos

### *Anexo A. Tabla de operacionalización*

Definición conceptual	Definición operacional		
	Dimensión	Indicadores	Puntaje
“La ansiedad ante los exámenes (AE; Mandler y Sarason, 1952) se define como un rasgo de personalidad específico para exhibir ansiedad de forma más intensa y frecuente de lo habitual, con preocupaciones que interfieren con la atención, concentración y realización de exámenes (Spielberger, 1980a; Spielberger y Vagg, 1995)” (Dominguez, 2016).	Unidimensional	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14-15	Puntaje mín.= 0 Puntaje máx.=60

*Anexo B. Test Anxiety Inventory-Estado (TAI-Estado) en su versión adaptada para la población estudiantil universitaria peruana por Dominguez-Lara en 2016.*

**CUESTIONARIO**

**SEXO:** .....

**EDAD:** .....

**CICLO:** .....

Lee cuidadosamente cada una de las siguientes afirmaciones y marca una opción para indicar cómo te sentías **EN EL MOMENTO DEL EXAMEN**. No hay respuestas buenas o malas. No emplees mucho tiempo en cada oración.

N= Nada

A= Algo

B= Bastante

M= Mucho

**DURANTE EL EXAMEN...**

1	...me siento inquieto y perturbado.	N	A	B	M
2	... pensar en la calificación que pueda obtener interfiere con mi trabajo.	N	A	B	M
3	...me paraliza el miedo.	N	A	B	M
4	...pienso si alguna vez podré terminar mis estudios.	N	A	B	M
5	...mientras más me esfuerzo más me confundo.	N	A	B	M
6	...pensar que puedo salir mal interfiere con mi concentración.	N	A	B	M
7	...me siento agitado.	N	A	B	M
8	...me siento angustiado por el mismo.	N	A	B	M
9	...siento mucha tensión.	N	A	B	M
10	...me parece que estoy en contra de mí mismo.	N	A	B	M
11	...me coge fuerte el pánico.	N	A	B	M
12	...me pongo tan tenso que siento malestar en el estómago.	N	A	B	M
13	...pienso en las consecuencias que tendría al fracasar.	N	A	B	M
14	...siento que el corazón me late rápidamente.	N	A	B	M
15	...me pongo tan nervioso que se me olvidan datos que estoy seguro que sé.	N	A	B	M

### *Anexo C. Consentimiento informado*

#### **Consentimiento para participar en un estudio de investigación - ADULTOS -**

##### **Datos informativos:**

Institución : Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo  
 Investigadores : Panta Carrillo, Lucia Milagros  
 Título : Ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios del programa de Negocios Internacionales de una universidad privada de Chiclayo, 2024.

##### **Propósito del Estudio:**

Estamos invitando a participar en este estudio, que tiene como finalidad el poder determinar el nivel de ansiedad ante exámenes que llegan a presentar los estudiantes del programa de Negocios Internacionales.

##### **Procedimientos:**

Si usted acepta participar en este estudio se desarrollará los siguientes pasos:

- En primer lugar, se le hará entrega del consentimiento informado.
- Se le presentará un código QR con el cual podrá acceder primero a algunas preguntas sociodemográficas y después a las preguntas del cuestionario. Todo ello tomará un aproximado de 10 minutos como máximo.

##### **Riesgos:**

No se proveen riesgos por participar en este estudio.

##### **Beneficios:**

La institución se verá beneficiada con los resultados generales.

##### **Costos e incentivos**

Usted no deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole, únicamente la satisfacción de colaborar a un mejor entendimiento del tema en estudio.

##### **Confidencialidad:**

La información que se recoja no se usará para ningún otro propósito fuera de los fines académicos. Los resultados no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio sin su consentimiento.

##### **Uso futuro de la información obtenida:**

Deseamos conservar la información de sus (entrevistas/datos u otra información) guardadas en archivos por un periodo de 2 años, con la finalidad de que sirvan como fuente de verificación de nuestra investigación, luego del cual será eliminada.

Autorizo guardar la base de datos: SI

NO

##### **Derechos del participante:**

Si usted decide participar en el estudio, y si por algún motivo desiste, puede retirarse de éste en cualquier momento, sin perjuicio alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio, o llamar a Lucia Panta Carrillo al tel. 965620733, investigador principal. Si usted tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar al Comité de Ética en investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, al correo: comiteetica.medicina@usat.edu.pe

##### **CONSENTIMIENTO**

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo en qué consiste mi participación en el proyecto, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento, sin perjuicio alguno hacia mi persona.

---

**Investigador**

Nombre: Lucia Panta Carrillo

DNI: 72351946

---

***Anexo D. Baremos de niveles de ansiedad ante exámenes***

	Ansiedad ante exámenes
N	190
Media	30.3
Mediana	28
Desviación estándar	10.8
Mínimo	15
Máximo	59
10 percentil	17.9
20 percentil	20
25 percentil	22
30 percentil	23
40 percentil	25.6
50 percentil	28
60 percentil	32
70 percentil	35.3
75 percentil	37
80 percentil	40
90 percentil	45