

**Sección: Ciencias Sociales**

***La ansiedad en estudiantes universitarios: un estudio sobre prevalencia, diferencias de género y ausencia de variaciones etarias en el contexto de la educación superior***

***Student anxiety: a study on prevalence, gender differences, and absence of age variations in the context of higher education***

Víctor Hugo Reyes Díaz\*, Adriana Guadalupe Varela Prieto \*\*, Antonio Salas Martínez\*\*\* y Jaqueline Murillo Salazr \*\*\*\*

**RESUMEN**

La ansiedad constituye uno de los principales problemas de salud mental entre estudiantes universitarios, con implicaciones en rendimiento académico, bienestar psicológico y permanencia escolar. Este estudio tuvo como objetivo caracterizar la ansiedad en estudiantes de educación superior, incorporando un marco teórico ampliado sobre bienestar psicológico y afrontamiento, así como analizar diferencias por género y edad. Participaron 209 estudiantes (67.5 % mujeres), entre 18 y 25 años. Se aplicó la Escala de Ansiedad Manifiesta en Adultos (AMAS), cuyo puntaje total se interpreta en un rango de 0 a 36, donde valores de 0–12 corresponden a ansiedad baja, 13–24 ansiedad moderada y 25–36 ansiedad alta. La media observada ( $M = 23.08$ ,  $DE = 6.08$ ) indica niveles moderados-altos. Se encontraron diferencias por género ( $U = 5619.5$ ,  $p = .027$ ,  $r = .18$ ), con puntajes mayores en mujeres; no se observaron asociaciones con la edad. La discusión incorpora determinantes estructurales de la ansiedad, incluyendo desigualdades de género, carga académica, violencia simbólica y condiciones institucionales. Se explicitan los procedimientos éticos aplicados y se discuten limitaciones como el muestreo concentrado en dos carreras. Los hallazgos refuerzan la necesidad de políticas universitarias integrales de bienestar y programas de afrontamiento basados en evidencia.

***PALABRAS CLAVE:*** *ansiedad, bienestar psicológico, afrontamiento, género, educación superior*

**ABSTRACT**

Anxiety is one of the main mental health problems among university students, with implications for academic performance, psychological well-being, and school retention. This study aimed to characterize anxiety in higher education students, incorporating an expanded theoretical framework on psychological well-being and coping, as well as analyzing differences by gender and age. A total of 209 students (67.5% women) between the ages of 18 and 25 participated. The Adult Manifest Anxiety Scale (AMAS) was applied, with a total score ranging from 0 to 36, where values of 0–12 correspond to low anxiety, 13–24 to moderate anxiety, and 25–36 to high anxiety. The observed mean ( $M = 23.08$ ,  $SD = 6.08$ ) indicates moderate-high levels. Differences were found by gender ( $U = 5619.5$ ,  $p = .027$ ,  $r = .18$ ), with higher scores in women; no associations with age were observed. The discussion incorporates structural determinants of anxiety, including gender inequalities, academic workload, symbolic violence, and institutional conditions. The ethical procedures applied are explained, and limitations such as sampling concentrated in two degree programs are discussed. The findings reinforce the need for comprehensive university wellness policies and evidence-based coping programs.

***KEYWORDS:*** *anxiety, psychological well-being, coping, gender, higher education*

\* Profesor de tiempo completo de la Universidad Autónoma de Chihuahua. Contacto: vreyesd@uach.mx

\*\* Profesora de tiempo completo de la Universidad Autónoma de Chihuahua. Contacto: avarela@uach.mx

\*\*\* Profesor de tiempo completo de la Universidad Autónoma de Chihuahua. Contacto: ansalas@uach.mx

\*\*\*\* Profesora adscrita a la Universidad Autónoma de Chihuahua. Contacto: jmurillo@uach.mx

## Introducción

La ansiedad se ha consolidado como uno de los principales retos de salud mental en jóvenes universitarios. Organismos como la OMS (2022) señalan que los trastornos de ansiedad generan una carga sustancial para los sistemas educativos y sanitarios. La transición a la vida universitaria implica demandas académicas, redefinición identitaria, presión financiera y cambios en redes de apoyo, condiciones que incrementan la vulnerabilidad psicológica. Modelos contemporáneos de bienestar psicológico (Ryff, 2014) y de afrontamiento (Folkman & Lazarus, 1985) permiten comprender la ansiedad como un fenómeno contextual, resultado de la interacción entre factores estructurales, recursos personales y condiciones ambientales.

En América Latina, estudios previos documentan prevalencias altas de ansiedad, destacando sus asociaciones con estrés académico, insatisfacción vocacional, inequidades de género y presiones socioeconómicas (Cardona-Arias et al., 2015). En México, datos del INEGI (2024) señalan mayor prevalencia de síntomas ansiosos en mujeres, consistente con investigaciones globales.

Este estudio analiza la ansiedad en universitarios incorporando un enfoque ampliado de bienestar psicológico y afrontamiento, así como perspectiva estructural y de género.

## Marco teórico

### **Ansiedad, bienestar psicológico y afrontamiento.**

La ansiedad puede definirse como un estado afectivo de anticipación ante amenaza percibida, con manifestaciones cognitivas, fisiológicas y conductuales. Desde un enfoque cognitivo, Beck et al. (2005) señalan que la activación de esquemas disfuncionales genera interpretaciones sesgadas de peligro. Los modelos de vulnerabilidad de Barlow (2002) integran factores biológicos, psicológicos y específicos del desarrollo.

La investigación contemporánea vincula la ansiedad universitaria con dimensiones del bienestar psicológico, como dominio del entorno, autonomía y relaciones positivas (Ryff, 2014). A su vez, los estilos de afrontamiento —centrados en el problema o en la emoción— modulan la intensidad del malestar; estrategias evitativas y rumiativas se han asociado con mayor ansiedad (Folkman & Lazarus, 1985).

### **Determinantes estructurales en la universidad.**

La ansiedad no es solo un fenómeno individual: responde también a determinantes estructurales del entorno universitario, como la precarización económica, sobrecarga académica, competitividad institucional y violencia simbólica de género. Estudios recientes indican que las políticas institucionales, el clima académico y la disponibilidad de apoyos psicológicos influyen significativamente en la ansiedad estudiantil (Vinaccia & Ortega, 2021).

## Metodología

### **Muestra.**

Participaron 209 estudiantes (67.5 % mujeres, 32.1 % hombres; M edad = 19.67, DE = 1.51). La muestra estuvo concentrada en Ciencias de la Comunicación (61.7 %) y Relaciones Internacionales (24.9 %), hecho que constituye una limitación discutida posteriormente.

### Instrumento.

Se aplicó la Escala de Ansiedad Manifiesta en Adultos (AMAS; Reynolds et al., 2007). El puntaje total varía entre 0 y 36. Los rangos interpretativos establecidos por el manual señalan:

- 0–12: ansiedad baja
- 13–24: ansiedad moderada
- 25–36: ansiedad alta

La confiabilidad interna observada fue  $\alpha = .83$ .

### Procedimientos éticos.

El estudio cumplió con los criterios éticos establecidos por la APA y la normativa universitaria. Se obtuvo consentimiento informado digital, se garantizó anonimato, se utilizó resguardo cifrado en plataformas institucionales y los datos fueron almacenados en servidores seguros con acceso restringido. Los estudiantes fueron informados sobre el carácter voluntario de la participación y la posibilidad de retirarse en cualquier momento.

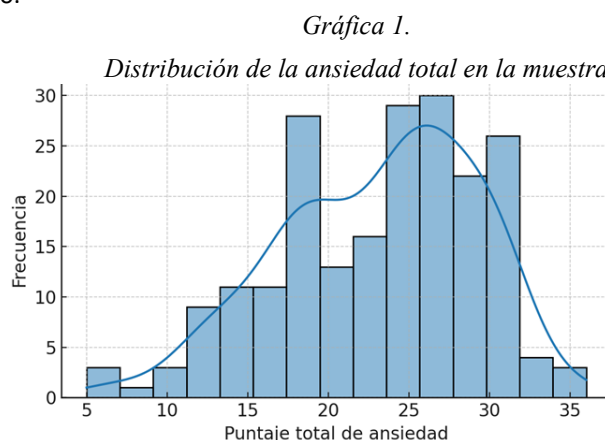
### Análisis de datos.

Se empleó SPSS v.25 y Python. Se aplicaron estadísticas descriptivas, U de Mann-Whitney, correlación de Spearman y ANOVA no paramétrico. Además de valores  $p$ , se calcularon tamaños del efecto ( $r$  y  $d$ ) e intervalos de confianza al 95 %.

## Resultados

### Ansiedad general.

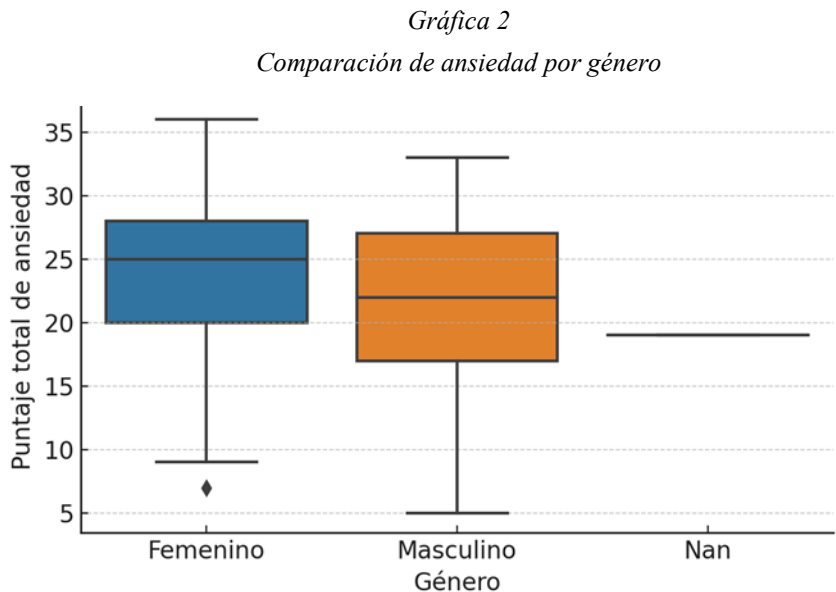
El puntaje total de ansiedad fue  $M = 23.08$  ( $DE = 6.08$ ), rango observado 8–35. Este valor se ubica en el límite superior del nivel moderado e inferior del nivel alto.



*Fuente: elaboración propia*

**Diferencias por género.**

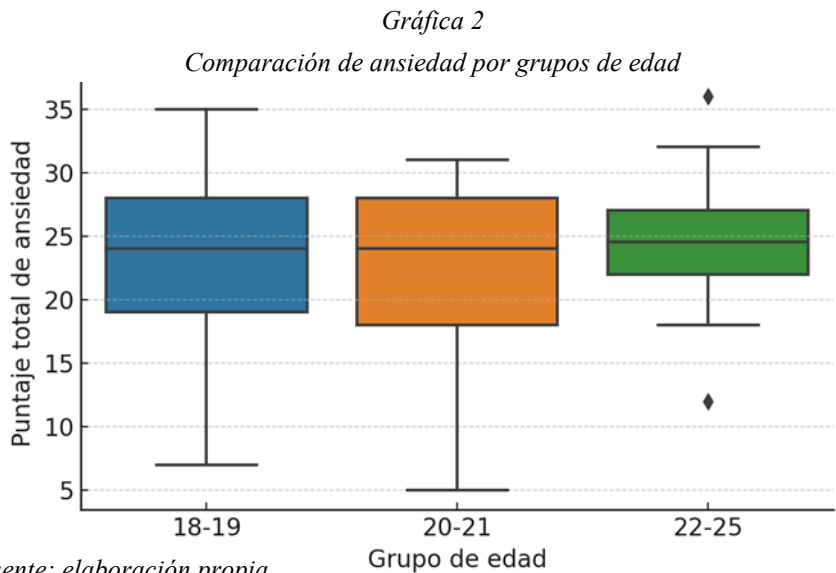
Las mujeres reportaron mayor ansiedad ( $M = 23.79$ ) que los hombres ( $M = 21.63$ ). La diferencia fue significativa ( $U = 5619.5$ ,  $p = .027$ ), con un tamaño del efecto pequeño-moderado ( $r = .18$ ; IC 95 % [.05, .31]).



Fuente: elaboración propia

**Edad y ansiedad.**

No se observaron asociaciones significativas entre edad y ansiedad ( $p = .07$ ,  $p = .338$ ). Los grupos de edad (18–19, 20–21, 22–25) no mostraron diferencias ( $H(2) = 0.71$ ,  $p = .699$ ).



Fuente: elaboración propia

## Discusión

Los hallazgos confirman niveles moderados-altos de ansiedad, consistentes con estudios latinoamericanos. La brecha de género observada coincide con literatura que identifica mayor ansiedad en mujeres, explicada por presiones académicas diferenciales, expectativas sociales, estereotipos de rol y violencia simbólica en entornos educativos. Autoras como Lagarde (2018) y Butler (2020) argumentan que las desigualdades estructurales producen una carga emocional desproporcionada en mujeres jóvenes, lo que puede amplificar síntomas ansiosos.

El hecho de que no existan diferencias por edad sugiere que el entorno universitario —con demandas constantes y presiones institucionales— actúa como un estresor transversal, independientemente del momento dentro del ciclo formativo.

## Conclusiones

El estudio confirma la ansiedad como un problema significativo en la educación superior y destaca la necesidad de políticas universitarias integrales de bienestar, estrategias de afrontamiento basadas en evidencia y programas con perspectiva de género. Se sugiere incluir análisis longitudinales y metodologías mixtas en investigaciones futuras.

### Limitaciones.

La mayor concentración de la muestra en dos carreras representa una limitación que afecta la generalización de los resultados. Programas como Comunicación y Relaciones Internacionales suelen requerir alta exposición pública, producción continua y ritmos intensos de evaluación, lo que podría generar niveles específicos de estrés no comparables con otras áreas (ingenierías, salud, ciencias exactas). Se recomienda diversificar futuras muestras.

## Referencias

- Auerbach, R. P., Alonso, J., Axinn, W. G., Cuijpers, P., Ebert, D. D., Green, J. G., Hwang, I., Kessler, R. C., Liu, H., Mortier, P., Nock, M. K., Pinder-Amaker, S., Sampson, N. A., Aguilar-Gaxiola, S., Al-Hamzawi, A., Andrade, L. H., Benjet, C., Caldas-de-Almeida, J. M., & WHO WMH-ICS Collaborators. (2016). *Mental disorders among college students in the World Mental Health Surveys*. *Psychological Medicine*, 46(14), 2955–2970. <https://doi.org/10.1017/S0033291716001665>
- Barlow, D. H. (2002). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic* (2nd ed.). Guilford Press.
- Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (2005). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. Basic Books.
- Cardona-Arias, J. A., Pérez-Restrepo, D., Rivera-Ocampo, S., Gómez-Martínez, J., & Reyes, Á. (2015). *Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios*. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 11(1), 79–89. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2015.0001.06>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2024, octubre 10). *Día Mundial de la Salud Mental: Datos SM 2024*. <https://www.inegi.org.mx/>
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Informe mundial sobre la salud mental: Transformar la salud mental para todos*. OMS.
- Reynolds, C. R., Richmond, B. O., & Lowe, P. A. (2007). *Escala de Ansiedad Manifiesta en Adultos (AMAS): Versión mexicana*

---

[Manual]. Editorial El Manual Moderno.

Spielberger, C. D. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (Form Y)*. Consulting Psychologists Press.

Vinaccia Alpi, S., & Ortega Bechara, A. (2021). *Variables asociadas a la ansiedad-depresión en estudiantes universitarios: Una revisión sistemática*. *Universitas Psychologica*, 19(5), e1588. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy19-5.vaae>