Prevalencia de ansiedad-rasgo en estudiantes de Nivel Superior del Centro de Enlace IUEM Tenancingo

Prevalence of anxiety-trait anxiety in university students of the Centro de Enlace IUEM Tenancingo

José Luis Caballero Gutiérrez,[1] Miriam Flores Segura,[2] Ana María Ángeles Morales,[3] Verónica Ángeles Morales[4]

Recibido: 13 de octubre de 2023 Aceptado: 07 de febrero de 2024

Resumen

Los estudiantes universitarios enfrentan una gran cantidad de presión y estrés en su vida diaria, lo que puede llevar a niveles más altos de ansiedad. La transición a la vida universitaria es a menudo difícil, ya que los estudiantes deben adaptarse a un nuevo entorno social y académico. Además, muchos estudiantes universitarios tienen que equilibrar sus estudios con trabajo a tiempo parcial o actividades extracurriculares, lo que puede aumentar su carga de trabajo y estrés. El objetivo de esta investigación fue conocer la prevalencia de ansiedad-rasgo en los estudiantes de una universidad privada del Estado de México, contrastando los resultados entre hombres y mujeres. Para ello, el estudio se realizó con 153 estudiantes, mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, a quienes se les aplicó la escala IDARE, escala a la que se le evalúo la confiabilidad con el α de Cronbach. El análisis de los datos se elaboró con medidas de frecuencia y medidas de resumen mediante Excel y Statgraphics Centurion. Los resultados demuestran que la prevalencia de ansiedad-rasgo es de altos niveles para el 58.8 %, presentando una distribución estadísticamente desigual siendo las mujeres las más afectadas que los hombres. Se encontró una elevada prevalencia de ansiedad, lo cual se traduce en la necesidad de desarrollar un plan de intervención en la salud mental de los estudiantes, y también en la importancia de detectar a los alumnos con mayor riesgo..

PALABRAS CLAVE

Ansiedad-rasgo, estudiantes, nivel superior.

Abstract

University students face a significant amount of pressure and stress in their daily lives, leading to higher levels of anxiety. The transition to university life is often challenging as students must adapt to a new social and academic environment. Moreover, many university students have to balance their studies with part-time jobs or extracurricular activities, further increasing their workload and stress. The objective of this study was to assess the prevalence of trait anxiety among students at a private university in the State of Mexico, contrasting the results between men and women. The study involved 153 students selected through non-probabilistic convenience sampling, who were assessed using the IDARE scale, with reliability evaluated using Cronbach's alpha. Data analysis was conducted using frequency measures and summary statistics through Excel and Statgraphics Centurion. The results demonstrate that the prevalence of trait anxiety is at high levels for 58.8 %, with a statistically uneven distribution, with women being more affected than men. A high prevalence of anxiety was found, emphasizing the need to develop an intervention plan for students' mental health and the importance of identifying students at higher risk.

KEY WORDS

Trait anxiety, students, higher education.

[1]Centro de Estudios, Clínica e Investigación Psicológica, México. l.p.caballero@outlook.com
[2]Universidad Autónoma del Estado de México, México. mfloress@uaemex.mx
[3]Universidad Autónoma del Estado de México, México. amangelesm@uaemex.mx
[4]Universidad Autónoma del Estado de México, México. vangelesm@uaemex.mx

Introducción

En el desarrollo del ser humano, la vida universitaria es un factor considerado primordial que ejerce influencia en el estilo de vida y constituye una etapa fundamental, influye directamente en el futuro profesional. Las expectativas académicas, tanto de índole interna como externa, pueden ser una fuente de estrés. Lo anterior, lleva al planteamiento de estrategias de intervención que sean eficientes y adecuadas, que contribuyan a la comprensión de una fuente de estrés, como lo es el ambiente académico (Jayasankara et al., 2018). Junto con el estrés, otro desajuste emocional de gran frecuencia es la ansiedad, la cual puede ser transitoria o llegar a ser un rasgo de la personalidad.

En otras palabras Baraz 2015, (citado en Méndez y Arévalo, 2022), afirma que el estrés y la ansiedad entre los estudiantes universitarios se atribuyen directamente a su entorno de aprendizaje, la diversidad de los estudiantes y el contenido de los cursos. En cuanto al estrés Chávez en 2021 lo define como una reacción emocional cada vez más frecuente, generada por factores de muy diverso origen, y los universitarios pueden experimentarlo aún sin percatarse de ello.

Dentro de este marco, Del Rio et al. (2018) definen la ansiedad como una condición de tipo emocional y transitoria en el organismo, se caracteriza por sentimientos de tipo subjetivo, como la tensión y la aprensión.

Por otra parte, Spielberger destacó en su trabajo la distinción entre la ansiedad como estado y la ansiedad como rasgo. En su libro "Anxiety: Current Trends in Theory and Research" (1980), señala que la ansiedad estado se refiere a la experiencia subjetiva de ansiedad en un momento dado, mientras que la ansiedad rasgo se refiere a la tendencia general de una persona a experimentar ansiedad en situaciones diversas a lo largo del tiempo.

En lo esencial, la ansiedad se percibe como una experiencia emocional común en la vida de las personas, pero comprender su naturaleza compleja y sus implicaciones es un desafío para los investigadores y profesionales de la salud mental. Se ha demostrado que la ansiedad interfiere con el bienestar general de las personas, por lo cual su detección temprana se considera esencial para determinar intervenciones y programas necesarios; de acuerdo con la Estrategia 2020 de la Organización Mundial de la Salud, en 2013, el fortalecimiento de los programas de promoción de la salud mental es sumamente relevante, pero se requieren estudios en profundidad para examinar otros factores relacionados con este padecimiento (Kamberi et al., 2019 citado en Chávez 2021). No obstante, de acuerdo con Cabeza et al. (2018), cuando la ansiedad se mantiene en niveles estables y normalizados es benéfica, pues ayudará al afrontamiento de diversas situaciones propias de la vida en la universidad; por lo que se puede decir que cumple con una función de adaptación en el ser humano.

En atención a la problemática expuesta, en México, el Instituto de Estadística y Geografía (INEGI, 2021) presentó los resultados de la primera *Encuesta Nacional de Bienestar Autorreportado* (ENBIARE) que permite responder preguntas sobre como influyen aspectos de la vida personal, familiar, laboral y social en el nivel de bienestar subjetivo de la población adulta en México. La ENBIARE 2021 captó que 19.3 % de la población adulta tiene síntomas de ansiedad severa, mientras 31.3 % revela síntomas de ansiedad mínima o en algún grado. Las mujeres muestran en promedio menor balance anímico respecto a los hombres en todos los grupos de edad. La mayor brecha se observa entre hombres y mujeres de 30 a 44 años.

En el presente estudio se desea conocer la prevalencia de ansiedad de rasgo en una muestra de estudiantes de nivel superior de una universidad privada de la ciudad de Tenancingo, para poder contrastar los resultados entre hombres y mujeres. Creemos que este tipo de estudios pueden ser de utilidad para las instituciones universitarias de la zona, ya que constituyen herramientas científicas necesarias para la planificación de estrategias de intervención en la salud mental de los estudiantes. Particularmente, el Centro de Enlace IUEM Tenancingo se podría ver beneficiado con la presente investigación, ya que la institución podría estar interesada en ofrecer un servicio de orientación emocional vía online para intervenir en el favorecimiento de la salud mental de la comunidad estudiantil.

Objetivo general

Determinar la presencia de ansiedad rasgo en estudiantes de Nivel Superior del Centro de Enlace IUEM Tenancingo.

Objetivos específicos

- Evaluar los niveles de ansiedad rasgo en la muestra de estudiantes de Nivel Superior del Centro de Enlace IUEM Tenancingo mediante la aplicación del instrumento STAI.
- Analizar y comparar los niveles de ansiedad rasgo entre hombres y mujeres dentro de la población estudiantil del Centro de Enlace IUEM Tenancingo.

Método

Se realizó un estudio descriptivo y se recurrió a una metodología cuantitativa ya que se pretende saber si existe ansiedad-rasgo en una muestra de estudiantes de Nivel Superior del Centro de Enlace IUEM Tenancingo, el estudio es no experimental de tipo transeccional porque los datos se obtuvieron a través de una única encuesta diseñada con una escala tipo Likert.

La muestra se conformó por 104 mujeres y 49 hombres, estudiantes de las escuelas profesionales de Psicología, Contaduría, Derecho y Pedagogía de 3er, 6° y 9° cuatrimestre del Centro de Enlace IUEM Tenancingo, se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, debido a que los alumnos que conforman la muestra se

encontraban reunidos dentro de la institución educativa realizando actividades escolares.

El instrumento utilizado para la investigación fue la prueba IDARE (1975) (Inventario de Ansiedad: Rasgo-Estado) es la versión en español de STAI (*State-Trait-Anxiety Inventory*), y se encuentra constituida por dos escalas de autoevaluación separadas que se utilizan para medir dos dimensiones distintas de ansiedad: la ansiedad estado y rasgo. Para efectos de esta investigación se aplicó únicamente la escala de ansiedad-rasgo. Consta de 20 afirmaciones en las que se les pide a los individuos describir como se sienten generalmente, y se utiliza para identificar la propensión a la ansiedad en estudiantes de bachillerato y profesionales, además evalúa el grado hasta el cual son susceptibles a presentar problemas de ansiedad neurótica, aquellos que piden consejo psicológico o de orientación. A continuación, se muestra una tabla en donde se explica cómo obtener los resultados, los cuales evalúan a la Ansiedad-Rasgo con un nivel bajo, medio y alto.

Tabla 1

Variable Autoevaluación de la ansiedad de rasgo.
Calificación Sumar el puntaje marcado por el sujeto Ítems 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40 = **Total A** Ítems 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39 = **Total B**
Valores asignados a las respuestas: Casi nunca = 1 Algunas veces = 2 Frecuentemente = 3 Casi siempre = 4
Resultados **(Total A – Total B) + 35 = Nivel de ansiedad** _____ Bajo (<30) _____ Medio (30-44) _____ Alto (>45)

Fuente: Elaboración propia.

En cuanto a la fiabilidad obtenida de las puntuaciones de la escala aplicada a la muestra, resulta que el Alpha de Cronbach es 0.58, la cual se encuentra en un nivel inferior del rango de 0.6 a 0.8, lo que indica que no hay una buena consistencia interna para esta escala. Para aplicaciones futuras podría sugerirse reformular algunos de los ítems que obtuvieron varianzas de 0.5, ya que al retirarlas la fiabilidad aumenta a un nivel aceptable de confiabilidad. Dichos ítems son el 6 y el 10.

Procedimiento de la recolección de la información

Se realizó una visita al Centro de Enlace IUEM Tenancingo para solicitar la autorización por parte de las autoridades educativas para la aplicación del cuestionario, las autoridades autorizaron y se programó la fecha y horario. El día de la aplicación la encargada de Recursos Humanos, dirigió a los investigadores a la sala de cómputo para habilitar las máquinas y cuestionarios en la plataforma *Google forms*, una vez habilitados la encargada de Recursos Humanos envío a cada uno de los grupos de las escuelas profesionales del Centro de Enlace a la sala de cómputo en donde se les dieron las instrucciones correspondientes para atender el cuestionario, la aplicación fue de forma grupal y el tiempo para atender el cuestionario fue de 6 a 8 minutos.

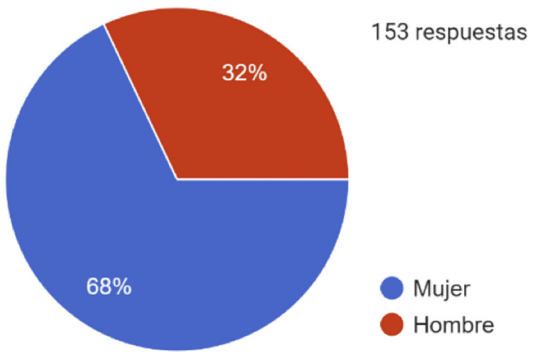
Análisis de la información

El presente estudio es de tipo descriptivo, ya que el objetivo de este es dar cuenta de los fenómenos estudiados. También es transversal, debido a que se aborda una problemática determinada en un momento dado. De igual manera se utilizó un diseño instrumental, en donde se analizaron las propiedades psicométricas de confiabilidad del inventario IDARE para ansiedad rasgo de 20 ítems. Para el estudio descriptivo se recurrió a una metodología cuantitativa para analizar las características de la ansiedad rasgo en la muestra seleccionada. Asimismo, para el análisis de los datos se empleó el programa estadístico *Statgraphics Centurion* v.16, en el que se ejecutó un análisis de las frecuencias de los resultados globales de la escala IDARE para Ansiedad-Rasgo (ver histograma). Por último, se realizó un análisis estadístico mediante la confección de una base de datos en el programa *Microsoft Excel* en su versión 2305 (2023), para analizar las frecuencias de los niveles de ansiedad-rasgo, tomando en cuenta al total de la muestra y también la variable sexo para contrastar los resultados entre hombres y mujeres.

Resultados

Los resultados obtenidos revelan que la muestra está constituida en su mayoría por mujeres (68 %), mientras que el porcentaje de hombres representa únicamente una tercera parte de la muestra (32 %), como se puede observar en la figura 1.

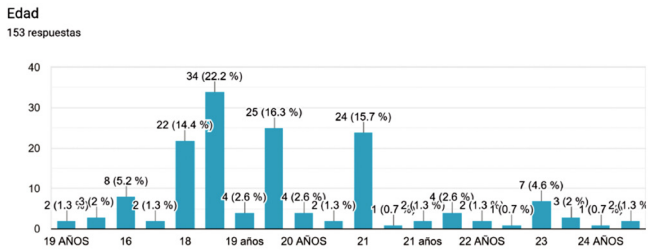
Figura 1. Sexo de los participantes



Fuente: Elaboración propia.

La edad presentó una media de 19.7 años, con una desviación estándar de 1.97. Las proporciones se muestran en la Figura 2.

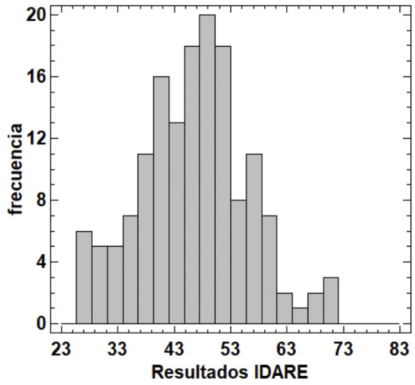
Figura 2 Edades.



Fuente: Elaboración propia.

El puntaje obtenido en el IDARE fluctuó entre 26 y 71 puntos, con una media de 47 puntos. La escala tuvo una confiabilidad baja en el grupo de estudio con un α de Cronbach de 0.58. Al analizar las frecuencias obtenidas se observa que existe mayor concentración en el rango de 43-53, lo cual se traduce para este estudio en niveles altos de ansiedad-rasgo en la población estudiada (ver figura 3).

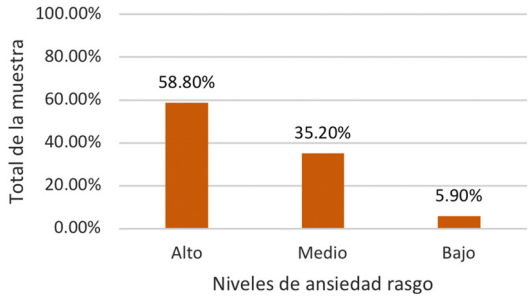
Figura 3. Histograma de frecuencias



Fuente: Statgraphics Centurion.

La prevalencia de ansiedad fue de 58.8% con un nivel alto de ansiedad-rasgo, 35.2% con un nivel medio, y tan solo 5.9% con un nivel bajo (ver figura 4).

Figura 4. Muestra

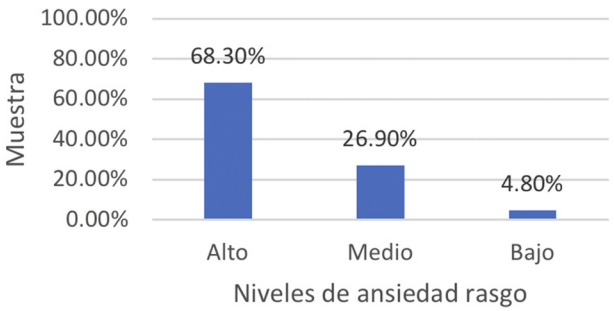


Fuente: Elaboración propia.

La frecuencia de niveles altos de ansiedad-rasgo presentó una distribución estadísticamente mayor en el grupo de las mujeres en comparación del grupo de hombres, siendo que 68.3 % de las mujeres manifiesta tener un alto nivel de ansiedad-rasgo, y el 38.8 % de los hombres poseen altos niveles de ansiedad-rasgo (ver figura 5).

Mientras que 26.9 % de las mujeres expone tener un nivel medio de ansiedad-rasgo, y únicamente un 4.8 % indica niveles bajos de ansiedad-rasgo.

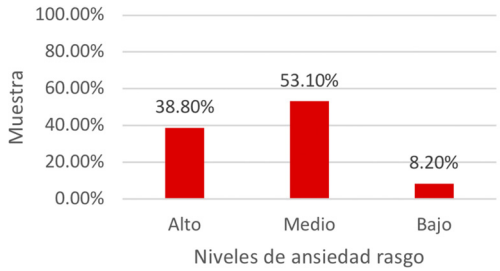
Figura 5. Mujeres



Fuente: Elaboración propia.

En cuanto a la proporción de hombres, los resultados indican que 53.1 % presentan niveles medios de ansiedad-rasgo, y por último solo 8.2 % de ellos muestran tener bajos niveles de ansiedad-rasgo (ver figura 6).

Figura 6. Hombres



Fuente: Elaboración propia.

Discusión

Para este estudio no contamos con un punto de contraste con investigaciones similares, ya que es la primera vez que se realiza una exploración de la ansiedad rasgo en la población estudiantil del punto de enlace del IUEM, aunque otros estudios realizados dentro del Estado de México como los de Hernández et al., 2023 y Serrano et al., 2015, apuntan a la tendencia de prevalencia de ansiedad con una mayor incidencia en mujeres, y en donde más de la media de la población estudiantil se clasifican dentro de altos niveles de ansiedad-rasgo.

La comunidad estudiantil universitaria esta nutrida por una serie de características que en ocasiones la presiona para rendir y satisfacer su entorno, grupos como la familia, los amigos, los docentes, incluso ellos y ellas mismas, no reconocen que pueden tener dificultades y al mismo tiempo invalidan sus fracasos y tristezas (Revista Ibero, 2017). Estas dificultades al ser negadas y no reconocidas derivan en problemas de mayor impacto emocional y en ocasiones somático, que se manifiestan a través de una serie de síntomas diversos.

En los últimos años, la prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios ha captado la atención de numerosos estudios, tanto nacionales como internacionales. Un informe de la ONU sobre la salud mental en México revela que los trastornos de ansiedad afectan significativamente a los adolescentes. Según este informe, aproximadamente el 27% de los adolescentes en México presentan síntomas de ansiedad, lo que representa una de las tasas más altas en la región (ONU, 2022). Esta prevalencia es consistente con otros estudios globales que señalan un aumento generalizado de la ansiedad en adolescentes debido a factores como la incertidumbre económica, el aislamiento social y las interrupciones en la educación provocadas por la pandemia.

Otro estudio realizado por UNICEF (2021), publicó en su informe sobre el estado de la infancia y adolescencia, en donde se resalta que los adolescentes de países de ingresos medios y bajos, incluido México, enfrentan un riesgo elevado de desarrollar trastornos de ansiedad.

Estos estudios subrayan la importancia de implementar programas de apoyo psicológico y estrategias de intervención temprana para ayudar a los estudiantes a manejar su ansiedad y mejorar su bienestar general, es crucial fortalecer el compromiso con la salud mental dentro de las comunidades universitarias, ya que es en este entorno donde se adquieren habilidades para la vida y capacidades de adaptación necesarias para enfrentar los desafíos cotidianos, las demandas sociales y económicas, se sugiere para futuros estudios considerar la correlación de variables relativas a factores asociados como los aspectos personales, familiares y sociales. La atención a la salud mental de los estudiantes es crucial para su éxito académico y su calidad de vida.

Conclusiones

Los resultados del estudio revelan una prevalencia significativa de ansiedad-rasgo entre los estudiantes de nivel superior del Centro de Enlace IUEM Tenancingo. El 58.8 % de la muestra presenta niveles altos de ansiedad-rasgo, subrayando la importancia de abordar la salud mental en este grupo.

Se observa una diferencia estadísticamente significativa en la distribución de niveles de ansiedad-rasgo entre hombres y mujeres. Las mujeres muestran una mayor prevalencia de niveles altos de ansiedad-rasgo en comparación con los hombres, resaltando la necesidad de enfoques específicos de género en las intervenciones.

El texto destaca la influencia directa del entorno académico en la ansiedad de los estudiantes universitarios. Las expectativas académicas, la diversidad de los estudiantes y el contenido de los cursos se identifican como factores contribuyentes al estrés y la ansiedad, señalando la necesidad de estrategias de intervención eficientes y apropiadas.

La detección temprana de niveles elevados de ansiedad-rasgo en los estudiantes es crucial. Los hallazgos sugieren que más de 50 % de la población estudiada experimenta niveles altos de ansiedad, resaltando la necesidad de intervenciones preventivas y programas de apoyo. Aunque se utilizó la escala IDARE para evaluar la ansiedad-rasgo, se señala una fiabilidad relativamente baja (α de Cronbach de 0.58). Se sugiere la reconsideración de algunos ítems para mejorar la consistencia interna de la escala en futuras aplicaciones.

Los resultados sugieren que las instituciones educativas, como el Centro de Enlace IUEM Tenancingo, podrían beneficiarse de estrategias de intervención en la salud mental de los estudiantes. La identificación de niveles elevados de ansiedad-rasgo ofrece una oportunidad para implementar servicios de apoyo y orientación emocional. En el contexto de la Estrategia 2020 de la Organización Mundial de la Salud, que destaca la importancia de fortalecer los programas de promoción de la salud mental, los resultados subrayan la urgencia de implementar medidas específicas para abordar la ansiedad en entornos universitarios.

Referencias

Chávez Márquez, I. L., (2021). Ansiedad en universitarios durante la pandemia de COVID-19: un estudio cuantitativo. Psicumex, 11, e420. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=667872658001

Del Rio Olvera, F. J., Cabello Santamaría, F., Cabello García, M. A. y Aragón Vela, J. (2018). Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo (STAI): análisis psicométrico y funcionamiento en una muestra de drogodependientes y controles. Universitas Psychologica, 17 (1), 1-10. https://www.redalyc.org/jatsRepo/647/64754595008/64754595008.pdf

Hernández Cruz, M. G. & Chávez Contreras, G. & Ortiz Arango, V. T. & Romero Rojas, R. M. (2023). Análisis estadístico de la medición de ansiedad estado-rasgo y depresión en estudiantes de la Universidad Tecnológica Fidel Velázquez. Revista Multidisciplinaria de Avances de Investigación. Vol. 9 núm. 2.

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2021). Primera Encuesta Nacional de Bienestar Autorreportado (ENBIARE). México. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2021/EstSociodemo/ENBI ARE_2021.pdf

Jayasankara Reddy, K., Rajan Menon, K. y Thattil, A. (2018). Academic Stress and its Sources among University Students. Biomedical & Pharmacology Journal, 11(1), 531- 537. https://dx.doi.org/10.13005/bpj/1404

Mendez Mamani, J. C., & Arevalo Marcos, R. A. (2022). Estrés y ansiedad en estudiantes universitarios de enfermería

durante la enseñanza en la pandemia de COVID-19. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 6 (5), 4166-4176. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i5.3386

Organización de las Naciones Unidas (ONU). (2022). Informe mundial sobre salud mental. Recuperado de: https://mexico.un.org/es/187243-informe-mundial-sobre-salud-mental-transformar-la-salud-mental-para-todos-panorama-general

Revista Ibero (2017) Universitarios, los más propensos a sufrir ansiedad. Recuperado el 27 de junio de 2024.Disponible en https://ibero.mx/prensa/universitarios-los-mas-propensos-sufrir-ansiedad

Ries, F., Castañeda Vázquez, C., Campos Mesa, M. C. y Del Castillo, A. O. (2012). Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas. Cuadernos de Psicología del Deporte, 12 (2), 9-16. http://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v12n2/articulo01.pdf

Serrano Barquin, M. C.; Rojas García, A.; Ruggero, C.; López Arriaga, M. (2015). Depresión y ansiedad desde los estudios de género en estudiantes universitarios. Retomado de: http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/40385

Spielberger, C. D. (1972). Anxiety: Current Trends in Theory and Research. New York: Academic press

UNICEF. (2021). Estado mundial de la infancia en mi mente. Recuperado de: https://www.unicef.org/lac/informes/estado-mundial-de-la-infancia-2021-en-mi-mente