

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
Escuela Profesional de Psicología



Una Institución Adventista

Ansiedad ante los exámenes en los Estudiantes del Primer Año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca - 2016

Tesis

Presentada para optar el título profesional de psicóloga

Por:

Alí Escobedo, Ruth Margot
Chambi Paredes, Oshin Nielsen

Asesor:

Mg. German Mamani Cachicatari

Juliaca, Septiembre del 2016

TE 2 A42 2016

Alí Escobedo, Ruth Margot y Chambi Paredes, Oshin Nielsen

Ansiedad ante los exámenes en los Estudiantes del Primer Año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016

Perú: Juliaca, 2016

98 hojas: tablas, bibliografía, anexos

Tesis de Licenciatura - Universidad Peruana Unión. Facultad de Ciencias de la Salud, EP Psicología, 2016.

Asesor: Mg. German Mamani Cachicatari

Ingeniería Civil / Enfermería / Ansiedad.

TESIS

Ansiedad ante los exámenes en los Estudiantes del Primer Año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana

Unión Filial Juliaca – 2016

Tesis para poder optar el título profesional de Psicóloga.

JURADO CALIFICADOR

Psic. Dora Taiña Vilca

PRESIDENTA

Psic. Rita Cordova Soncco

SECRETARIA

Psic. Oscar Javier Mamani Benito

VOCAL

Psic. Helen Sara Flores
Mamani

VOCAL

Mg. German Mamani Cachicatari

ASESOR

Dedicatoria

Dedico esta tesis a mis adorados padres y familia en general, quienes han sido mi apoyo económico, moral y alientan mi realización profesional.

(Ruth)

Dedico esta tesis a mi querido padre y familia en general que siempre estuvieron a mi lado brindándome su apoyo desinteresado e incondicional en el transcurso de cada año de mi carrera universitaria.

(Oshin)

Agradecimiento

A Dios, porque es nuestra fuente de sabiduría e inteligencia, es quien nos guio en todo momento de nuestras vidas, dándonos su luz admirable.

A las autoridades y docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión Filial – Juliaca, por nuestra formación académica recibida.

A nuestro Asesor el Mg. Germán Mamani Cachicatari por la orientación en la ejecución y elaboración de este trabajo de investigación.

A nuestros dictaminadores: Psic. Rita Cordova Soncco, Psic. Oscar Javier Mamani Benito y la Psic. Helen Sara Flores Mamani quienes nos orientaron en la realización de este trabajo de investigación.

A los coordinadores de las Escuelas Profesionales de Enfermería e Ingeniería Civil de la Universidad Peruana Unión Filial – Juliaca, por habernos permitido realizar el recojo de información para este trabajo.

A las autoridades de la Universidad por darnos la oportunidad de optar el Título Profesional en Psicología, lo que contribuirá a la mejora de nuestra calidad personal y profesional.

Índice general

Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento	v
Índice de tablas	viii
Abreviaturas.....	x
Resumen	xi
Abstrac.....	xii
Introducción.....	1
CAPÍTULO I.....	4
El Problema	4
1.1 Descripción de la situación problemática.....	4
1.2 Formulación del problema.....	7
1.2.1 Problema general	7
1.2.2 Problemas específicos.....	7
1.3 Objetivos de la investigación.....	8
1.3.1 Objetivo general	8
1.3.2 Objetivos específicos.....	8
1.4 Justificación y viabilidad	9
CAPÍTULO II.....	12
Marco Teórico	12
2.1 Antecedentes de la Investigación.	12
2.2 Marco bíblico filosófico.	22
2.3 Bases teóricas.	23
2.3.1 Ansiedad.....	23
2.3.2 Diferencia entre ansiedad normal y patológica	27
2.3.3 Manifestación de la ansiedad.....	28
2.3.4 Los diferentes trastornos ansiosos	30
2.3.5 Ansiedad ante los exámenes	32
2.3.6 Síntomas	36
2.3.7 Causas.....	38
2.4 Marco conceptual	39
2.4.1 Definición de términos	39
CAPÍTULO III	40

Materiales y Métodos	40
3.1 Tipo y diseño	40
3.2 Formulación de Hipótesis	41
3.2.1 Hipótesis general	41
3.2.2 Hipótesis específica	41
3.3 Ansiedad ante Exámenes (CAEX).	42
3.4 Operacionalización de variable.	43
3.5 Delimitación geográfica y temporal	44
3.6 Población y muestra.....	44
3.6.1 Población	44
3.6.2 Muestra	45
3.7 Instrumento de recolección de datos.	45
Ansiedad ante los exámenes	45
CAPÍTULO IV	47
Resultados y Discusión.....	47
4.1 Presentación de resultados.....	47
4.2 En relación a la hipótesis general	47
4.3 En relación a la primera hipótesis específica.....	51
4.4 En relación a la segunda hipótesis específica	55
4.5 En relación a la tercera hipótesis específica	59
4.6 En relación a la cuarta hipótesis específica	62
4.7 Discusión	66
CAPÍTULO V.....	69
Conclusiones y Recomendaciones.....	69
5.1 Conclusiones	69
5.2 Recomendaciones	70
Bibliografía.....	72
ANEXOS	77

Índice de tablas

Tabla 1. Cuadro comparativo de la ansiedad normal y patológica.....	27
Tabla 2. Síntomas más asociados a un estado de ansiedad.....	30
Tabla 3. Tipos de ansiedad	31
Tabla 4. Operacionalización de la variable ansiedad ante los exámenes	43
Tabla 5. Estudiantes del Primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016.....	44
Tabla 6. Descripción de la baremación general del cuestionario de ansiedad ante los exámenes (CAEX).....	46
Tabla 7. Ansiedad ante los exámenes en los estudiantes del Primer Año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca - 2016.	48
Tabla 8. Estadísticos de grupo para la ansiedad ante los exámenes que presentan los estudiantes de la Universidad Peruana Unión.	49
Tabla 9. Prueba de hipótesis para muestras independientes para la ansiedad ante los exámenes (general).....	50
Tabla 10. Nivel de preocupación que presentan los estudiantes del primer año de la escuela profesional de Ingeniería Civil y la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca - 2016.....	52
Tabla 11. Estadísticos de grupo para preocupación que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería	53
Tabla 12. Prueba de hipótesis de muestras independientes para la ansiedad ante los exámenes	54
Tabla 13. Nivel de reacciones fisiológicas que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016	56
Tabla 14. Estadísticos de grupo para reacciones fisiológicas que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería	57
Tabla 15. Prueba de hipótesis de muestras independientes para la reacciones fisiológicas.....	58

Tabla 16. Nivel de situación que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016.....	59
Tabla 17. Estadísticos de grupo para situación que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería.....	60
Tabla 18. Prueba de hipótesis de muestras independientes para situación.....	61
Tabla 19. Nivel de respuestas de evitación que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016.	63
Tabla 20. Estadísticos de grupo para las respuestas de evitación que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería	64
Tabla 21. Prueba de hipótesis de muestras independientes para la reacciones fisiológicas	65

Abreviaturas

OMS	: Organización Mundial de la Salud
APA	: Asociación Psiquiátrica Americana
MINSA	: Ministerio de la Salud
DIRESA	: Dirección Regional de Salud
CAEX	: Cuestionario de Ansiedad antes los Exámenes

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo determinar las diferencias respecto a los niveles de ansiedad ante los exámenes que experimentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca. La población estuvo conformada por 134 estudiantes universitarios del primer año de Ingeniería Civil y Enfermería. La metodología corresponde a un diseño no experimental transeccional de tipo descriptivo comparativo; se utilizó el Cuestionario de Ansiedad ante los Exámenes (CAEX), que consta de 50 ítems. Los resultados indican que el 41.1% de los estudiantes de Ingeniería Civil presentan un nivel de ansiedad leve (no afecta el rendimiento), seguido del 37.8% con ausencia de ansiedad, y sólo el 6.7% presenta un nivel moderado de ansiedad; mientras que en los estudiantes de Enfermería el 61.4% presenta ausencia de ansiedad, seguido del 18.2% que presenta un nivel leve de ansiedad (que no afecta el rendimiento), finalmente el 4.5% de los estudiantes de enfermería presenta un nivel moderado de ansiedad. Ningún estudiante de ambas carreras presenta un nivel grave de ansiedad ante los exámenes. Se concluye que a un nivel de significancia del 5% los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil presentan mayor nivel de ansiedad ante los exámenes en comparación a los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016, aceptando la hipótesis de la investigación.

Palabras claves: Ingeniería civil, Enfermería, Ansiedad.

Abstrac

This research aimed to determine the differences in levels of test anxiety experienced by students in the first year of the Professional School of Civil Engineering and Freshmen of Vocational Nursing School of the Peruvian University Union Branch Juliaca. The population consisted of 134 college freshmen of Civil Engineering and Nursing. The methodology corresponds to a non experimental descriptive comparative design; Questionnaire test anxiety (CAEX), consisting of 50 items was used. The results indicate that 41.1% of students of Civil Engineering have a mild anxiety level (does not affect performance), followed by 37.8% with no anxiety, and only 6.7% has a moderate level of anxiety; while nursing students 61.4% presented absence of anxiety, followed by 18.2% which has a mild level of anxiety (not affecting performance) finally 4.5% of nursing students presents a moderate anxiety level. No student of both races presents a serious level of test anxiety. It is concluded that a level of significance of 5% the first year students of the Professional School of Civil Engineering have a higher level of test anxiety compared to students in the first year of the Professional School of Nursing, Universidad Peruana Union filial Juliaca - 2016, accepting the research hypothesis.

Keywords: Civil Engineering, Nursing, Anxiety.

Introducción

Motivadas por la importancia de la problemática que presentan los estudiantes; es que decidimos abordar este tema, ya que consideramos que la educación universitaria en el Perú es entendida y manejada de manera insuficiente, mencionamos esto porque, además de los contenidos relativos a una formación académica, es importante trabajar en el fortalecimiento de las habilidades sociales y/o emocionales.

Debemos decir, que hemos tratado de ser muy cuidadosas en abordar el tema, planteando los lineamientos teóricos, la información encontrada de la manera más fiel y sin connotaciones personales, no obstante, resaltamos la capacidad cognitiva, la fuerza de voluntad y los recursos que poseen los estudiantes universitarios para integrarse y/o desarrollarse en el medio que los rodea.

Díaz (2014) refiere que la ansiedad es un sistema de alerta y activación ante situaciones amenazantes, tiene la función de movilizarnos frente a dichas circunstancias, de forma que hagamos lo necesario para evitar el riesgo, neutralizarlo, asumirlo o afrontarlo apropiadamente. Sin embargo, cuando excede determinados límites, la ansiedad se convierte en un problema de la salud mental, que impide el bienestar e interfiere notablemente en las actividades sociales, académicas, laborales o intelectuales.

Spielberger (citado en Díaz, 2014) afirma que en muchas personas, la percepción de la situación de examen es potencialmente amenazante y causante de ansiedad que se relaciona con el hecho de que fallar en el examen, esto puede interferir con el logro de metas importantes; o porque frente a una ejecución pobre, tienden a bajar su sentido de autovalía. Esta teoría también considera que el nivel del estado de ansiedad es más alto durante los exámenes percibidos como difíciles, que durante los fáciles, y que cualquier examen estricto somete a los estudiantes a dos desventajas: la dificultad intrínseca de las preguntas y el

posible nivel distorsionador de la ansiedad. Mientras que un incremento moderado en el nivel del estado de ansiedad, puede ser útil si motiva al estudiante a incrementar sus esfuerzos y enfocar su atención en el contenido del examen, un mayor incremento de la ansiedad puede producir también, resultados insatisfactorios.

Es así, que el presente estudio, no sólo pretende comparar los niveles de ansiedad ante los exámenes en estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca, sino que busca ampliar la información sobre dicha población, además de contribuir con la investigación realizada, tal como puede apreciarse en el material que se presenta.

La investigación consta de cinco capítulos orgánicamente sintetizados, en el capítulo I se presenta el problema de investigación, en el sentido de formular la pregunta y los objetivos. Asimismo se plantea lo correspondiente a la importancia de realizar la investigación, la justificación y viabilidad del tema tratado.

En el capítulo II se desarrolla lo correspondiente al marco teórico, haciendo el recuerdo de las principales investigaciones relacionadas con la presente investigación, tanto a nivel internacional y nacional, así como el marco bíblico filosófico, luego se presenta el marco conceptual.

En el capítulo III se presenta la metodología utilizada para la investigación, determinando el tipo y el diseño de la investigación; así mismo se presenta la hipótesis, la operacionalización de la variable, la delimitación geográfica y temporal, la población y muestra definida, describiendo e interpretando las técnicas e instrumentos de recolección de datos.

En el capítulo IV se da a conocer los resultados de la investigación y las discusiones de los resultados obtenidos.

En el capítulo V se presenta las conclusiones y recomendaciones para futuras investigaciones.

Finalmente, se encuentran las referencias bibliográficas que fueron utilizadas a lo largo de la investigación; así también los anexos de la presente investigación. Queremos finalizar diciendo, que este estudio fue todo un reto en lo personal y nos permitió acceder a experiencias sumamente enriquecedoras y gratificantes.

CAPÍTULO I

El Problema

1.1 Descripción de la situación problemática.

Actualmente es notable observar que los adolescentes sienten desorientación, confusión, poca seguridad y confianza en sí mismos; convirtiéndose en un grupo vulnerable a presentar un bajo rendimiento académico, un miedo intenso y persistente que se experimenta frente a los exámenes ante la anticipación de situaciones de evaluación dentro del ámbito educativo. Esta evaluación académica puede referirse a exámenes escritos, orales, trabajos o informes, responder preguntas en clase y otros.

Según la Organización Mundial de la Salud [OMS] refiere que en el 2013 se han incrementado intensamente las molestias relacionadas con el miedo, es decir que un 15% de la población mundial se ve afectada por la crisis de ansiedad y que estos son uno de los primeros motivos de consulta médica y psicológica, la prevalencia de estas patologías ha ido aumentando en los últimos años debido a los factores ambientales como el estrés y el ritmo de vida acelerado. Así mismo se reportó que la ansiedad forma parte de las herramientas de las que dispone nuestra mente para defenderse de las agresiones externas. Su función es generar una respuesta frente a situaciones que preocupan o amenazan a la persona. En efecto a causa de ello, en ocasiones la ansiedad es un problema cuando es constante, generalmente se construyen círculos viciosos cada vez mayores (Sanchez, 2013).

Según la (Asociación Psiquiátrica Americana [APA], 2012), menciona que la ansiedad es parte de la vida, es una reacción emocional normal necesaria para la supervivencia de los individuos y de nuestra especie. En otras palabras, las reacciones de ansiedad pueden llegar a niveles tan altos, que es poco adaptativa en determinadas situaciones, deja de ser normal y se considera una patología.

APA (2014) señala que el Trastorno de Ansiedad Generalizada: es una ansiedad persistente, excesiva y una preocupación sobre varios aspectos, como el trabajo y el rendimiento escolar que la persona percibe difíciles de controlar. Asimismo, el sujeto experimenta síntomas físicos; como, inquietud o sensación de excitación o nerviosismo, fatiga, dificultad para concentrarse o mente en blanco, irritabilidad, tensión muscular y alteraciones del sueño. Los niños y adolescentes con trastorno de ansiedad generalizada tienden a preocuparse en exceso por su competencia o por la calidad de su desempeño, el centro de las preocupaciones puede trasladarse de un objeto o una situación a otra.

Según el (Ministerio de Salud [MINSA], 2014) menciona que en el Perú entre niños y adolescentes hay 11'647.958 (INEI), es decir que el 38% de la población es joven; según la epidemiología mundial, 1 de 8 niños y adolescentes sufre de problemas mentales en su desarrollo y solo pocos acceden a servicios de salud mental. Asimismo la federación de salud mental refiere que los trastornos mentales afectan a un 10-20% de la población infantojuvenil mundial, siendo 5 de las 10 principales causas de discapacidad. La prevalencia de trastornos mentales en niños y adolescentes es: EEUU 21%, Europa 15%, Grecia 39%, India 7-20%, Chile 15%, Colombia 12- 29%. Por ende la OMS señaló los siguientes trastornos por su prevalencia o potencial de incapacitar, y repercusiones a largo plazo: trastornos depresivos, de ansiedad, por déficit de atención e hiperactividad, de conducta perturbador, de conducta alimentaria, de aprendizaje, autismo, síndrome de asperger, abuso de sustancias y el suicidio en adolescentes. Según la evaluación de la

(Dirección Regional de Salud [DIRESA], 2013), en Cusco, el 61% de la población presenta depresión, el 29% ansiedad, y 2% ha intentado suicidarse. El artículo concluye que no se le da el debido interés a la salud mental. En Arequipa, los trastornos depresivos aumentaron en 7%, y las mujeres jóvenes los padecen mayormente. Se menciona también que en el Programa de Extramuros de Salud Mental-INSN-Ayacucho- Huanta refiere que la disfunción y la violencia familiar (52%) se asocian a distintos trastornos: depresión, ansiedad, maltrato infantil. Por ende la depresión se asocia con ansiedad, violencia familiar o maltrato infantil. Igual el trastorno hiperactivo con trastornos de conducta y de ansiedad o depresión. Y en Satipo en Setiembre del 2011 el diagnóstico fue que en primer lugar ubican al Trastorno Depresivo con un 43%, por lo cual el Trastorno de Ansiedad está ubicado en el tercer puesto con un 23.2 %. Asimismo en Puerto Maldonado - Madre de Dios, en Abril del 2013 el diagnóstico dado en el Trastorno de ansiedad era de 21%. Por ultimo Tumbes en Octubre del 2014 se obtuvo un 24% en el Trastorno de Ansiedad. Lo cual nos muestra que hay varios factores e incidencias de dicho trastorno que afecta a la población en general.

En diferentes etapas de nuestra vida se presentan distintos grados de ansiedad, la ansiedad que experimentan los estudiantes en el periodo de exámenes puede ser por la preocupación de estudiar, entregar los trabajos a tiempo, no desaprobado ninguna materia o asignatura, en muchos casos la presión de su entorno influye en su capacidad de desenvolvimiento; por ende afecta el rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad Peruana Unión en esta fase ellos experimentan diversas situaciones como el nerviosismo, insomnio (noches sin dormir), alimentación inadecuada, desgaste físico, cansancio mental y emocional; en esta situación ellos manifiestan distintos niveles de ansiedad y no siempre todos la controlan de la misma forma.

1.2 Formulación del problema.

1.2.1 Problema general:

- ¿Existen diferencias en los niveles de ansiedad ante los exámenes entre los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca - 2016?

1.2.2 Problemas específicos:

- ¿Existe diferencia en el nivel de preocupación entre los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca - 2016?
- ¿Existe diferencia en el nivel de reacciones fisiológicas entre los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca - 2016?
- ¿Existe diferencia en el nivel de situación entre los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca - 2016?
- ¿Existe diferencia en el nivel de respuestas de evitación entre los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca - 2016?

1.3 Objetivos de la investigación.

1.3.1 Objetivo general:

- Determinar las diferencias respecto a los niveles de ansiedad ante los exámenes que experimentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016.

1.3.2 Objetivos específicos:

- Determinar la diferencia respecto al nivel de preocupación entre los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016.
- Determinar la diferencia respecto al nivel de reacciones fisiológicas entre los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016.
- Determinar la diferencia respecto al nivel de situación entre los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016.
- Determinar la diferencia respecto al nivel de respuestas de evitación entre los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016.

1.4 Justificación y viabilidad.

Habitualmente los estudiantes dentro de su quehacer educativo, tienen que enfrentarse a procesos de evaluación para medir el avance de su rendimiento académico, por lo cual atraviesan un nivel de ansiedad ya sea preocupación, reacciones fisiológicas ante un estímulo, situaciones de exámenes y por último respuestas de evitación.

Por ende en este proceso el nivel de ansiedad tiende a aumentar, ya que también ocurren situaciones tales como problemas familiares, económicos, dificultad para estudiar, dificultad para concentrarse, enfermedades somáticas que les dificultan prepararse adecuadamente para afrontar dichas evaluaciones.

El problema referido a la ansiedad en las universidades se ha convertido en uno de los trastornos más comunes experimentados por los estudiantes. Según Papalia (2005) indica que en el ambiente académico existe una serie de componentes estresantes que pueden generar una gran tensión abrumadora, identificándose entre ellos las pruebas de evaluación académica, falta de apoyo económico, pérdidas afectivas, problemas de adaptación, responsabilidades académicas y personales, entre otros.

Según Singh y Jha (2013) plantean en su investigación que las carreras de Medicina e Ingeniería tienden a ser muy extensas y exigentes, motivo por el cual dichos estudiantes suelen presentar altos niveles de tensión y ansiedad. Cabe señalar que los propósitos fueron evaluar el nivel de ansiedad y su relación con el optimismo y el rendimiento académico y encontrar las variaciones de acuerdo a los géneros y las especializaciones académicas. La muestra estuvo formada por 346 estudiantes (171 médicos y 175 ingenieros) de diferentes universidades privadas, entre los cuales se identificó un total de 161 mujeres y 185 varones. Los resultados refieren que la ansiedad tiene una relación negativa con el optimismo y el rendimiento académico, por lo cual el optimismo y rendimiento académico guardan una

relación positiva; igualmente se resalta diferencias significativas entre los estudiantes de medicina e ingeniería. Cabe resaltar que en relación al género no se presentaron diferencias.

Según la OMS (2016) y el Banco Mundial refieren que entre 1990 y 2013, el número de personas con depresión o ansiedad ha aumentado cerca de un 50%, de 416 millones a 615 millones. El 10% de la población mundial está afectado. La OMS estima que durante las emergencias 1 de cada 5 personas se ve afectada por la depresión y la ansiedad. Además el Ministerio de Salud [MINSA] indico que 4 de cada 10 peruanos presentarían problemas de ansiedad, depresión, adicción u otro problema mental a lo largo de su vida; las estadísticas de la Dirección de Salud Mental del MINSA menciona que los problemas centrales a nivel nacional son la ansiedad y depresión, las mismas que se presentan en todos los sectores socioeconómicos con incidencia en Lima, Arequipa, Cusco, La Libertad y Callao. Los casos de trastorno ansioso diagnosticados suman 97 mil 604, mientras que los trastornos afectivos suman 74 mil 238, de estos últimos, 70 mil 137 correspondieron a depresión, precisó la directora Gloria Cueva.

Según el Diario Correo (2015) para Aitor Castillo, psiquiatra y catedrático de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, los trastornos más frecuentes en el país son la depresión y la ansiedad. Estudios del Instituto Nacional de Salud Mental muestran que 1 millón 700 mil peruanos padecen la primera enfermedad, mientras que 1 millón 200 mil, el segundo mal. Actualmente, son muchas las personas que no aceptan estos u otros trastornos, sin intención de recibir ayuda profesional cuando se presentan sus síntomas.

Frente a lo dicho, consideramos importante la realización del presente trabajo de investigación porque nos permitirá conocer la realidad que los estudiantes atraviesan frente a la ansiedad en el ámbito universitario, sobre todo en los exámenes; la información servirá para que Tutoría Universitaria juntamente con el apoyo de los coordinadores de las escuelas profesionales y asimismo con los tutores de cada salón, dirigidas a mejorar el desarrollo

integral de los estudiantes, lo cual beneficiara principalmente a los estudiantes y a la comunidad universitaria, porque el éxito de la vida universitaria de los estudiantes garantiza el éxito de la sociedad.

CAPÍTULO II

Marco Teórico

2.1 Antecedentes de la Investigación.

A nivel internacional y nacional se ha encontrado algunas investigaciones sobre la ansiedad ante los exámenes que es nuestra variable de interés, por lo cual tenemos los siguientes:

Según Diociaiuti (2015) quien investigó sobre la Ansiedad ante exámenes finales en estudiantes universitarios de primer año en la Licenciatura en Psicología de la Universidad Abierta Interamericana. Tuvo como objetivo describir el nivel de ansiedad y la frecuencia de aparición de dichas dimensiones en estudiantes de primer año en licenciatura en Psicología de la Universidad Abierta Interamericana, Sede Regional Rosario. Con una muestra de 30 estudiantes. El instrumento que se utilizó es la Adaptación Argentina del Inventario Alemán de Ansiedad frente a los exámenes (GTAI - AR). Los resultados manifiestan una Alta presencia de Ansiedad ante Exámenes en un 36,6% de la muestra, siendo la dimensión de Preocupación la más frecuente; es decir, la anticipación de las consecuencias de posibles resultados negativos. La conclusión se puede afirmar que los objetivos que fueron planteados para guiar este trabajo se lograron positivamente; en primer lugar el análisis de la dimensión Emocionalidad, que corresponde a la percepción de la activación fisiológica producto de la ansiedad, como segunda más frecuente luego de la dimensión Preocupación, un 54.58% de las repuestas de los integrantes de la muestra refiere experimentar estas reacciones entre “frecuente y siempre”. En segundo lugar se planteó el objetivo relativo a la frecuencia de las

dimensiones Cognitivas de la ansiedad frente a los exámenes donde se halló que el 36.11% indican que se experimentan “A veces” o “Pocas” ocasiones y un 35.56% indica que se experimentan “A veces”. En tercer lugar se planteó la evaluación de la dimensión Falta de Confianza esta dimensión es la que menor presencia tiene ya que el 1.67% apunta a la experiencia “Siempre”, mientras que el 44.44% refiere experimentarla “A veces” y 30.56% “Poco” y 15% “Nunca”. Estos datos encontrados coinciden con estudios que ubica a la Preocupación y la Emocionalidad como las dos dimensiones más experimentadas, mientras que la Falta de Confianza e Interferencia obtienen puntajes menores.

Según Cedeño et al. (2013) quienes investigaron sobre la ansiedad ante los exámenes en los estudiantes de la carrera de Arquitectura. El objetivo general es la elaboración y validación de un Cuestionario de Ansiedad Frente a los Exámenes Universitarios CAFEU de Grandis a nivel cognitivo, fisiológico y conductual. Se trabajó con una muestra de 138 estudiantes de la carrera de Arquitectura. El instrumento utilizado fue el Cuestionario para medir la ansiedad ante los exámenes. Los resultados evidencian que el 47.1% de los estudiantes presentan un nivel bajo de ansiedad ante los exámenes, sin embargo las mujeres presentan un nivel de ansiedad más alto que los hombres; los estudiantes situados en el grupo de edad 21-23 presentan un nivel de ansiedad más alta que los otros grupos y el 4,3% de los estudiantes están en riesgo académico debido a la presencia de ansiedad ante los exámenes. En conclusión la mayoría de los estudiantes de la carrera de Arquitectura presentan niveles de ansiedad bajos. Sin embargo las mujeres muestran un nivel de ansiedad más alto que los hombres. Los estudiantes situados en el grupo de edad 21-23 presentan un nivel de ansiedad más alta que los otros grupos. El 4,3% de los estudiantes están en riesgo académico debido a la presencia de ansiedad ante los exámenes.

Según Álvarez, Aguilar y Lorenzo (2012) quienes investigaron sobre la ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios: relaciones con variables personales y académicas. El objetivo fue determinar en qué medida hay manifestaciones de síntomas de ansiedad ante los exámenes y contrastar los resultados con el rendimiento académico, el tiempo de estudio, la titulación y el sexo. Se trabajó con una muestra de 1021 estudiantes universitarios de la Universidad de Almería (España). Realizándose un muestreo aleatorio estratificado. El instrumento utilizado fue el Inventario ad hoc de Estrés Académico. Los resultados evidencian que existe una población de estudiantes universitarios muy amplia con una ansiedad preocupante o muy preocupante frente a los exámenes en respuestas cognitivas, fisiológicas y motóricas, sin embargo, los datos no son concluyentes en la incidencia sobre el rendimiento académico. En conclusión la ansiedad juega un papel determinante en la realización de un examen. Por ende, se debe reflexionar sobre el sufrimiento que padecen los estudiantes hasta haber realizado el examen, tal y como se muestra en este estudio.

Según Montaña (2011) quien investigó sobre la Ansiedad en situación de examen y estrategias de afrontamiento en alumnos universitarios de 1° y 5° año. El objetivo fue investigar sobre la ansiedad en situación de examen y las estrategias de afrontamiento utilizadas por los alumnos del primer y último año de una carrera universitaria. Se trabajó con una muestra de 40 estudiantes (67,5% mujeres; 32,5% varones) de la carrera de Psicología de la Universidad Abierta Interamericana (Argentina), 20 estudiantes de primero y 20 estudiantes de quinto con rango de edad 18 y 47 años. El instrumento utilizado fue el Inventario Aleman de Ansiedad frente a los exámenes GTAI – A (Heredia, Piemontesi, Furlan & Volker, 2008; Hoddap. 1991) y al Ways of Coping Questionnaire (Lazarus & Folkman, 1984). Los resultados evidencian que a mayores niveles de ansiedad más se utilizaba la estrategia de afrontamiento de distanciamiento y la de escape-avoidancia.

y menos la estrategia de resolución de problemas; cuando se analizó solo a los varones los mayores niveles de ansiedad estaban asociados al uso más frecuente del autocontrol, y menor al de resolución de problemas y distanciamiento; los altos niveles de ansiedad en las mujeres se asocian a una mayor frecuencia de la estrategia de confrontación, la comparación entre alumnos de primero y quinto año se encontró que los primeros utilizaban más la estrategia escape – evitación.

Según Sanchez y Castañeiras (2010) quienes investigaron sobre Ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. El objetivo era estudiar las características de la ansiedad de evaluación autoinformada. Se trabajó con una muestra 326 estudiantes universitarios que cursan la carrera de Psicología en la Universidad Nacional de Mar del Plata (Argentina) con rango de edad 17 y 54 años. El instrumento utilizado fue el Cuestionario de Ansiedad ante los exámenes. Los resultados evidencian que los ítems que obtuvieron las mayores puntuaciones en ansiedad en los cuatro factores evaluados se relacionaron con la fase anticipatoria previa a un examen importante, en la que el alumno valora las exigencias y dificultades de la situación en relación con los recursos que cree poseer para manejarla, en este estudio el grupo de estudiantes mujeres presentan niveles significativamente mayores de nerviosismo ante situaciones de evaluación, también se hallaron diferencias en la naturaleza ansiógena de las situaciones de exámenes orales versus escritos. En conclusión en cuanto a las características de la ansiedad de evaluación auto-informada en la muestra bajo estudio previos muestran que los niveles de preocupación, tensión y activación fisiológica que el estudiante experimente ante la inminencia del examen estarán relacionados con la confianza que sienta acerca de sus conocimientos previos; investigaciones previas han hallado diferencias entre sexos en cuanto al afrontamiento de la ansiedad pre-examen, informando que las mujeres experimentarían mayor grado de ansiedad que los hombre; en relación con estos

antecedentes, el grupo de estudiantes mujeres presentó niveles significativamente mayores de nerviosismo ante situaciones de evaluación. El tema investigado aborda una problemática absolutamente vigente y con importantes consecuencias sobre la calidad de las trayectorias académicas de los estudiantes universitarios y sus procesos formativos.

Según Flamini, Barbeito y González (2010) quienes investigaron sobre la Ansiedad ante los Exámenes en estudiantes de Veterinaria: Un estudio exploratorio. El objetivo fue implementar acciones exploratorias acerca de la ansiedad ante los exámenes en los alumnos del curso de Histología tendientes a sentar las bases de futuras estrategias de intervención. Con una muestra de 56 estudiantes (27 mujeres y 29 varones) de la Universidad de la Plata del curso de Histología de la Facultad de Ciencias Veterinarias el promedio de edad era de 20 años. El instrumento utilizado fue el Cuestionario de Ansiedad Frente a los Exámenes Universitarios CAFEU de Grandis, 2009. Los resultados evidencian diversos tipos de respuestas ante la Ansiedad ante los Exámenes; las más frecuentes fueron entre los factores cognitivos la anticipación del fracaso y como respuesta fisiológica el aumento de la frecuencia cardíaca. Fue reducido el número de alumnos que adoptarían comportamientos de evitación.

Según Vallejos (2015) quien investigó sobre la Procrastinación académica y ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes universitarios. El objetivo fue determinar la relación que existe entre la procrastinación académica y la ansiedad ante las evaluaciones. Con una muestra de 130 estudiantes de una universidad privada de Lima, 68 de ingeniería y 62 de comunicaciones. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Procrastinación Académica de Solomon & Rothblum de 1984 y la escala de Reacción ante las Evaluaciones de Sarason de 1984, ambas fueron traducidas para este estudio. Los resultados evidencian la correlación entre las razones para procrastinar y los factores de las reacciones ante las evaluaciones, en especial, con los pensamientos negativos, además,

las mujeres obtuvieron promedios más altos en el factor de síntomas fisiológicos de malestar; en contraste, los hombres obtuvieron mayor puntaje en la procrastinación de ciertas actividades académicas, no se encontró diferencia significativa en el puntaje global de razones de procrastinación según facultad de estudios, sin embargo, los alumnos de Ingeniería percibieron en mayor grado la postergación de la tarea como un problema y reportaron una mayor procrastinación al realizar tareas de tipo académico administrativas.

Según Ching (2015) quien investigó sobre el Clima Social Familiar y Ansiedad en estudiantes de Psicología de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote – Tumbes, I Semestre 2015. El objetivo fue determinar la relación entre el clima social y familiar en los estudiantes del I al IV ciclo de la escuela Psicológica de la Uladech Católica – Tumbes. Con una muestra de 81 estudiantes. El instrumento utilizado fue la Escala de Clima Social Familia (FES), y la Escala de Autoevaluación para la ansiedad de Zung. Los resultados evidencian que: 1° el clima social familiar se relaciona significativamente con el nivel de ansiedad; 2° los niveles medio, alto y muy alto del clima social familiar en los estudiantes representa el 98.77%; 3° el nivel de ansiedad más frecuente en los estudiantes es el leve moderada en un 62.96%, encontrando solo un nivel normal que evidencia que no hay ansiedad en el 35.80% de ellos; 4° el clima social familiar en la dimensión relaciones y la ansiedad en los estudiantes presentan diferencias significativas; 5° la relación entre el clima social familiar en la dimensión desarrollo y la ansiedad en los estudiantes es significativa; 6° la relación entre el clima social familiar en la dimensión estabilidad y la ansiedad en los estudiantes es significativa. En conclusión el clima social familiar se relaciona significativamente con el nivel de ansiedad de los estudiantes. Los niveles medio, alto y muy alto del clima social familiar en los estudiantes representa el 98.77%. El nivel de ansiedad más frecuente en los estudiantes es el leve moderada en el 62.96% de los estudiantes, encontrando solo un nivel normal que evidencia que no hay ansiedad

en el 35.80% de ellos. El clima social familiar – dimensión relaciones y la ansiedad en los estudiantes presentan diferencias significativas. La relación entre el clima social familiar – dimensión desarrollo y la ansiedad en los estudiantes es significativa. La relación entre el clima social familiar – dimensión estabilidad y la ansiedad en los estudiantes es significativa

Según Collado (2014) quien investigó sobre la Comparación de los niveles de Ansiedad en estudiantes de las carreras profesionales de Derecho, Ingeniería, Medicina Humana, y Psicología de instituciones particulares y estatales de Lima Metropolitana. El objetivo fue analizar las variaciones de los niveles de ansiedad estado y rasgo en estudiantes universitarios teniendo en cuenta el tipo de carrera profesional, la universidad de procedencia y sexo. Con una muestra de 320 estudiantes universitarios de las carreras profesionales de Derecho, Ingeniería Civil, Medicina Humana y Psicología (160 mujeres y 160 varones) de 4 universidades (2 nacionales y 2 particulares). El instrumento utilizado fue el Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado (IDARE). Los resultados evidencian que existen diferencias significativas en relación a los niveles de ansiedad estado al comparar los puntajes obtenidos por estudiantes de universidades nacionales y privadas de las carreras de Ingeniería Civil y Medicina Humana; en relación a los niveles de ansiedad rasgo se hallaron diferencias significativas en estudiantes mujeres de Psicología de universidades nacionales y privadas, y lo mismo en varones pero en relación a la ansiedad estado al considerar las carreras de Ingeniería Civil, Medicina Humana y Psicología, se destacan los planteamientos de Singh & Jha sobre las exigencias de las carreras de Ingeniería y Medicina al igual que el planteamiento de Taberero y Márquez sobre las implicancias del género y la ansiedad. En conclusión 1. Se hallaron diferencias estadísticamente significativas al comparar los niveles de ansiedad estado entre estudiantes de universidades estatales y particulares considerando la carrera profesional

de Ingeniería Civil. 2. Los puntajes de ansiedad rasgo entre varones de la carrera profesional de Ingeniería Civil mostraron diferencias significativas entre los grupos de universidades públicas y privadas. 3. Las participantes mujeres de la carrera profesional de Ingeniería Civil presentaron diferencias significativas al comparar los niveles de ansiedad estado entre estudiantes de instituciones estatales y particulares. 4. Al comparar los niveles de ansiedad estado obtenidos por los estudiantes varones de universidades nacionales y particulares de Ingeniería Civil se encontraron diferencias significativas. 5. Al comparar los niveles de ansiedad estado entre estudiantes de entidades estatales y particulares de Medicina Humana se hallaron diferencias significativas. 6. Se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre estudiantes varones de Medicina Humana al comparar los niveles de ansiedad estado considerando el tipo de institución. 7. Las estudiantes mujeres de universidades nacionales y particulares de Psicología mostraron diferencias estadísticamente significativas al comparar los niveles de ansiedad rasgo entre ambos grupos muestrales. 8. Las universitarias pertenecientes al género femenino presentaron diferencias estadísticamente significativas al comparar los niveles de ansiedad estado entre instituciones estatales y particulares de la carrera de Psicología. 9. Los estudiantes varones de universidades nacionales y particulares de Psicología mostraron diferencias estadísticamente significativas al comparar los niveles de ansiedad estado. 10. Las participantes mujeres de la Facultad de Derecho presentaron niveles de ansiedad rasgo-estado ligeramente más altos que los varones tanto en instituciones estatales como particulares. 11. Al comparar los niveles de ansiedad rasgo-estado entre estudiantes de la carrera profesional de Medicina Humana tanto de universidades nacionales como particulares, se halló que las mujeres presentan puntajes más elevados que los varones.

Según Díaz (2014) quien investigó sobre la Ansiedad ante los Exámenes y Estilos de Aprendizaje en estudiantes de medicina de una universidad particular, que tuvo como objetivo determinar si existe asociación entre el nivel de ansiedad ante los exámenes y los estilos de aprendizaje. Con una muestra de 122 estudiantes de Medicina de una universidad particular de Chiclayo. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Ansiedad ante los Exámenes (CAEX) y el Cuestionarios de Honey y Alonso de Estilos de Aprendizaje (CHEA). Los resultados evidenciaron que no existe asociación entre las variables estudiadas, que el estilo teórico es el más usado y que la mayoría de los estudiantes evaluados tiene bajos niveles de ansiedad ante los exámenes. En conclusión no existe asociación entre la ansiedad ante los exámenes y los estilos de aprendizaje en estudiantes. Se evidencia niveles bajos de ansiedad ante los exámenes en estudiantes. El estilo de aprendizaje Teórico es el predominante en los estudiantes. El sexo determina cambios en los resultados para ambas variables. Los niveles de ansiedad moderada y grave con repercusión en el rendimiento académico afectan principalmente a las mujeres. En relación a los estilos de aprendizaje, en los varones predomina el estilo teórico mientras que las mujeres, el estilo reflexivo.

Según Alegre (2013) quien investigó sobre la Ansiedad ante exámenes y estrategias de aprendizaje en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. El objetivo fue determinar la relación entre la ansiedad ante exámenes y las estrategias de aprendizaje en estudiantes de cuarto y quinto grados de educación secundaria de colegios estatales de Lima Metropolitana. Con una muestra de 469 estudiantes, siendo el 45.6% de sexo masculino y el 54.4% femenino, pertenecientes a cuatro colegios. El instrumento utilizado fue el Cuestionario de Ansiedad y rendimiento CAR y la Escala de Estrategias de Aprendizaje ACRA. Los resultados evidencian que la ansiedad ante exámenes (puntuaciones en sus tres dimensiones: preocupación, emocionalidad y facilitación) y las

estrategias de aprendizaje (puntuaciones en sus cuatro dimensiones: adquisición, codificación, recuperación y apoyo al procesamiento de la información) presentaron correlaciones bajas y en algunos casos negativas; siendo todas estas significativas. En conclusión existe relación entre la ansiedad ante exámenes y el uso de las estrategias de adquisición de la información en los alumnos de cuarto y quinto grado de secundaria pertenecientes a colegios estatales de Lima Metropolitana. Existe relación entre la ansiedad ante exámenes y el uso de las estrategias de codificación de la información en dichos alumnos. Existe relación entre las variables ansiedad ante exámenes y empleo de estrategias de recuperación de la información en dichos alumnos, debido a que el coeficiente de correlación alcanzado es significativo. Existe relación entre la ansiedad ante exámenes y el uso de estrategias de apoyo al procesamiento de la información en dichos alumnos.

Según Cori (2011) quien investigó sobre el Nivel de ansiedad ante los exámenes que presentan los estudiantes del sexto grado de Educación Primaria de la I. E. P. N° 70541 “Virgen de Fátima” de la ciudad de Juliaca – 2011. El objetivo fundamental fue describir los niveles de ansiedad ante los exámenes que presentan los estudiantes así como en sus manifestaciones cognitivas, fisiológicas y motoras. Con una muestra de 84 estudiantes del sexto grado de primaria. El instrumento utilizado fue el cuestionario de autoevaluación de ansiedad ante los exámenes del Dr. José Manuel Hernández. Los resultados evidencian que el 42.9% de los estudiantes, se encuentra en el nivel medio indicando que puede interferir en su rendimiento académico, seguido de un alto nivel con 29.8% manifestando una clara interferencia y finalmente nivel bajo con 27.4% en la cual no resulta preocupante la situación como el examen.

2.2 Marco bíblico filosófico.

Melgosa (2010) menciona que la ansiedad se centra en incertidumbres futuras; en otras palabras la ansiedad es temor de cosas que podrían ocurrir en el futuro. Por cuanto Dios nos ama, nos invita a todos a ir a él, someter nuestras ansiedades a él y experimentar la paz. Porque Pedro nos dice:” Echando toda vuestra ansiedad sobre él, porque él tiene cuidado de vosotros”. Los seres humanos empiezan a tener temor y ansiedad desde el comienzo de su vida como ocurre en: los niños temen a los animales, oscuridad y a los extraños; los preescolares temen a dormir solos, tormentas, que alguien los lastime, monstruos, etc.; los niños escolares experimentan aprensión y percepciones amenazadoras con los temas escolares (exámenes, tareas difíciles, notas, actividades escolares, etc.); los adolescentes afrontan situaciones de miedo como ser rechazados por sus amigos, fracaso escolar, etc.; los adultos jóvenes temen a no encontrar a un compañero adecuado para la vida, etc.; los adultos aunque hayan alcanzado la estabilidad temen por su salud, etc.; los ancianos temen contraer enfermedades que los incapaciten, morir o quedarse solos. Durante el transcurso de la vida la enfrentamos diferentes situaciones en las cuales se pueden identificar el miedo o ansiedad.

White (1989) refiere que la ansiedad y el lamento son causantes de enfermedad y mucho daño a todo el cuerpo; ya que la culpa, la tristeza, ansiedad y congoja agotan las fuerzas de la vida. Pero con Cristo viene la serenidad y la calma, nos da un gozo que nada en la tierra no puede destruir.

White (1990) refiere que la ansiedad produce enfermedad, ya que el temor y la ansiedad apesadumbran al Santo Espíritu de Dios. No debemos abandonarnos a la ansiedad que nos irrita y desgasta, y que en nada nos ayuda a soportar las pruebas. No debemos dar lugar a la desconfianza en Dios, porque él dice que la ansiedad debilita nuestra energía física. La fe disipa la ansiedad, porque todos anhelamos la felicidad, pero pocos la encuentran por los métodos equivocados que se usan al perseguir en vez de luchar por ella, lo que debemos

hacer es combinar nuestro deseo con la fe lo cual nos capacitara para no inquietarnos, ni afligirnos; sino para apoyarnos en un poder que es infinito.

Como indica I Pedro 5; 7 “Echad toda nuestra ansiedad sobre él, porque el cuida de nosotros”. Es decir nosotros necesitamos confiar en Dios, entregar nuestras cargas porque con él podremos superar todo obstáculo que se nos presente en la vida, ya que por nosotros mismos no podremos superar nuestras cargas y pesares, él es el único que nos puede ayudar y reconfortar (Reina Valera, 1960).

2.3 Bases teóricas.

2.3.1 Ansiedad:

La palabra “ansiedad” procede del latín *anxius*, que significa “mente perturbada debido a un acontecimiento incierto”, y que a su vez deriva de una raíz griega que significa “oprimir” o “estrangular” (Ladouceur, Bélanger, & Léger, 2009). Este término fue creado en el siglo XVIII por el físico escocés William Cullen para describir una aflicción del sistema nervioso que produce nerviosismo. En el siglo XIX se les llamaba "neuróticas" a las personas que transmitían una conducta rígida y fracasada. La “neurosis de ansiedad” o “neurosis de angustia” cuya descripción más celebre fue realizada por Freud a finales del siglo XIX fue hasta la década de 1980, el diagnóstico por excelencia entorno a la ansiedad. Sin embargo, la generalidad y poca especificidad del término “neurosis”. Sumado a los desarrollos en torno a las bases biológicas, psicológicas y sociales de la ansiedad como un modelo psicodinámico que privilegiaban una clasificación más descriptiva que conceptual para las investigaciones, hicieron que este término sea finalmente removido de la tercera edición del manual diagnóstico de la Asociación Psiquiátrica Americana (APA. 1980), así también de sus posteriores ediciones (Sarudiansky, 2012).

La ansiedad forma parte de la variada gama de las emociones humanas. Se trata de una emoción universal que nos ayuda a adaptarnos a las condiciones en las que vivimos para garantizar nuestra supervivencia individual y la supervivencia de la humanidad. La ansiedad es una emoción normal; todo el mundo la siente de vez en cuando (Ladouceur, Bélanger, & Léger, 2009).

Las teorías propuestas por algunos estudiosos acerca de la ansiedad, son importantes porque ayudan en el proceso de organizar todo lo que ya se conoce y a descubrir aquello que se desconoce. En sus estudios sobre la ansiedad, Freud, identifica elementos fenomenológicos y fisiológicos, aseverando que las distintas formas de neurosis están determinadas por la intensidad y el carácter que presentan, lo cual se debería al origen de la experiencia traumática y a la etapa de desarrollo psicosexual en la que se encuentre un sujeto.

Por lo cual, la ansiedad es, para el autor anteriormente mencionado, una característica esencial de la neurosis, una respuesta no realista ante la situación que es temida por el sujeto y que implica poco o ningún miedo real; es decir que dicha ansiedad neurótica actúa como una señal de peligro procedente de los impulsos reprimidos del individuo, que se origina a raíz de las transformaciones producidas sobre la propia ansiedad objetiva.

Por otra parte, Freud (citado en Sierra, Ortega y Zubeidad, 2003) identifica tres teorías sobre la ansiedad:

1. La ansiedad real que aparece ante la relación que se establece entre el yo y el mundo exterior; manifestándose como una advertencia para el individuo, es decir, notifica al sujeto de un peligro real que existe en el contexto que lo rodea.
2. La ansiedad neurótica, que resulta más complicada que la anterior, ya que si bien se entiende, también, como una señal de peligro, su origen hay que indagarlo en los impulsos reprimidos del individuo, siendo ésta la base de todas las neurosis. Esta teoría sobre la ansiedad se caracteriza por la carencia de objeto, estando el

recuerdo del castigo o evento traumático reprimido, no reconociéndose el origen del peligro; al mismo tiempo, este se relaciona con el castigo eventual a la expresión de los impulsos reprimidos. Dicha ansiedad neurótica ocurre cuando el yo intenta satisfacer los instintos del ello, pero tales exigencias le hacen sentirse amenazado y el sujeto teme que el yo no pueda controlar al ello.

3. La ansiedad moral o de la vergüenza, aquí el súper-yo amenaza al sujeto con la posibilidad de que el yo pierda el control sobre los impulsos.

En síntesis, para Freud, toda psiconeurosis es un trastorno emocional expresado en el plano psíquico, con o sin alteraciones somáticas y con una leve deformación afectiva del sentido de la realidad, que se manifiesta en las relaciones sociales e interpersonales como la expresión de otros conflictos psicológicos. Por lo cual, cualquier tipo de neurosis presenta una característica común: la ansiedad, refiriéndose aquí a un estado puramente mental del sujeto.

Ante las teorías dinámicas, surge el enfoque conductual mediante el cual se busca aproximar el término ansiedad a lo experimental y operativo; partiendo de una concepción ambientalista, en la cual la ansiedad es concebida como un impulso (drive) provocada por la conducta del organismo.

Skinner (citado en Grandis, 2009) en el conductismo la ansiedad clasifica simplemente como conducta que solamente puede manifestarse cuando un estímulo precede de manera característica a un estímulo aversivo con un intervalo de tiempo suficientemente grande para permitir observar cambios en la conducta.

Wolpe refiere que un estímulo que previamente no sea capaz de evocar respuestas de ansiedad puede adquirir el poder de hacerlo, si resulta que está actuando sobre el organismo cuando la ansiedad está siendo evocada por otro estímulo; entonces se convierte en un estímulo condicionado a la ansiedad, y la ansiedad por él evocada puede, en ocasiones

posteriores condicionarse a otros estímulos (Grandis, 2009). Los teóricos conductistas Skinner y Wolpe no diferencian entre miedo y ansiedad ya que ambos se manifiestan fisiológicamente de la misma forma, acordando que la ansiedad perturba el funcionamiento y no parece servir a ningún fin práctico (Grandis, 2009).

Díaz (2014) refiere que la ansiedad es un sistema de alerta y activación ante situaciones amenazantes, tiene la función de movilizarlos frente a dichas circunstancias, de forma que hagamos lo necesario para evitar el riesgo, neutralizarlo, asumirlo o afrontarlo apropiadamente. Sin embargo, cuando excede determinados límites, la ansiedad se convierte en un problema de la salud mental, impide el bienestar e interfiere notablemente en las actividades sociales, académicas, laborales o intelectuales.

Por otro lado, Barlow (2003) refiere que una persona ansiosa suele experimentar situaciones amenazadoras, así mismo existe una sensación inconsciente de que los síntomas físicos o el pánico son catastróficos, por último menciona que estas personas tienden a presentar una evitación marcada a situaciones o personas asociadas con el temor o el ataque de pánico. Así mismo, señala que la ansiedad es una reacción emocional desagradable producida por un estímulo externo, que es considerado por el individuo como amenazador, produciendo en ello cambios fisiológicos y conductuales en la persona.

El problema referido a la ansiedad en las universidades se ha convertido en uno de los trastornos más comunes experimentados por los estudiantes. Papalia (2005) indica que en el ambiente académico existe una serie de factores estresantes que pueden generar una gran tensión abrumadora, identificándose entre ellos las pruebas de evaluación académica, autoritarismo pedagógico, falta de apoyo económico, pérdidas afectivas, problemas de adaptación, responsabilidades académicas y personales, entre otros.

2.3.2 Diferencia entre ansiedad normal y patológica:

- **Ansiedad normal:** Hernández (2005) menciona que surge en respuesta a exigencias de la vida cotidiana como tener que rendir un examen, o ante una operación quirúrgica; frente a la amenaza de un despido laboral, o por el riesgo de reprobar un semestre académico, entre otros. En casos como los nombrados la ansiedad opera como señal para buscar la adaptación, suele ser transitoria y la persona la percibe como nerviosismo y desasosiego. En una situación peligrosa con riesgo inminente de daño, asimismo puede alcanzar la intensidad del terror o del pánico, por ejemplo en un accidente de tránsito, frente a un asalto o en medio de una catástrofe como un terremoto. Pasado el período de exigencia o de peligro la persona vuelve a su condición basal.
- **Ansiedad patológica:** Hernández (2005) refiere que se hace persistente, intensa, autónoma con respecto a los estímulos medio ambientales, desproporcionada a los eventos que la causan y genera conductas evitativas o retraimiento se la incluye entre los trastornos mentales. (1-3).

Tabla 1

Cuadro comparativo de la ansiedad normal y patológica

Ansiedad normal y ansiedad patológica	
Normal	Patológica
Semejante al miedo	Semejante al miedo
Se originan en estímulos externos reconocibles	Se origina en un estímulo interno desconocido
Cesa al terminar el estímulo que la origina	Es persistente e inadecuada al estímulo o al momento en que aparece

Fuente: Ansiedad y trastorno de ansiedad (Hernández G. , 2005).

La ansiedad ante los exámenes se encuadra, según APA (2014) dentro del Trastorno de Ansiedad Generalizada, dicho cuadro es caracterizado por la presencia de una ansiedad persistente, excesiva y una preocupación sobre varios aspectos, como el trabajo y el rendimiento escolar que la persona percibe difíciles de controlar. Asimismo, el sujeto experimenta síntomas físicos, como; inquietud o sensación de excitación o nerviosismo, fatiga, dificultad para concentrarse o mente en blanco, irritabilidad, tensión muscular y alteraciones del sueño. Los niños y adolescentes con trastorno de ansiedad generalizada tienden a preocuparse en exceso por su competencia o por la calidad de su desempeño. Durante el curso, el centro de las preocupaciones puede trasladarse de un objeto o una situación a otra.

Cano y Tobal (citado en Grandis, 2009) refieren que en la clasificación internacional de enfermedades, décima versión CIE 10 (1992) por su parte, ubica la ansiedad ante los exámenes, como parte de las fobias específicas, las cuales, son fobias restringidas a situaciones particulares. Pese a que la situación desencadenante sea muy definida y concreta, su presencia puede producir pánico como en la agorafobia y en las fobias sociales.

2.3.3 Manifestación de la ansiedad:

La respuesta que presenta la ansiedad depende de muchos factores, tales como el tipo de acontecimiento, la personalidad, el humor y el significado o la interpretación de una situación. Esta respuesta se manifiesta de distintas formas, varias dependiendo de los diferentes niveles de gravedad y se exterioriza con diversas frecuencias. Muchos signos físicos o mentales indican una reacción ansiosa, algunos síntomas están al estado de ansiedad, mientras que otros son su consecuencia. Al ser la ansiedad una emoción compleja, a veces resulta difícil identificarla con precisión o distinguirla de otras emociones, tales como la ira o el miedo. Sin embargo, aunque suele ser arriesgado diferenciar algunas

emociones, existen elementos clave, como nuestros pensamientos, que permiten reconocerlas y caracterizarlas.

Cabe clasificar los síntomas o las manifestaciones de la ansiedad en cuatro grandes categorías:

- Síntoma afectivo (lo que sentimos).
- Síntomas fisiológicos (que tiene una manifestación física).
- Síntomas conductuales (lo que hacemos).
- Síntomas cognitivos (los pensamientos que nos vienen a la mente).

A continuación presentamos una lista indicativa de las manifestaciones más frecuentes señaladas y que usted es susceptible de percibir si padece ansiedad. Obviamente, estos síntomas no se presentan todos a la vez y su manifestación varía de un acontecimiento a otro o de una situación a otra (Ladouceur, Bélanger, & Léger, 2009).

Tabla 2*Síntomas más asociados a un estado de ansiedad*

Categoría	Síntomas
Síntomas afectivos	Irritabilidad, aprensión, impresión de estar desligado de uno mismo o de la realidad, miedo intenso, sensación de peligro inminente.
Síntomas fisiológicos	Palpitaciones, taquicardia, dolor o molestia torácicas, sensación de asfixia, ahogo, nudo en la garganta, náuseas, vómitos, dificultad para deglutir, diarrea, dolor abdominal, dolor de espalda o de cuello, tensiones musculares, tics nerviosos, rechinar los dientes (bruxismo), dolor de cabeza, sensación de desvanecimiento, debilidad, escalofríos, sofocos, transpiración, palidez, escalofríos, sequedad de boca, alteraciones del sueño y fatiga.
Síntomas cognitivos	Inquietudes, dificultad para concentrarse, lagunas de memoria, obsesiones, pensamientos repetitivos, miedos diversos.
Síntomas conductuales	Crispación, nerviosismo, temblor de manos o de piernas, expresión tensa en el rostro, respiración rápida, tendencia a evitar determinadas situaciones o determinados lugares.

Fuente: Deja de sufrir por todo y por nada (Ladouceur, Bélanger, & Léger, 2009).

2.3.4 Los diferentes trastornos ansiosos:

La ansiedad es una experiencia subjetiva que cada persona vive de manera diferente, aunque presente algunas manifestaciones típicas, o incluso estereotipadas, lo que permite agrupar estas según una tipología. Los principales trastornos ansiosos identificados son: el trastorno de pánico con o sin agorafobia, el trastorno de estrés postraumático, las fobias específicas, la fobia social, el trastorno obsesivo – compulsivo y el trastorno de ansiedad generalizada. Como se puede observar, algunos son específicos de una u otra de estas perturbaciones, pero muchos se manifiestan en la mayoría de ellas. Esta es la razón por la cual a menudo es necesario realizar un análisis detallado del problema personal para

identificar la naturaleza exacta de la perturbación. La tabla 3 presenta un repertorio de las características de los principales trastornos ansiosos y los síntomas asociados a ellos (Ladouceur, Bélanger, & Léger, 2009).

Tabla 3

Tipos de ansiedad

Trastorno	Características (aprensión, preocupación, temor, miedo, etc.)	Síntomas más generalmente asociados
Trastorno de pánico	Miedo a perder el control de uno mismo, a volverse loco, a morir, a vomitar, a perder el conocimiento, a tener un nuevo ataque de pánico.	Ataque de pánico (brotes intensos de ansiedad limitados en el tiempo y caracterizados por un rápido aumento de los síntomas, la llegada a un nivel crítico y una progresiva desaparición). Principales manifestaciones: palpitaciones, ausencias, vértigos, opresión en el pecho o en la garganta, sensación de ahogo, sofocos, transpiración, escalofríos, entumecimiento.
Agorafobia	Temor a los lugares o a las situaciones asociadas con los malestares o los pánicos sentido o padecidos.	Evitación de situaciones o de lugares en los que se teme que aparezcan los síntomas de pánico y de los que no se puede salir rápidamente.
Trastorno de estrés postraumático	Experiencia de un traumatismo grave que ha puesto en peligro la propia vida o la de otra persona, impresión clara de revivir el acontecimiento, intrusión en la mente de imágenes asociadas con el trauma (flasbes), pesadillas, sueños repetitivos, temor a revivir el acontecimiento, a morir, a enloquecer.	Tensiones musculares, opresión en el pecho o la garganta, sensación de ahogo, nerviosismo, sensación de sobre-excitación o de agotamiento psíquico, irritabilidad, dolores de cabeza, intestino irritable, manifestaciones de posibles ataques de pánico.

Continuación de la **Tabla 3**

Fobia simple (o específica)	Temor exagerado a un objeto, a un animal, a un lugar (lugares pequeños o cerrados), a una situación.	Evitación del objeto fóbico. Síntomas físicos en contacto con el objeto o simplemente al evocar mentalmente el objeto en cuestión: palpitaciones, opresión en el pecho o la garganta, sensación de ahogo, transpiración. Manifestaciones posibles de ataques de pánico, aunque limitadas al objeto fóbico.
Fobia social	Preocupación excesiva con respecto a la opinión de los demás, temor a equivocarse, al ridículo o a ruborizarse, incomodidad en diversas situaciones.	Huida o evitación en el ámbito social. Síntomas físicos parecidos a los del trastorno de pánico y a la fobia simple. Manifestaciones posibles de ataques de pánico, aunque limitados a las situaciones sociales.
Trastorno obsesivo – compulsivo	Presencia de obsesiones, manifestaciones de compulsiones (ademanos o actos repetitivos que sirven para aliviar la ansiedad causada por la imagen obsesiva).	Necesidad irreparable de comprobar, de limpiar, de realizar determinados ademanes o de repetirse mentalmente determinadas frases. Ansiedad intensa cuando dichos comportamientos rituales no pueden realizarse.
Trastorno de ansiedad generalizada	Presencia de preocupaciones excesivas con respecto a diferentes temas; preocupaciones difíciles de controlar o de dominar.	Ansiedad difusa, pero no necesariamente limitada en el tiempo. Síntomas habituales: tensiones musculares, sensaciones de sobre-estimulación, nerviosismo o agotamiento psíquico, problemas de sueño, dificultad para concentrarse, lagunas de memoria.

Fuente: Deja de sufrir por todo y por nada (Ladouceur, Bélanger, & Léger, 2009).

2.3.5 Ansiedad ante los exámenes:

Spielberger (citado en Díaz, 2014) afirma que en muchas personas, la percepción de la situación de examen como potencialmente amenazante y causante de ansiedad se relaciona con el hecho de fallar en ella, puede interferir con el logro de metas importantes; o porque frente a una ejecución pobre, tienden a bajar su sentido de autovalía. Esta teoría también considera que el nivel del estado de ansiedad es más alto durante los exámenes percibidos como difíciles, que durante los exámenes fáciles, y que cualquier examen estricto somete a

los estudiantes a dos desventajas: la dificultad intrínseca de las preguntas y el posible nivel distorsionador de la ansiedad. Mientras que un incremento moderado en el nivel del estado de ansiedad, puede ser útil si motiva al estudiante a incrementar sus esfuerzos y enfocar su atención en el contenido del examen, un mayor incremento de la ansiedad puede producir también, resultados insatisfactorios.

Bausela (2005) argumenta que la ansiedad ante los exámenes consiste en una serie de reacciones emocionales negativas que algunos estudiantes sienten ante los exámenes. El miedo a los exámenes no es un miedo irracional, no en vano la actuación en ellos determina gran parte del futuro académico de la persona. Pero como ocurre la mayoría de las veces con la ansiedad, es cuando se da a niveles muy elevados cuando puede interferir seriamente en la vida de la persona. Por ende se deduce que los niveles altos o cuando no se saben manejar los niveles altos de ansiedad, estos interfieren en el buen rendimiento de los exámenes, provocando con ello la baja calificación de los mismos.

Bautista (2012) considera que la ansiedad es otra de las emociones humanas básicas, como la alegría, la tristeza y la rabia esta se acompaña de molestias tensionales y neurovegetativas como: dolores musculares, fatigabilidad, temblor, tics, inquietud, respuestas de sobresalto, manos sudorosas, palpitaciones, sequedad de la boca, palidez, sensación de frío, nudo en la garganta y mareos, provocando dificultades de concentración, irritabilidad e insomnio, así como el bajo rendimiento ante los exámenes.

Según Valero (1999) el cuestionario de ansiedad ante los exámenes (CAEX), a diferencia de otras pruebas, más que centrarse en el rasgo de ansiedad como constructo, evalúa las características comportamentales de la ansiedad de examen incluyendo respuestas cognitivas, verbales, motoras y fisiológicas y una tipología de los exámenes más frecuentes. El interés que ha motivado su desarrollo ha sido el de reunir en una única prueba todas las manifestaciones de ansiedad que un estudiante puede experimentar frente a los exámenes, a

los fines de una evaluación conductual. Por eso también discrimina los niveles de ansiedad subjetiva relativos a la amplia gama de situaciones evaluativas características de las carreras universitarias. Del análisis de sus 50 ítems emergen cuatro factores, tales como respuestas de evitación, preocupaciones antes o durante el examen, respuestas fisiológicas y situaciones o tipos de examen más frecuentes, asimismo informó que los coeficientes alfa adecuados para todas las escalas. Según el autor el CAEX es ampliamente utilizado en España fundamentalmente como medida de pre y post test en estudios de caso y con grupos sometidos a tratamiento y controles. Su composición permite identificar las áreas más problemáticas en cada caso para planificar tratamientos personalizados.

Según Valero (1999) los problemas de ansiedad ante el examen se constituyen como los más habituales que deben enfrentar los estudiantes universitarios, junto con problemas emocionales. Como expresa Bertoglia (2005) desde el campo educacional, la situación de examen proporciona un ejemplo típico de situación ansiógena. En esta situación, los estudiantes desarrollan una gran diversidad de reacciones que pueden ir desde un control conductual adecuado (que a veces queda en lo aparente), hasta un estado de descontrol emocional intenso, que se torna inmanejable y puede llegar a bloquear su capacidad para expresar sus conocimientos (hecho conocido habitualmente como inhibición de examen).

La ansiedad ante los exámenes puede ser sistemáticamente definida como un rasgo específico situacional Heredia y Piemontesi (2011) caracterizado por la predisposición a experimentar elevada preocupación y activación fisiológica ante situaciones de evaluación. También los aspectos centrales de su caracterización serían la anticipación del fracaso, sus consecuencias negativas sobre la autoestima, la valoración social negativa y la pérdida de algún beneficio esperado.

En el mismo sentido Asghari (2012) definen a la ansiedad ante los exámenes como una fuerte reacción emocional que un individuo experimenta antes y durante el proceso del

examen. Puede agregarse a esto, que es posible que la ansiedad ante exámenes sea experimentada también ante la espera de los resultados, cuando el examen ya fue realizado. Esto, a partir de las consideraciones del trabajo realizado por Heredia et al. (2009; citado a Folkman y Lazarus) quienes mencionan que los exámenes presentan cuatro fases: Anticipatoria (caracterizada por la inminencia del examen); de Espera (periodo entre el examen y la obtención de la calificación) y la de Resultados (se conocen las calificaciones, la incertidumbre de resuelve y las preocupaciones se orientan hacia la significación e importancia de los resultados obtenidos). Es decir, las dos últimas fases de Espera y de Resultados son provocadoras de ansiedad que puede ser considerada, del mismo modo, como ansiedad ante los exámenes.

Según Stöber y Pekrun (2004) por su parte mencionan que fueron dos los grandes avances conceptuales que resultaron ser de suma importancia para la investigación sobre ansiedad ante los exámenes y que se reflejan en la definición presentada previamente: en primer lugar, la distinción de la ansiedad entre ansiedad como estado transitorio (ansiedad estado) y ansiedad como rasgo estable de la personalidad (ansiedad rasgo).

Con respecto a las dos dimensiones básicas que conforman el modelo dual de la ansiedad, la Preocupación es definida como la focalización de la atención sobre pensamientos irrelevantes para la tarea que busca resolverse. La Emocionalidad hace referencia a la autopercepción de la activación fisiológica y del estado generado en una situación ansiógena.

Como ya se mencionó, los desarrollos relacionados con la presente temática, permitieron la ampliación de las dimensiones de la ansiedad, en tanto se encontró que dentro de la esfera cognitiva, la preocupación no abarcaba la totalidad de la variable (Stöber 2004; Piemontesi, Heredia, & Furlan, 2012) de modo que se encontró que la ansiedad ante exámenes es un constructo constituido por cuatro dimensiones:

1. La emocionalidad, que mantiene la definición previamente enunciada: percepción de la activación fisiológica; y dentro del componente cognitivo se conceptualizaron.
2. La preocupación: relativa a pensamientos sobre las consecuencias negativas del examen.
3. La falta de confianza: relacionada a las creencias negativas de la propia capacidad de rendir bien el examen.
4. La dimensión de la interferencia: caracterizada por pensamientos intrusivos, que potencialmente derivarían en distracción y eventual bloqueo cognitivo, independientemente del contenido que tales intrusiones porten (Piemontesi, Heredia, & Furlan, 2012).

En conclusión, Asghari (2012) plantea que la calidad de vida de los estudiantes, en los planos psicológico, emocional, físico o académico, puede verse eventualmente, muy adversamente afectada por situación de examen y los resultados del mismo.

2.3.6 Síntomas:

Bautista (2012) argumenta que al presentarse ansiedad en estudiantes, se ve afectado su rendimiento escolar e incluso su salud, por lo que la ansiedad en estudiantes se ve reflejada de la siguiente manera, poniéndose de manifiesto antes, durante y/o después del examen en tres áreas:

1. A nivel físico se pueden dar alteraciones en el sueño, dolores de estómago, cabeza, sensación de paralización, náuseas, opresión en el pecho entre otros.
2. A nivel de comportamiento, el estudiante puede realizar conductas inadecuadas y verse antes del examen incapaz de concentrarse debido al malestar que experimenta, al pasándose horas enteras viendo televisión, durmiendo o simplemente dejando pasar el tiempo delante de los libros. El final de estas situaciones puede ser la

evitación y/o el escape de esta vivencia que le produce tanto malestar, llegando en ocasiones a no presentarse.

3. A nivel psicológico, todo lo que pasa por su cabeza antes del examen es de carácter negativo. Por un lado, el estudiante se infravalora ("soy incapaz de estudiármelo todo", "soy peor que los demás", "no valgo para estudiar") y/o prevé que va a suspender e imagina unas consecuencias muy negativas del suspenso ("qué dirán mis padres", "no voy a poder acabar mis estudios", etc.). Asimismo, durante el examen puede tener dificultad a la hora de leer y entender preguntas, organizar pensamientos o recordar palabras o conceptos; es posible experimentar un bloqueo mental (o "quedarse en blanco"), lo que se manifiesta en la imposibilidad de recordar las respuestas pese a que éstas se conozcan.

Lo declarado por Bautista (2012) muestra claramente que la ansiedad ante los exámenes, es una reacción ante la anticipación de algo estresante, afectando tanto al cuerpo como a la mente. Cuando una persona se encuentra bajo estrés, su cuerpo reacciona liberando una hormona denominada adrenalina, que la prepara para reaccionar ante el peligro, siendo este el que provoca los síntomas corporales, como el sudor, la aceleración del ritmo cardíaco y de la respiración, siendo esta leve o intensa. Por ende, se puede decir que la ansiedad ante los exámenes es un miedo que puede ser desencadenado ante cualquier factor estresante, ocasionando con ello el bajo desempeño académico.

2.3.7 Causas:

Son varias las causas que intervienen en la aparición de ansiedad ante los exámenes, y al respecto Bausela (2005) indica que la ansiedad ante los exámenes consiste en una serie de reacciones emocionales negativas que algunos estudiantes sienten ante los exámenes, esta puede interferir seriamente en la vida de la persona cuando presenta niveles elevados. Así mismo considera que existen múltiples variables que producen la ansiedad en los estudiantes frente a un examen, las cuales se mencionan a continuación:

1. El rasgo de ansiedad del sujeto, esto es, su carácter más o menos influenciado por la ansiedad. Según sea su rasgo de ansiedad, se puede clasificar a los estudiantes a lo largo de una línea continua que va desde los poco ansiosos a los altamente ansiosos.
2. Según la importancia de la prueba. No causa la misma ansiedad un control rutinario, o una prueba parcial con posibilidades de recuperación, que un examen final que implica aprobar o suspender la asignatura y conlleva pasar al curso siguiente o repetir. Cuando el examen es el último de una oposición y el examinando se juega una plaza, la dosis de ansiedad puede ser muy elevada.
3. Factores relacionados con el medio ambiente, tales como: aula desconocida, aspecto de los examinadores, tipo de instrucciones, ruido y calor medioambiental, tiempo disponible, etc., también inciden sobre los sujetos aumentando o disminuyendo su nivel de ansiedad.

Con lo anteriormente mencionado se puede afirmar entonces que la ansiedad es una forma de reaccionar emocionalmente ante la presencia de una persona, de un objeto o situación que actúa como amenaza, como son los exámenes, que generan ansiedad en los estudiantes.

2.4 Marco conceptual.

2.4.1 Definición de términos:

- a. **Ansiedad:** La ansiedad es un sistema de alerta y activación ante situaciones consideradas amenazantes, tiene la función de movilizarlos frente a dichas circunstancias, de forma que hagamos lo necesario para evitar el riesgo, neutralizarlo, asumirlo o afrontarlo adecuadamente. Sin embargo, cuando sobrepasa determinados límites, la ansiedad se convierte en un problema de salud, impide el bienestar, e interfiere notablemente en las actividades sociales, laborales, o intelectuales (Díaz, 2014).
- b. **Ansiedad ante los Exámenes:** Es una reacción emocional que experimenta la persona ante la cercanía de un examen o durante el mismo examen. Además de la respuesta ansiosa ante un estímulo amenazante, la persona experimenta durante la prueba una distracción de su atención hacia pensamientos negativos periódicos, que impiden una buena concentración o que sigan las instrucciones, malinterpretando las preguntas o problemas que plantea el examen (Huffman, 2008).

CAPÍTULO III

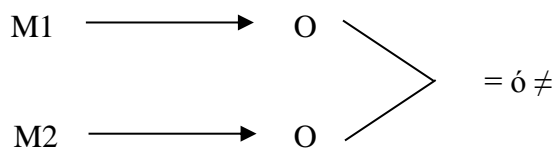
Materiales y Métodos

3.1 Tipo y diseño.

La presente investigación corresponde a un tipo descriptivo comparativo, cuyo propósito fundamental consiste en describir la variable ansiedad ante los exámenes para luego comparar con las poblaciones de trabajo (Hernández, Fernández, & Baptista, 2010).

El diseño de la investigación es no experimental, de corte transversal transeccional; ya que no existe manipulación activa de la variable. (Hernández, Fernández, & Baptista, 2010).

Charaja (2004) plantea el siguiente bosquejo para los trabajos descriptivos comparativos.



Donde:

M = Muestras de estudio

O = Observaciones o informaciones recogidas

(=) = Igual

≠ = Diferente

3.2 Formulación de Hipótesis.

3.2.1 Hipótesis general:

- Los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil presentan mayor nivel de ansiedad ante los exámenes que los estudiantes de la escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016.

3.2.2 Hipótesis específica:

- Los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil presentan mayor nivel de ansiedad en la dimensión de preocupación que los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016.
- Los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil presentan mayor nivel de ansiedad en la dimensión de reacciones fisiológicas que los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016.
- Los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil presentan mayor nivel de ansiedad en la dimensión de situación que los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016.
- Los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil presentan mayor nivel de ansiedad en la dimensión de respuestas de evitación que los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016.

3.3 Ansiedad ante Exámenes (CAEX).

- Miedo intenso y persistente que experimenta un estudiante, en situaciones de evaluación dentro del ámbito educativo. Experimentan diversas manifestaciones a nivel emocional, fisiológico, motor y psicológico (Hernández et al. 1994).

3.4 Operacionalización de variable.

Tabla 4

Operacionalización de la variable ansiedad ante los exámenes

Variable	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles
Ansiedad ante los exámenes	Miedo intenso y persistente que experimenta un estudiante, en situaciones de evaluación dentro del ámbito educativo. Experimentan diversas manifestaciones a nivel emocional, fisiológico, motor y psicológico. (Henández et al. 1994).	Preocupación	Dificultad para concentrarse y pensar; pensamientos negativos relativos al rendimiento académico deficiente, a no alcanzar sus expectativas o las de los demás.	8, 13, 15, 16, 17, 19, 21, 24, 25, 30, 31, 37, 38, 39	Ausencia de ansiedad: 0 – 49 Ansiedad leve/No afecta el rendimiento: 50-99
		Reacciones Fisiológicas	Se perciben dificultad para respirar, ritmo cardiaco acelerado, sudoración o manos frías, sequedad de la boca, mareos, náuseas, escalofríos, sofocos, sensación de tener un nudo en la garganta.	1, 2, 3, 6, 7, 9, 10, 11, 20, 26, 27, 28, 29, 33, 34	Ansiedad leve/Afecta mínimamente el rendimiento; 100-149
		Situaciones	Percepción del ambiente como incontrolable por su parte, nerviosismo excesivo, temor a los exámenes en público o exposiciones de trabajo, inseguridad al responder, temor a exámenes prácticos de matemática o pruebas de gimnasia.	5, 32, 36, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50	Ansiedad moderada/Afecta su performance:150-199
		Respuestas de Evitación	Es la evitación de situaciones temidas o poner excusas para no rendir el examen; intranquilidad motora; quedarse paralizado, sentir alivio al cancelar el examen.	4, 12, 14, 18, 22, 23, 35	Grave presencia de Ansiedad/Afecta notablemente el rendimiento: 200-250

3.5 Delimitación geográfica y temporal.

La investigación se llevó a cabo en el departamento de Puno, provincia de San Román, distrito de Juliaca, específicamente en la Universidad Peruana Unión – Filial Juliaca en la Facultad de Ingeniería y Arquitectura en la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y en la Facultad de Ciencias de la Salud en la Escuela Profesional de Enfermería. Dicha Institución se encuentra ubicada en la carretera Arequipa Km. 6.0 Chullunquiani, la cual brinda los servicios de enseñanza a nivel universitario, funciona en los turnos de mañana y tarde.

3.6 Población y muestra.

3.6.1 Población:

La población de estudio fueron los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil, perteneciente a la Facultad de Ingeniería y Arquitectura la cual está constituida por 90 estudiantes, y los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería, perteneciente a la Facultad de Ciencias de la Salud, la cual está constituida por 44 estudiantes, de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016.

Tabla 5

Estudiantes del Primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016

Escuela Profesional	N° de estudiantes		Total
Ingeniería Civil	Grupo A	30	90
	Grupo B	30	
	Grupo C	30	
Enfermería	Único Grupo	44	44
Total			134

3.6.2 Muestra:

En la presente investigación se trabajó con el total de la población puesto que esta es accesible, alcanzable y conocida. Hernández, Fernández y Baptista (2006) mencionan que no todos los trabajos de investigación necesitan muestra, es decir, esta se utiliza para ahorrar tiempo y recursos, por lo tanto la población es fácilmente medible en su totalidad.

3.7 Instrumento de recolección de datos.

- **Ansiedad ante los exámenes:**

El instrumento utilizado fue el Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes (CAEX), del autor Luis Valero Aguayo, en el año 1997, creado en el país de Madrid, España; con el objetivo de evaluar la ansiedad ante los exámenes en sus cuatro factores; la preocupación, las respuestas fisiológicas, la evitación y el tipo de examen; la aplicación es de forma Colectiva con una duración aproximada de 30 minutos. Validada en Lima Metropolitana. Este Cuestionario está elaborado específicamente para recoger la variedad de respuestas motoras, verbales, cognitivas o fisiológicas que suelen acompañar estos problemas, junto con la tipología de exámenes más frecuentes.

Consta de 50 ítems descriptivos de esas respuestas o situaciones. De manera global, como cuatro factores de contenido, la escala tendría unos ítems referidos: (1) a las respuestas efectivas de evitación que se dan en los exámenes, (2) las respuestas cognitivas de preocupación antes o durante el examen, (3) las respuestas fisiológicas que efectivamente le ocurren al estudiante en ese momento, y (4) las situaciones o tipos de exámenes más frecuentes. Como escala de valoración se utilizó una doble escala tipo Likert entre 0 y 5 para que el estudiante informase sobre la frecuencia con que esas situaciones le ocurrían a él personalmente (0 nunca me ocurre, 1 muy pocas veces, 2 algunas veces, 3 a menudo suele ocurrirme, 4, muchas veces, 5 siempre me ocurre) y

sobre el grado de ansiedad subjetivo que le producen (0 no siento nada, 1 ligera ansiedad, 2 un poco intranquilo, 3 bastante nervioso, 4 muy nervioso, 5 completamente nervioso).

El instrumento cuenta con una confiabilidad de Alpha de Crombach de 0.92; y una validez de 0,68 según el análisis factorial con rotación varimax, según los resultados alcanzados por Valero en una investigación con estudiantes de Lima Metropolitana. El baremo es el siguiente:

Tabla 6

Descripción de la baremación general del cuestionario de ansiedad ante los exámenes (CAEX)

Nivel	Puntuación
Ausencia de ansiedad.	0 – 49
Ansiedad leve / No afecta el rendimiento.	50 – 99
Ansiedad leve / Afecta mínimamente el rendimiento.	100 – 149
Ansiedad moderada / Afecta su performance.	150 – 199
Grave presencia de ansiedad / Afecta notablemente el rendimiento	200 – 250

Fuente: Ansiedad ante los exámenes (Valero, 1999).

Se analizaron los datos estadísticos con el programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) v20.0 para Windows. La técnica estadística con la que se prueba la hipótesis es la prueba *t* para muestras independientes. Esta técnica implica comparar las medias de dos grupos de casos, es decir, cuando la comparación se realice entre las medias de dos poblaciones independientes (García, González, & Jornet, 2010).

CAPÍTULO IV

Resultados y Discusión

4.1 Presentación de resultados.

Luego de la calificación y tabulación de los resultados obtenidos mediante el cuestionario de Ansiedad ante los exámenes en los estudiantes del Primer Año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca - 2016, se procedió al proceso y análisis de la información recolectada haciendo uso del paquete estadístico SPSS versión 20.0, obteniendo los siguientes resultados.

4.2 En relación a la hipótesis general.

La tabla 7 muestra los niveles ansiedad ante los exámenes que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión. Se evidencia que el 41.1% de los estudiantes de Ingeniería Civil presentan un nivel de ansiedad leve (no afecta el rendimiento), seguido del 37.8% de estudiantes con ausencia de ansiedad, y sólo el 6.7% de los estudiantes presenta un nivel moderado de ansiedad; mientras que en los estudiantes de Enfermería el 61.4% presenta ausencia de ansiedad, seguido del 18.2% que presenta un nivel leve de ansiedad (que no afecta el rendimiento), finalmente el 4.5% de los estudiantes de enfermería presenta un nivel moderado de ansiedad. Ningún estudiante de ambas carreras presenta un nivel grave de ansiedad ante los exámenes.

Tabla 7

Ansiedad ante los exámenes en los estudiantes del Primer Año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca - 2016.

		Escuela Profesional			
		Ingeniería		Total	
		Civil	Enfermería		
Ansiedad ante los exámenes	Ausencia de ansiedad	Recuento	34	27	61
		% dentro de Ansiedad ante los exámenes	55,7%	44,3%	100,0%
		% dentro de Escuela Profesional	37,8%	61,4%	45,5%
	Ansiedad leve/no afecta el rendimiento	Recuento	37	8	45
		% dentro de Ansiedad ante los exámenes	82,2%	17,8%	100,0%
		% dentro de Escuela Profesional	41,1%	18,2%	33,6%
	Ansiedad leve/afecta mínimamente el rendimiento	Recuento	13	7	20
		% dentro de Ansiedad ante los exámenes	65,0%	35,0%	100,0%
		% dentro de Escuela Profesional	14,4%	15,9%	14,9%
	Ansiedad moderada	Recuento	6	2	8
		% dentro de Ansiedad ante los exámenes	75,0%	25,0%	100,0%
		% dentro de Escuela Profesional	6,7%	4,5%	6,0%
Total	Recuento	90	44	134	
	% dentro de Ansiedad ante los exámenes	67,2%	32,8%	100,0%	
	% dentro de Escuela Profesional	100,0%	100,0%	100,0%	

Fuente: Resultado de la escala ansiedad ante los exámenes aplicado a los estudiantes del primer año de Ingeniería civil y Enfermería.

La tabla 8 muestra las estadísticas correspondientes a la ansiedad ante los exámenes de forma general que presentan los estudiantes de Ingeniería Civil y Enfermería, se aprecia que las medias se ubican en el nivel ausencia de ansiedad en los estudiantes de Enfermería (55,25); y en el nivel de ansiedad leve (no afecta el rendimiento) se ubican los estudiantes de Ingeniería Civil (72.09), la desviación estándar es menor en los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería (39.749) frente a los estudiantes de del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil (44,287), indicando que los resultados son más homogéneos en los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil.

Tabla 8

Estadísticos de grupo para la ansiedad ante los exámenes que presentan los estudiantes de la Universidad Peruana Unión

	Escuela Profesional	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Ansiedad total	Ingeniería Civil	90	72,09	39,749	4,190
	Enfermería	44	55,25	44,287	6,677

Los estadísticos de la prueba de hipótesis para medias independientes muestran un valor de significancia de .028, valor que se encuentra por debajo de .05; es decir, que a un nivel de significancia del 5% los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil presentan un mayor nivel de ansiedad ante los exámenes en comparación a los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería (tabla 9).

4.3 En relación a la primera hipótesis específica.

La tabla 10 muestra los niveles de la dimensión de preocupación, que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión. Se evidencia que el 37.8% de los estudiantes de Ingeniería Civil presentan un nivel de preocupación muy baja, seguido del 31.1% presenta un nivel de preocupación bajo, asimismo el 23.3% presenta un nivel de preocupación media, y el 2.2% presenta un nivel muy alto de preocupación; mientras que en los estudiantes de Enfermería el 63.6% presenta un nivel muy bajo de preocupación, seguido del 15.9% que presenta un nivel bajo de preocupación, asimismo el 9.1% presenta un nivel medio de preocupación, finalmente el 2.3% presenta un nivel muy alto de preocupación.

Tabla 10

Nivel de preocupación que presentan los estudiantes del primer año de la escuela profesional de Ingeniería Civil y la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca - 2016

		Escuela Profesional			
		Ingeniería		Total	
		Civil	Enfermería		
Preocupación	Muy baja	Recuento	34	28	62
		% dentro de Preocupación	54,8%	45,2%	100,0%
		% dentro de Escuela Profesional	37,8%	63,6%	46,3%
	Baja	Recuento	28	7	35
		% dentro de Preocupación	80,0%	20,0%	100,0%
		% dentro de Escuela Profesional	31,1%	15,9%	26,1%
	Media	Recuento	21	4	25
		% dentro de Preocupación	84,0%	16,0%	100,0%
		% dentro de Escuela Profesional	23,3%	9,1%	18,7%
	Alta	Recuento	5	4	9
		% dentro de Preocupación	55,6%	44,4%	100,0%
		% dentro de Escuela Profesional	5,6%	9,1%	6,7%
Muy alta	Recuento	2	1	3	
	% dentro de Preocupación	66,7%	33,3%	100,0%	
	% dentro de Escuela Profesional	2,2%	2,3%	2,2%	
Total	Recuento	90	44	134	
	% dentro de Preocupación	67,2%	32,8%	100,0%	
	% dentro de Escuela Profesional	100,0%	100,0%	100,0%	

Fuente: Resultado de la dimensión de preocupación aplicado a los estudiantes del primer año de Ingeniería Civil y Enfermería.

La tabla 11 muestra las estadísticas correspondientes a la dimensión de preocupación que presentan los estudiantes, se aprecia que las medias se ubican en el nivel muy bajo en los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería (17.70) y en el nivel medio en los estudiantes del primer año de la escuela profesional de Ingeniería Civil (22.12), la desviación estándar es menor en los estudiantes de Ingeniería Civil (13.275) frente a los estudiantes de Enfermería (15.824), indicando que los resultados son más homogéneos en los estudiantes de Ingeniería Civil.

Tabla 11

Estadísticos de grupo para preocupación que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería

	Escuela Profesional	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Preocupación	Ingeniería Civil	90	22,12	13,275	1,399
	Enfermería	44	17,70	15,824	2,386

Los estadísticos de la prueba de hipótesis para medias independientes muestran un valor de significancia de .092, valor que se encuentra por encima de .05; es decir, que a un nivel de significancia del 5% no existen diferencias en la dimensión preocupación que presentan los estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería (tabla 12); se aprecia que los estudiantes de la escuela profesional de Ingeniería Civil presenta una media mayor que los estudiantes de la escuela profesional de Enfermería, pero esta no es significativa.

Tabla 12*Prueba de hipótesis de muestras independientes para la preocupación*

		Prueba de Levene de calidad de varianzas		Prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	T	Gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
								Inferior	Superior	
Preocupación	Se asumen varianzas iguales	1.517	.220	1.697	132	.092	4.418	2.604	-0.733	9.569
	No se asumen varianzas iguales			1.597	73.477	.114	4.418	2.766	-1.094	9.929

4.4 En relación a la segunda hipótesis específica.

La tabla 13 muestra los niveles de la dimensión de reacciones fisiológicas, que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión. Se evidencia que el 50.0% de los estudiantes de Ingeniería Civil presentan un nivel muy bajo de reacciones fisiológicas, seguido del 35.6% presenta un nivel bajo de reacciones fisiológicas y solo el 6.7% presenta un nivel alto de reacciones fisiológicas; mientras que en los estudiantes de Enfermería el 72.7% presenta un nivel muy bajo de reacciones fisiológicas, seguido del 11.4% presenta un nivel bajo de reacciones fisiológicas, finalmente el 6.7% presenta un nivel alto de reacciones fisiológicas. Ningún estudiante de ambas carreras presenta un nivel muy alto de reacciones fisiológicas.

Tabla 13

Nivel de reacciones fisiológicas que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016

		Escuela Profesional			
		Ingeniería		Total	
		Civil	Enfermería		
Reacciones Fisiológicas	Muy baja	Recuento	45	32	77
		% dentro de Reacciones Fisiológicas	58.4%	41.6%	100.0%
		% dentro de Escuela Profesional	50.0%	72.7%	57.5%
	Baja	Recuento	32	5	37
		% dentro de Reacciones Fisiológicas	86.5%	13.5%	100.0%
		% dentro de Escuela Profesional	35.6%	11.4%	27.6%
	Media	Recuento	7	5	12
		% dentro de Reacciones Fisiológicas	58.3%	41.7%	100.0%
		% dentro de Escuela Profesional	7.8%	11.4%	9.0%
	Alta	Recuento	6	2	8
		% dentro de Reacciones Fisiológicas	75.0%	25.0%	100.0%
		% dentro de Escuela Profesional	6.7%	4.5%	6.0%
Total	Recuento	90	44	134	
	% dentro de Reacciones Fisiológicas	67.2%	32.8%	100.0%	
	% dentro de Escuela Profesional	100.0%	100.0%	100.0%	

Fuente: Resultado de la dimensión de reacciones fisiológicas aplicado a los estudiantes del primer año de Ingeniería Civil y Enfermería.

La tabla 14 muestra las estadísticas correspondientes a reacciones fisiológicas que presentan los estudiantes, se aprecia que las medias se ubican en el nivel medio en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería (13.55); y en el nivel bajo los estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil (17.47), la desviación estándar es menor en los estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil (12.243) frente a los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería (13.395), indicando que los resultados son más homogéneos en los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil.

Tabla 14

Estadísticos de grupo para las reacciones fisiológicas que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería

	Escuela Profesional	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Reacciones fisiológicas	Ingeniería Civil	90	17.47	12.243	1.291
	Enfermería	44	13.55	13.395	2.019

Los estadísticos de la prueba de hipótesis para medias independientes muestran un valor de significancia de .094, valor que se encuentra por encima de .05; es decir, que a un nivel de significancia del 5% no existen diferencias en las reacciones fisiológicas que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y Escuela Profesional de Enfermería (tabla 15); se aprecia que los estudiantes de Ingeniería Civil presenta una media mayor que los estudiantes de Enfermería, pero esta diferencia no es significativa.

Tabla 15*Prueba de hipótesis de muestras independientes para las reacciones fisiológicas*

		Prueba de Levene de calidad de varianzas		Prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	Gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
								Inferior	Superior	
Reacciones fisiológicas	Se asumen varianzas iguales	.191	.663	1.688	132	.094	3.921	2.323	-.674	8.517
	No se asumen varianzas iguales			1.636	78.937	.106	3.921	2.396	-.849	8.691

4.5 En relación a la tercera hipótesis específica.

La tabla 16 muestra los niveles de la dimensión de situación que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión. Se evidencia que el 46.7% presenta un nivel de situación baja, seguido del 24.4% presenta un nivel de situación muy baja, y solo el 7.8% presenta un nivel de situación alta; mientras que en los estudiantes de Enfermería el 50.0% presenta un nivel de situación muy baja, seguido del 36.4% presenta un nivel de situación baja, finalmente el 6.8% presenta un nivel de situación alta. Ningún estudiante de ambas carreras presenta un nivel de situación muy alto.

Tabla 16

Nivel de situación que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016

		Escuela Profesional			
		Ingeniería Civil	Enfermería	Total	
Situación	Muy baja	Recuento	22	22	44
		% dentro de Situación	50.0%	50.0%	100.0%
		% dentro de Escuela Profesional	24.4%	50.0%	32.8%
	Baja	Recuento	42	16	58
		% dentro de Situación	72.4%	27.6%	100.0%
		% dentro de Escuela Profesional	46.7%	36.4%	43.3%
	Media	Recuento	19	3	22
		% dentro de Situación	86.4%	13.6%	100.0%
		% dentro de Escuela Profesional	21.1%	6.8%	16.4%
	Alta	Recuento	7	3	10
		% dentro de Situación	70.0%	30.0%	100.0%
		% dentro de Escuela Profesional	7.8%	6.8%	7.5%
Total	Recuento	90	44	134	
	% dentro de Situación	67.2%	32.8%	100.0%	
	% dentro de Escuela Profesional	100.0%	100.0%	100.0%	

Fuente: Resultado de la dimensión de situación aplicado a los estudiantes del primer año de Ingeniería Civil y Enfermería.

La tabla 17 muestra las estadísticas correspondientes a la satisfacción que presentan los estudiantes, se aprecia que las medias se ubican en el nivel muy bajo en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería (16.98); y en el nivel medio los estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil (22.87), la desviación estándar es menor en los estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil (12.229) frente a los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería (13.036), indicando que los resultados son más homogéneos en los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil.

Tabla 17

Estadísticos de grupo para situación que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería

	Escuela Profesional	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Situación	Ingeniería Civil	90	22.87	12.229	1.289
	Enfermería	44	16.98	13.036	1.965

Los estadísticos de la prueba de hipótesis para medias independientes muestran un valor de significancia de .012, valor que se encuentra por debajo de .05; es decir, que a un nivel de significancia del 5% los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil presentan un mayor nivel de situación en comparación a los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería (tabla 18).

Tabla 18*Prueba de hipótesis de muestras independientes para situación*

		Prueba de Levene de calidad de varianzas		Prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	T	Gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
								Inferior	Superior	
Situación	Se asumen varianzas iguales	.002	.968	2.562	132	.012	5.889	2.299	1.342	10.437
	No se asumen varianzas iguales			2.506	80.742	.014	5.889	2.350	1.213	10.566

4.6 En relación a la cuarta hipótesis específica.

La tabla 19 muestra los niveles de la dimensión de respuestas evitación que presentan que los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión. Se evidencia que el 54.4% de los estudiantes de Ingeniería Civil presenta un nivel muy bajo en las respuestas de evitación, seguido del 35.6% presenta un nivel bajo en las respuestas de evitación, y solo el 1.1% presenta un nivel alto en las respuestas de evitación; mientras que en los estudiantes de Enfermería el 75.0% presenta un nivel muy bajo en las respuestas de evitación, seguido del 20.5% presenta un nivel bajo en las respuestas de evitación, finalmente el 2.3% presenta un nivel alto en las respuestas de evitación. Ningún estudiante de ambas carreras presenta un nivel muy alto en las respuestas de evitación

Tabla 19

Nivel de respuestas de evitación que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016

		Escuela Profesional			
		Ingeniería			
		Civil	Enfermería	Total	
Respuestas de evitación	Muy baja	Recuento	49	33	82
		% dentro de Respuestas de evitación	59.8%	40.2%	100.0%
		% dentro de Escuela Profesional	54.4%	75.0%	61.2%
		Baja	Recuento	32	9
	% dentro de Respuestas de evitación	78.0%	22.0%	100.0%	
	% dentro de Escuela Profesional	35.6%	20.5%	30.6%	
	Media	Recuento	8	1	9
		% dentro de Respuestas de evitación	88.9%	11.1%	100.0%
		% dentro de Escuela Profesional	8.9%	2.3%	6.7%
		Alta	Recuento	1	1
	% dentro de Respuestas de evitación		50.0%	50.0%	100.0%
	% dentro de Escuela Profesional		1.1%	2.3%	1.5%
Total	Recuento		90	44	134
	% dentro de Respuestas de evitación	67.2%	32.8%	100.0%	
	% dentro de Escuela Profesional	100.0%	100.0%	100.0%	

Fuente: Resultado de la dimensión de respuestas de evitación aplicado a los estudiantes del primer año de Ingeniería Civil y Enfermería.

La tabla 20 muestra las estadísticas correspondientes a las respuestas de evitación que presentan los estudiantes, se aprecia que las medias se ubican en el nivel alto en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería (4.98); y en el nivel medio los estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil (7.03), la desviación estándar es menor en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería (4.401) frente a los estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil (4.667), indicando que los resultados son más homogéneos en los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil.

Tabla 20

Estadísticos de grupo para las respuestas de evitación que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería

	Escuela Profesional	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Respuestas de evitación	Ingeniería Civil	90	7.03	4.667	.492
	Enfermería	44	4.98	4.401	.664

Los estadísticos de la prueba de hipótesis para medias independientes muestran un valor de significancia de .016, valor que se encuentra por debajo de .05; es decir, que a un nivel de significancia del 5% los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil presentan un mayor nivel de respuestas de evitación en comparación a los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería (tabla 21).

Tabla 21*Prueba de hipótesis de muestras independientes para las respuestas de evitación*

		Prueba de Levene de calidad de varianzas		Prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	Gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
								Inferior	Superior	
Respuestas de evitación	Se asumen varianzas iguales	1.169	.282	2.439	132	.016	2.056	.843	.389	3.724
	No se asumen varianzas iguales			2.489	90.120	.015	2.056	.826	.415	3.697

4.7 Discusión.

Los resultados expuestos reflejan el panorama actual de la situación de ansiedad ante los exámenes en los estudiantes universitarios, se evidencia que existen diferencias en los niveles de ansiedad ante los exámenes entre los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería, se aprecia que el 37.8% de los estudiantes de Ingeniería Civil presentan ausencia de ansiedad ante un 61.4% de estudiantes de enfermería, además se aprecia que existe un mayor porcentaje de estudiantes de Ingeniería Civil que presentan un nivel de ansiedad moderada, es decir que los estudiantes experimentan miedo en situaciones de evaluación, experimentan manifestaciones a nivel emocional, fisiológico y motor. La tabla 9 indica que las diferencias entre estas dos escuelas profesionales son significativas.

Resultados reportados por Collado (2014) indican que si existen diferencias significativas en el nivel de ansiedad que presentan los estudiantes de Ingeniería Civil de una institución educativa superior universitaria particular y estatal, presentando mayores niveles de ansiedad los estudiantes universitarios de una institución estatal; así mismo menciona que al observar las variaciones de los puntajes correspondientes a la ansiedad en las instituciones estatales, estas son mayores debido a la presión excesiva de su entorno que podrían conducir al fracaso académico o, a problemas de salud, mientras que en las instituciones particulares resulta favorable manejar el estrés y la ansiedad mediante un estilo de vida saludable. Estos resultados guardan relación con los reportados en la presente investigación, porque la Universidad Peruana Unión presenta un programa de Tutoría Universitaria y un departamento de Bienestar Universitario cuyos objetivos involucran el desarrollo integral del estudiante promoviendo un estilo de vida saludable.

Montaña (2011) menciona que los estudiantes de los primeros años tienden a experimentar mayor ansiedad ante los exámenes en relación a los estudiantes de los últimos

años porque éstos presentan mayores estrategias de afrontamiento y los estudiantes de los primeros años presentaban mayores niveles de falta de confianza y mayores niveles de preocupación; en la presente investigación la mayoría de los estudiantes presentan ausencia de ansiedad y ansiedad leve, esta realidad podría ser explicada por los servicios de Tutoría y Bienestar Universitario que el estudiante recibe de manera sistemática en los primeros años de su formación.

Los resultados presentados evidencian que no existen diferencias significativas en el nivel de ansiedad ante los exámenes en las dimensiones de preocupación (entendido como la dificultad para concentrarse y pensar; pensamientos negativos relativos al rendimiento académico deficiente, a no alcanzar sus expectativas o las de los demás) y reacciones fisiológicas (entendida como dificultad para respirar, ritmo cardíaco acelerado, sudoración o manos frías, sequedad de la boca, mareos, náuseas, escalofríos, sofocos, sensación de tener un nudo en la garganta), es decir que los estudiantes de Ingeniería Civil experimentan entre las mismas sensaciones que los estudiantes de Enfermería, estos resultados guardan relación con los reportados por Collado (2014) y Singh y Jha (2013) quienes mencionan que las carreras de Medicina que pertenece a la Facultad de Salud como la de Enfermería y las carreras de Ingeniería tienden a ser muy exigentes y muy extensas.

En relación a las dimensiones de situaciones de ansiedad y respuestas de evitación, se aprecia que los estudiantes de la carrera de Ingeniería Civil presentan mayores niveles de ansiedad en comparación a los estudiantes de la carrera de enfermería, es decir que los estudiantes de Ingeniería presentan mayores niveles de nerviosismo excesivo, temor a los exámenes en público o exposiciones de trabajo, inseguridad al responder, temor a exámenes prácticos de matemática, situaciones de excusas para no rendir el examen, sentir alivio al cancelar un examen en comparación a los estudiantes de Enfermería, reportes de Sanchez y Castañeiras (2010) mencionan que las mujeres presentan mayores niveles de ansiedad en

comparación a los varones en una población de estudiantes argentinos, pero al mismo tiempo menciona que los niveles de preocupación, tensión y activación fisiológica que el estudiante experimente ante la inminencia del examen estarán relacionados con la confianza que sienta acerca de sus conocimientos previos, así mismo se observa que los estudiantes de Enfermería comienzan a realizar sus prácticas desde el segundo semestre académico (primer año) en las diferentes instituciones de salud, generando en ellas responsabilidad en sus acciones desde el primer año de estudios, explicando las diferencias encontradas en estas dos dimensiones de ansiedad.

CAPÍTULO V

Conclusiones y Recomendaciones

5.1 Conclusiones.

El presente trabajo de investigación descriptiva comparativo, se realizó tomando como población a los estudiantes de primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca, llegando a las siguientes conclusiones.

Primero: A un nivel de significancia del 5% los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil presentan mayor nivel de ansiedad ante los exámenes en comparación a los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016. ($\text{sig}=.028$). Por lo tanto, se acepta la hipótesis planteada.

Segundo: A un nivel de significancia del 5% no existen diferencias en el nivel de preocupación que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016. ($\text{sig}=.092$). Por lo tanto, se rechaza la hipótesis planteada.

Tercero: A un nivel de significancia del 5% no existen diferencias en el nivel de reacciones fisiológicas que presentan los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería de

la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016. (sig=.094). Por lo tanto se rechaza la hipótesis planteada.

Cuarto: A un nivel de significancia del 5% los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil presentan mayor nivel de situación en comparación a los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016. (sig=.012). Por lo tanto, se acepta la hipótesis planteada.

Quinto: A un nivel de significancia del 5% los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil presentan mayor nivel de respuestas de evitación en comparación a los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016. (sig=.016). Por lo tanto, se acepta la hipótesis planteada.

5.2 Recomendaciones.

En base a la discusión de los resultados y obtención de conclusiones se recomienda.

Primero: El programa de tutoría debe de seguir desarrollando programas de prevención para el control de ansiedad ante los exámenes e inculcar hábitos de estudios.

Segundo: Los estudiantes deben realizar una planificación del tiempo y elaborar un horario semestral con los días de exámenes, teniendo en cuenta la preparación y revisión del material de estudio para que luego no se preocupen en dar un buen examen; y asimismo no tengan excusas para evitar los exámenes.

Tercero: En los programas de tutoría universitaria de cada facultad deben enseñarles a utilizar las técnicas de relajación, seguidamente a pensar en cosas positivas y asimismo orientarles a que tengan una alimentación sana y equilibrada.

Cuarto: Orientar a los estudiantes que se auto-proyecten seguridad y confianza para dar un buen examen, y asimismo optimicen a tener un buen rendimiento académico.

Referencias

- Alegre, A. (2013). Ansiedad ante los exámenes y estrategias de aprendizaje en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. *Revista de Psicología y Educación de la USIL Vol 1, N°1. Primer semestre*, 107 - 130. Recuperado de <http://investigacion.usil.edu.pe/ojs/index.php?journal=pyr&page=article&op=view&path%5B%5D=5&path%5B%5D=5>
- Álvarez, J., Aguilar, J. y 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(26), 333-354. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/2931/293123551017.pdf>
- American Psychiatric Association. (2014). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales - DSM-5*. Buenos Aires - Bogotá - Caracas - Madrid - México - Porto Alegre: Medica Panamericana.
- Asghari, A. (2012). Test Anxiety and its related concepts: a brief review. *Education, Science and Psychology*, 22(3), 3 - 8. Recuperado de <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC118044.pdf>
- Barlow, D. (2003). *Psicopatología*. Madrid: Ed. Thomson.
- Bausela, H. (2005). Ansiedad ante los exámenes: evaluación e intervención. *Revista Educere, Artículos arbitrados*, 9(31), SSN: 1316 - 4910. Recuperado de http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-49102005000400017
- Bautista, R. (2012). *Ansiedad en estudiantes universitarios antes del periodo de exámenes*. México: Universidad del Valle de Mexico, Campus de Tlalpan. Recuperado de http://www.tlalpan.uvmnet.edu/oiid/download/Ansiedad%20universitarios_04_CS_O_PSIC_PICSJ_E.pdf.
- Bertoglia, L. (2005). La ansiedad y su relacion con el aprendizaje. *Psicoperspectivas*, 4, 13 - 18. Recueprado de <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC118044.pdf>
- Cedeño, E., Moreno, J., Marin, S., Mejia, T., González, D. y Cacho, K. (2013). *Ansiedad ante los Exámenes en los estudiantes de la carrera de Arquitectura*. Estudio Descriptivo, Universidad Nacional Autónoma de Honduras. Recuperado de <https://es.scribd.com/doc/141999233/Ansiedad-Ante-Los-Examenes-en-Los-Estudiantes-de-Arquitectura-de-La-UNAH>
- Charaja, C., y Francisco. (2004). *Investigación Ciebtfica*. Perú: ed. Nuevo Mundo.
- Ching, P. (2015). *Clima Social Familiar y Ansiedad en Estudiantes de Psicología de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote - Tumbes, I Semestres 2015*. Chimbote, Tumbes. Recuperado de

<http://erp.uladech.edu.pe/archivos/03/03012/documentos/repositorio/2015/21/23/083831/20150714070044.pdf>

- Collado, L. (2014). *Comparacion de los niveles de ansiedad en estudiantes de las carreras profesionales de Derecho, Ingenieria, Medicina Humana y Psicología de intituciones particulares y estatales de Lima Metropolitana.* (Tesis de Licenciatura). Universidad Ricardo Palma, Perú. Recuperado de <http://cybertesis.urp.edu.pe/browse?type=author&order=ASC&rpp=20&value=Collado+Osorio%2C+Lizbeth+Pamela>
- Cori, P. (2011). *Nivel de ansiedad ante los exámenes que presentan los estudiantes del sexto grado de Educación Primaria de la I. E. P. N° 70541 "Virgen de Fátima" de la ciudad de Juliaca - 2011.* (Tesis de Licenciatura). Universidad Peruana Unión Filiacal - Juliaca.
- Décima Revisión de la Clasificación Internacional de las Enfermedades (CIE 10). (1992). *Trastornos Mentales y del Comportamiento.* Madrid: Meditor.
- Diario Correo. (10 de Octubre de 2015). Conoce los trastornos mentales más frecuentes en el Perú. *Correo.* Recuperado de <http://diariocorreo.pe/miscelanea/los-trastornos-mentales-mas-frecuentes-en-peru-624338/>
- Diaz, F., & Hernández, G. (1999). *Estrategias docentes para un aprendizaje significativo.* Colombia: Editorial Mc Graw Hill.
- Díaz, S. (2014). *Ansiedad ante los Exámenes y Estilos de Aprendizaje en estudiantes de Medicina de una Universidad Particular.* (Tesis de Licenciatura). Univeridad Católica Santo Torinio de Mogrovejo, Chiclayo - Perú. Recuperado de http://tesis.usat.edu.pe/jspui/bitstream/123456789/330/1/TL_D%C3%ADaz_Ze%C3%B1a_Sandra.pdf
- Diociaiuti, M. (2015). *Ansiedad ante exámenes finales en estudiantes universitarios de primer año en la Licenciatura en Psicología de la Universidad Abierta Interamericana.* (Tesis de Licenciatura). Universidad Abierta Interamericana, Argentina. Recuperado de <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC118044.pdf>
- Flamini, A., Barbeito, G., y González, V. (2010). *Ansiedad ante Exámenes en Estudiantes de Veterinaria: Un Estudio Exploratorio.* Estudio Exploratorio, Universidad Nacional de La Plata, La Plata - Argentina. Recuperado de http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/22084/Documento_completo.pdf?sequence=1
- García, R., González, J., y Jornet, J. (2010). *SPSS: Pruba T.* Recuperado de http://www.uv.es/innomide/spss/SPSS/SPSS_0701b.pdf
- Grajales, T. (2000). *Tipos de Investigacion.* Recuperado de <http://tgrajales.net/investipos>

- Grandis, A. (2009). *Evaluación de la Ansiedad Frente a los Exámenes Universitarios*. (Tesis de Doctorado), Córdoba. Recuperado de http://lildbi.fcm.unc.edu.ar/lildbi/tesis/grandis_amanda_mercedes.pdf
- Heredia, S., y Piemontesi, D. (2011). Relaciones entre la ansiedad frente a los exámenes, estrategias de afrontamiento, autoeficacia para el aprendizaje autorregulado y rendimiento académico. *Revista Tesis, Vol. 1*(N° 1), 74 - 86. Recuperado de <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/tesis/article/view/4118/3940>
- Hernández, G. (2005). Ansiedad y trastornos de ansiedad. *Departamento de Psiquiatría y Salud Mental Sur*, 1 - 12. Recuperado de https://www.google.com.pe/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwi51IGP4oLPAhUFpB4KHRsPAWUQFggcMAA&url=https%3A%2F%2Fwww.u-cursos.cl%2Fmedicina%2F2009%2F1%2FMPSIQUI5%2F2%2Fmaterial_docente%2Fbajar%3Fid_material%3D207749&usq=AFQ
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, L. (2006). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw - Hill Interamericana.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. México: Mc Graw Hill.
- Huffman, K. (2008). Psicología en acción. En K. Huffman, *Psicología en acción* (pág. 507). Mexico: Limusa S.A. and John Wiley & Sons (HK), Ltd.
- Ladouceur, R., Bélanger, L., y Léger, É. (2009). *Deje de sufrir por todo y por nada*. Madrid: Ediciones Pirámide (Grupo Anaya, S. A.).
- Lazarus, S., y Folkman, S. (1984). *Éstres y procesos cognitivos*. Barcelona, España: Martinez Roca.
- Melgosa, J. (2010). *Salud mental y emocional*. Argentina: Casa Editora Sudamericana.
- Ministerio de Salud. (2014). *Boletín de la unidad de investigación epidemiológica y análisis situacional de servicios de salud (asis) / oficina de epidemiología / insn*. Breña, Lima- Perú: INSN. Recuperado de <http://www.insn.gob.pe/sites/default/files/Boletin%20Sala%20Situacional%20DICIEMBRE%202014.pdf>
- Montaña, A. (2011). *Ansiedad en Situación de Examen y Estrategias de Afrontamiento en Alumnos Universitarios de 1° y 5°*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Abierta Interamericana, Argentina. Recuperado de <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC104092.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (13 de Abril de 2016). *La inversión en el tratamiento de la depresión y la ansiedad tiene un rendimiento del 400%*. Recuperado de

<http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2016/depression-anxiety-treatment/es/>

- Papalia, E. (2005). *Psicología del desarrollo de la infancia a la adolescencia*. México: Ed. McGraw-Hill.
- Piemontesi, S., Heredia, D., y Furlan, L. (2012). Propiedades psicométricas de la versión en español revisada del Inventario Alemán de Ansiedad ante Exámenes (GTAI-AR) en universitarios argentinos. *Universitas Psychologica*, 11(1), 177 - 186. Recuperado de <http://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/viewFile/780/1557>
- Reina Valera. (1960). *Biblia* .
- Sánchez, J. (Octubre de 2013). *Manul de Psicoeducación para el manejo de la ansiedad en el Instituto Universitario Jesús Obrero, Ubicado en el Municipio Iribarren, Estado Lara*. Recuperado de <http://es.slideshare.net/JanethSanchez/presentacion-tesis-de-grado-janeth-sanchez>
- Sanchez, M., y Castañeiras, E. (2010). *Ansiedad ante Exámenes en Estudiantes Universitarios*. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires - Argentina. Recuperado de <https://www.aacademica.org/000-031/963.pdf>
- Sarudiansky, M. (2012). *Neurosis y ansiedad: antecedentes conceptuales de una categoría actual*. Recuperado de www.aacademica.org/000-072/63.pdf
- Sierra, J., Ortega, V., y Zubeidad, L. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Rev. Mal-Estar e Subjetividad Fortaleza*, Vol. III- N° 1 - 10-59. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/malestar/v3n1/02.pdf>
- Singh, I., y Jha, A. (2013). Anxiety, Optimism and Academic Achievement among Students of Private Medical and Engineering Colleges: A Comparative Study. *Journal of Managerial Psychology*, 222 - 233. Recuperado de <http://search.proquest.com/docview/1439823989?accountid=45097>
- Stöber, J., y Pekrun, R. (2004). Advances in test anxiety research (Editorial). *Anxiety, Stress, & Coping*, 17(3), 205 - 211. Recuperado de https://kar.kent.ac.uk/4483/1/Stoeber_advances_test_anxiety_research.pdf
- Valero, A. L. (1999). *Evaluación de ansiedad ante Exámenes: datos de aplicación y fiabilidad de un Cuestionario CAEX*. *Anales de Psicología*, 15, 2, 223 - 231. Recuperado de http://www.um.es/analesps/v15/v15_2pdf/08v97_10caex.PDF
- Vallejos, S. (2015). *Procrastinación académica y ansiedad frente a los evaluaciones en estudiantes universitario*. (Tesis de Licenciatura) , Pontificie Universidad Católica del Perú, Lima - Perú. Recuperado de http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/6029/VALLEJOS_PALOMINO_SILVIA_PROCRASTINACION_ACADEMICA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

White, E. (1989). *Mente, carácter y personalidad 1° edición*. (R. A. Itin, Trad.) Argentina, Buenos Aires, Argentina: Casa Editora Sudamericana.

White, E. (1990). *Mente, carácter y personalidad Tomo 2*. (G. Clouzet, Trad.) Argentina, Buenos Aires, Argentina: Casa Editora Sudamericana.

ANEXOS

Ficha Técnica

Nombre: Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes (CAEX)

Autor: Luis Valero Aguayo.

Año: 1997.

Creado: Madrid, España

Objetivo: Evaluar la ansiedad ante los exámenes en sus cuatro factores; la preocupación, las respuestas fisiológicas, la evitación y el tipo de examen.

Aplicación: Individual y colectiva.

Duración: Aproximada de 30 minutos.

Validad en Lima (1999).

Descripción: Este cuestionario está elaborado específicamente para recoger la variedad de respuestas motoras, verbales, cognitivas o fisiológicas que suelen acompañar estos problemas, junto con la tipología de exámenes más frecuentes.

Consta de 50 ítems descriptivos de esas respuestas o situaciones. De manera global, como cuatro factores de contenido, la escala tendría unos ítems referidos a:

1. Respuestas efectivas de evitación que se dan en los exámenes.
2. Las respuestas cognitivas de preocupación antes o durante el examen.
3. Las respuestas fisiológicas que efectivamente le ocurren al estudiante en ese momento.
4. Las situaciones o tipos de exámenes más frecuentes.

Como escala de valoración se utilizó una doble escala tipo Likert entre 0 y 5 para que el estudiante indique sobre la frecuencia con que esas situaciones le ocurrían a él personalmente: (0 nunca me ocurre, 1 muy pocas veces, 2 algunas veces, 3 a menudo suele ocurrirme, 4, muchas veces, 5 siempre me ocurre) y sobre el grado de ansiedad subjetivo que le producen (0 no siento nada, 1 ligera ansiedad, 2 un poco intranquilo, 3 bastante nervioso, 4 muy nervioso, 5 completamente nervioso).

El instrumento cuenta con una confiabilidad de Alpha de Crombach de 0.92; y una validez de 0,68 según el análisis factorial con rotación varimax, según los resultados alcanzados por Valero en una investigación con estudiantes de Lima. El baremo es el siguiente:

Tabla N°1 Baremación de ansiedad ante los exámenes

Nivel	Puntuación
Ausencia de ansiedad.	0 – 49
Ansiedad leve / No afecta el rendimiento.	50 – 99
Ansiedad leve / Afecta mínimamente el rendimiento.	100 – 149
Ansiedad moderada / Afecta su performance.	150 – 199
Grave presencia de ansiedad / Afecta notablemente el rendimiento	200 – 250

Así mismo para corroborar la confiabilidad del instrumento, se empleó el coeficiente de confiabilidad Alpha de Cronbach.

En la tabla N° 2 se muestra la confiabilidad del cuestionario Ansiedad ante los exámenes, dónde refleja la validez del instrumento utilizado en la presente investigación para dicho resultado se tuvo en cuenta el Alpha de Cronbach.

Tabla N° 2

Nivel de confiabilidad del cuestionario: Ansiedad ante los exámenes

Confiabilidad del Instrumento		Ansiedad ante los exámenes	
		N	%
Casos	Válidos	142	100,0
	Excluidos ^a	0	,0
	Total	142	100,0
	N°	10	100.0
Estadístico de fiabilidad Alpha de Cronbach		0.966	

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

El coeficiente Alpha de Cronbach es de 0.966, lo cual nos permite indicar que el instrumento empleado para medir la ansiedad ante los exámenes tiene un alto nivel de confiabilidad. Asimismo, se determinó la validez estadística de cada ítem por el mismo procedimiento de Alpha de Cronbach aplicando el comando “si se elimina el elemento”.

Tabla N° 3

Índice de discriminación del Cuestionario de Ansiedad ante los exámenes

Estadísticos total-elemento			
Ítem	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
1.	64,00	1635,940	,966
2.	64,72	1643,513	,966
3.	64,33	1603,936	,965
4.	64,56	1643,707	,967
5.	64,04	1627,472	,966
6.	64,04	1617,435	,966
7.	64,76	1610,664	,965

Continuación de la tabla N°3

8.	63,36	1589,089	,965
9.	63,70	1605,850	,965
10.	64,47	1614,582	,966
11.	64,45	1605,603	,965
12.	64,79	1630,723	,966
13.	64,34	1618,212	,966
14.	64,31	1621,176	,966
15.	64,02	1611,481	,966
16.	63,69	1599,086	,965
17.	63,93	1601,026	,965
18.	65,41	1676,484	,967
19.	64,16	1600,524	,966
20.	64,72	1616,698	,966
21.	63,61	1590,224	,965
22.	65,11	1649,017	,966
23.	63,49	1636,342	,966
24.	64,02	1606,609	,966
25.	64,20	1602,794	,965
26.	64,47	1626,086	,966
27.	64,54	1608,836	,965
28.	64,83	1611,316	,965
29.	64,82	1619,141	,966
30.	64,25	1598,713	,965
31.	64,10	1590,200	,965
32.	64,65	1603,869	,965
33.	64,64	1628,382	,966
34.	64,61	1607,969	,965
35.	64,84	1635,612	,966
36.	64,46	1618,581	,966
37.	63,99	1584,466	,965
38.	64,14	1587,431	,965
39.	63,83	1585,797	,965
40.	63,93	1602,574	,966
41.	63,63	1607,151	,966
42.	63,79	1628,227	,966
43.	64,37	1617,241	,966
44.	64,13	1608,027	,966
45.	63,99	1608,406	,966
46.	63,74	1598,646	,965
47.	64,01	1628,331	,966
48.	63,90	1629,192	,966
49.	63,99	1612,105	,966
50.	64,17	1618,384	,966

Consentimiento Informado

Hola, nuestros nombres son Ruth Margot Alí Escobedo y Oshin Nielsen Chambi Paredes, somos investigadoras bachilleres en Psicología. A continuación te presentamos el Cuestionario de Ansiedad ante los Exámenes que tiene como propósito medir el nivel de ansiedad que presentan a los distintos tipos de examen. Dicha información nos ayudara a determinar las diferencias que existen en el nivel de ansiedad entre los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca.

Su participación es totalmente voluntaria y no será obligatoria llenar dicha encuesta si es que no lo desea. Si decide participar en este estudio, por favor responda el cuestionario, puede dejar de llenar el cuestionario en cualquier momento, si así lo decide.

Cualquier duda o consulta que usted tenga posteriormente puede escribirme a ruthaliescobedo.92@gmail.com / oshin.chambi.paredes@gmail.com

He leído los párrafos anteriores y reconozco que al llenar y entregar este cuestionario estoy dando mi consentimiento para participar en este estudio

Muchas gracias por su apoyo

Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes (CAEX)

L. Valero (1997)

Escuela: _____ **Edad:** _____ **Fecha:** _____

INSTRUCCIONES: En cada uno de los ítems o situaciones que se describen señale con una puntuación de 0 a 5 el grado de ansiedad o malestar que siente en esas situaciones.

Utilice para ello los siguientes criterios:

- **No siento nada/ nunca me ocurre** (0)
- **Casi nervioso/ muy pocas veces me ocurre** (1)
- **Un poco nervioso/ algunas veces me ocurre** (2)
- **Algo nervioso/ a menudo me ocurre** (3)
- **Muy nervioso/ muchas veces me ocurre** (4)
- **Totalmente nervioso/ siempre me ocurre** (5)

Nº	Ítems	0	1	2	3	4	5
1	En los exámenes me sudan las manos.	0	1	2	3	4	5
2	Cuando llevo un rato haciendo el examen siento molestias en el estómago y necesidad de ir al baño.	0	1	2	3	4	5
3	Al comenzar a leer el examen se me nubla la vista no entiendo lo que leo.	0	1	2	3	4	5
4	Si llego cinco minutos tarde a un examen ya no entro al salón de clases.	0	1	2	3	4	5
5	El ambiente donde se realiza un examen (p.j. salón con demasiado ruido, calor, frío, sol, etc.) aumenta mi nerviosismo.	0	1	2	3	4	5
6	Cuando termino el examen me duele la cabeza.	0	1	2	3	4	5
7	Cuando llevo un rato haciendo el examen, siento que me falta el aire, mucho calor y sensación de que me voy a desmayar debido a mi nerviosismo.	0	1	2	3	4	5
8	Me siento nervioso si el profesor se para junto a mí y ya no puedo seguir contestando el examen.	0	1	2	3	4	5
9	Me pongo nervioso al ver al profesor con los exámenes antes de entrar al salón de clases.	0	1	2	3	4	5
10	En el examen siento rígidas las manos y los brazos al estar muy nervioso (a).	0	1	2	3	4	5
11	Antes de entrar al examen siento un "nudo" en el estómago, que desaparece al comenzarla a escribir para responder a las preguntas.	0	1	2	3	4	5
12	Al comenzar el examen, al nada más leer o escuchar las preguntas siento ganas de salirme y entregarlo en blanco o simplemente lo entrego en blanco.	0	1	2	3	4	5

13	Después del examen lloro con facilidad, al pensar lo mal que lo he hecho aunque no sepa el resultado.	0	1	2	3	4	5
14	Suelo tener dudas de querer presentarme al examen.	0	1	2	3	4	5
15	Mientras estoy realizando el examen, pienso que lo estoy haciendo muy mal.	0	1	2	3	4	5
16	Me siento nervioso si los demás comienzan a entregar antes que yo el examen.	0	1	2	3	4	5
17	Pienso que el profesor me está observando constantemente y me pongo muy nervioso (a).	0	1	2	3	4	5
18	Siento grandes deseos de fumar durante, antes o después del examen.	0	1	2	3	4	5
19	Suelo morderme las uñas o el bolígrafo durante los exámenes.	0	1	2	3	4	5
20	Tengo grandes ganas de ir al baño durante el examen.	0	1	2	3	4	5
21	No puedo quedarme quieto mientras hago el examen (muevo los pies, el bolígrafo, miro alrededor, miro la hora, etc.).	0	1	2	3	4	5
22	Me pongo enfermo y doy excusas para no hacer un examen.	0	1	2	3	4	5
23	Para mí es una tranquilidad o alivio cuando, por cualquier razón, se aplaza un examen.	0	1	2	3	4	5
24	Pienso que no voy a poder aprobar el examen, aunque haya estudiado.	0	1	2	3	4	5
25	Antes de hacer el examen pienso que no me acuerdo de nada y voy a suspenderlo.	0	1	2	3	4	5
26	No logro dormirme la noche anterior al examen debido a mi nerviosismo.	0	1	2	3	4	5
27	Me pone nervioso que el examen sea con mucha gente alrededor.	0	1	2	3	4	5
28	He sentido mareos y nauseas en un examen.	0	1	2	3	4	5
29	Momentos antes de hacer el examen tengo la boca seca y me cuesta tragar.	0	1	2	3	4	5
30	Si me siento en las primeras filas aumenta mi nerviosismo.	0	1	2	3	4	5
31	Si el examen tiene un tiempo fijo para realizarse, aumenta mi nerviosismo y lo hago peor.	0	1	2	3	4	5
32	Me siento nervioso en los salones muy grandes.	0	1	2	3	4	5
33	Cuando estoy haciendo un examen el corazón me late muy deprisa.	0	1	2	3	4	5
34	Al entrar en la sala donde se va a realizar el examen me tiemblan las piernas.	0	1	2	3	4	5
35	Me siento nervioso en las clases demasiado pequeñas.	0	1	2	3	4	5
36	Los grupos comentando el examen antes de que éste dé comienzo, me ponen nervioso.	0	1	2	3	4	5
37	Al salir, tengo la sensación de haber hecho muy mal el examen.	0	1	2	3	4	5
38	Pienso que me voy a poner nervioso y se me va a olvidar todo.	0	1	2	3	4	5

39	Tardó mucho en decidirme por contestar la mayoría de las preguntas, o en entregar el examen.	0	1	2	3	4	5
40	Un examen de entrevista personal con el director (a).	0	1	2	3	4	5
41	Un examen oral en público.	0	1	2	3	4	5
42	Una exposición de un trabajo en clase.	0	1	2	3	4	5
43	Un examen escrito con respuestas alternativas.	0	1	2	3	4	5
44	Un examen escrito con preguntas abiertas.	0	1	2	3	4	5
45	Un examen escrito de desarrollo de un tema completo.	0	1	2	3	4	5
46	Un examen tipo exposición ante un grupo de personas.	0	1	2	3	4	5
47	Un examen de cultura general.	0	1	2	3	4	5
48	Un examen de cálculo o problemas matemáticos.	0	1	2	3	4	5
49	Un examen con pruebas físicas o gimnásticas.	0	1	2	3	4	5
50	Un examen práctico (manejar ordenador, realizar un proyecto, dibujo, etc.).	0	1	2	3	4	5

NOTA: no marques nada en esta sección.

	Puntuación	Porcentaje
Factor 1 Preocupación		
Factor 2 Respuestas Fisiológicas		
Factor 3 Situaciones		
Factor 4 Respuesta de Evitación		
TOTAL		



Una Institución Adelantada

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN
FACULTAD DE INGENIERÍA Y ARQUITECTURA
Escuela Profesional de Ingeniería Civil

Decenio de las Personas con Discapacidad en el Perú”
“AÑO DE LA CONSOLIDACIÓN DEL MAR DE GRAU”

Juliaca, Villa Chullunquiani, 27 de mayo de 2016

CARTA N° 102-2016/UPeU F.J.- FIA

Psicóloga

Kelly Mirtha Ricaldi Huaman

Coordinadora de la Escuela Profesional de Psicología

Universidad Peruana Unión

Villa Chullunquiani.

Apreciada psicóloga Ricaldi:


Reciba un cordial saludo a nombre de la Facultad de Ingeniería y Arquitectura y de nuestra Escuela Profesional de Ingeniería Civil que dignamente dirijo.

Me es grato dirigirme a usted respecto a su carta N° 175-2016/UPeU-FCS-EP-P, donde solicita autorización para que las bachilleres; **Ruth Margot Ali Escobedo** y **Oshin Nielsen Chambi Paredes**, puedan realizar la ejecución del proyecto de Tesis titulado. **“Ansiedad ante los exámenes en los Estudiantes del Primer Año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca - 2016”**.

En virtud de ello, autorizamos a las bachilleres antes mencionadas a realizar la ejecución de dicho proyecto en nuestra Escuela Profesional de Civil. En tal sentido coordinar con el Pastor Pichen Fernández, Juan Alberto, al celular N° 953535912

Agradecido por su atención, me despido, no sin antes desearle éxitos en sus responsabilidades.

Atentamente


Ang Ecler Mamani Chambi
Coordinador EP. Ingeniería Civil
Universidad Peruana Unión – Filial Juliaca.



Una Institución Adventista

**UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
E.P. Psicología**

Chullunquiani, 27 de mayo de 2016

CARTA N°175 -2016/UPeU –FCS-EP-P

Licenciada

Ana Luz Flores Mamani

Coordinadora de la E.P. Enfermería

UPeU – Juliaca

Apreciada Lic. Flores:

Es grato hacerle llegar un afectuoso saludo a nombre de la Escuela Profesional de Psicología, que nuestro Padre celestial derrame bendiciones sobre la labor que viene desempeñando.

Tengo a bien solicitar la autorización para que las bachilleres; **Ruth Margot Ali Escobedo y Oshin Nielsen Chambi Paredes**. Puedan realizar la ejecución del proyecto de Tesis titulado. **“Ansiedad ante los exámenes en los estudiantes de primer año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016”**, Así mismo puedan contribuir con sus conocimientos adquiridos en beneficio de la Institución que dirige.

Desde ya le agradezco por su alto valor servicial en bien de la formación de nuestros estudiantes.

Atentamente,



Psic. Kelly Mirtha Ricaldi Huaman
Coordinadora de la E.P. Psicología

