



UNIVERSIDAD
PRIVADA
DEL NORTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

“ANSIEDAD Y DESEMPEÑO ACADÉMICO EN
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS; UNA
REVISIÓN DE LA LITERATURA CIENTÍFICA DE
LOS ÚLTIMOS DIEZ AÑOS”

Trabajo de investigación para optar el grado de:

Bachiller en Psicología

Autora:

Karen Cristina Briones Llaque

Asesor:

Dra. Jenny Yovanna Torpoco Alcoser

Lima - Perú

2020

DEDICATORIA

Este presente trabajo quiero dedicarle antes que nada a Dios, por permitirme culminar el presente trabajo; asimismo, a mis abuelos, tías, padres y hermana porque me brindaron todo su apoyo moral y la fortaleza necesaria, donde hoy es el resultado de dicho trabajo.

AGRADECIMIENTO

Se agradece la voluntad de Dios por permitirme realizar y culminar la presente investigación con tanto esfuerzo y sacrificio; asimismo, se agradece por el apoyo incondicional de mis abuelos, tías, padres y hermana en estos tiempos difíciles que se vive actualmente y ello es el resultado de esta presenta revisión sistemática.

TABLA DE CONTENIDO

| | |
|---------------------------------------|-----------|
| DEDICATORIA..... | 2 |
| AGRADECIMIENTO | 3 |
| ÍNDICE DE TABLAS | 5 |
| ÍNDICE DE FIGURAS..... | 6 |
| RESUMEN..... | 7 |
| CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN | 8 |
| CAPÍTULO II. METODOLOGÍA..... | 12 |
| CAPÍTULO III. RESULTADOS | 29 |
| CAPÍTULO IV. CONCLUSIONES..... | 39 |
| REFERENCIAS..... | 41 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|---------------|----|
| Tabla 1 | 15 |
| Tabla 2 | 17 |
| Tabla 3 | 19 |
| Tabla 4 | 24 |
| Tabla 5 | 35 |

ÍNDICE DE FIGURAS

| | |
|---|----|
| Figura 1. Artículos de Investigación | 29 |
| Figura 2. Criterio de Inclusión y Descarte | 30 |
| Figura 3. Tipos de Estudio..... | 30 |
| Figura 4. Años de Publicación..... | 31 |
| Figura 5. Palabras Clave | 32 |
| Figura 6. Países de origen | 33 |
| Figura 7. Procedencia de Repositorio de Universidades | 33 |
| Figura 8. Enfoque Metodológico..... | 34 |
| Figura 9. Estudios estadísticos del Lugar de origen | 34 |

RESUMEN

Actualmente, la ansiedad es una problemática que aqueja a los estudiantes universitarios durante el ciclo académico, ello se manifiesta a causa de diferentes razones perjudicando en el rendimiento académico de éstos.

El propósito de la presente revisión sistemática es revisar los estudios existentes sobre la ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Asimismo, para la presente investigación se realizó la búsqueda de diferentes fuentes de información tales como: biblioteca virtual de la Universidad Privada del Norte, Scielo, Redalyc, ProQuest, Ebsco, Google académico, repositorios de universidades extranjeras y nacionales. Los criterios a elegir fueron: estudios de los últimos diez años de antigüedad, artículos relacionados al presente tema y en el idioma español.

Los artículos de investigación fueron encontrados con una mayor predominancia en el año 2016 con un 17 %; asimismo, Perú fue el país con mayor cantidad (24 %) de artículos científicos relacionado al presente tema de investigación.

Las limitaciones encontradas fueron que no todos los estudios científicos brindaron el tipo de estudio y enfoque metodológico; además de existir más estudios científicos sobre el presente tema mayores a los 10 años; sobrepasando así el límite de los últimos diez años permitidos, siendo ésta una limitación de datos actualizados.

PALABRAS CLAVE: Ansiedad, estudiantes universitarios, rendimiento académico.

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

Actualmente, la gran mayoría de los estudiantes universitarios han sufrido alguna reacción de ansiedad en algún momento de su vida manifestándolo de diferentes maneras, dicha problemática se presenta en distintos niveles (leve, moderado, intenso, pánico); asimismo, se manifiesta por diversos factores que se les muestra en su vida cotidiana generando así ansiedad en el estudiante dentro de sus centros de estudios; también, ello influye perjudicando en el rendimiento académico del alumno; además de afectar la salud mental de éste.

La salud mental es un estado complejo de bienestar físico mental determinado por múltiples factores sociales, ambientales, biológicos y psicológicos, en donde se incluye la prevención de diferentes trastornos como la ansiedad; («OMS | Salud mental», s. f.) considerándose esta, como la respuesta emocional que un individuo puede experimentar con un factor estresante. (Stewart, Greene, y Coke, 2017, citado por Hernández, J. 2018, p. 10)

Por otro lado, Álvarez, Aguilar y Lorenzo (2012) manifiestan que la ansiedad en el individuo se presenta con la repetición de movimientos en reiteradas ocasiones, el individuo se siente inquieto y enérgico, impide situaciones donde se sienta amenazado, consume alimentos y/o sustancias en cantidad (café y/o tabaco), dificultad al momento de expresarse ante los demás, presenta estrés en la expresión del rostro. (p. 338)

No obstante, algunos de estos factores se presentan cuando mayormente el estudiante se siente presionado ante los constantes trabajos y exámenes que se les manifiesta durante el ciclo académico. Tal y como lo mencionan Flores, Chávez y Aragón (2016) exponen que se ha logrado reconocer cuando los estudiantes presentan una alta exigencia por parte de su centro de estudios, ante ello los alumnos suelen perder el control y la manera en cómo

enfrentar los problemas; conllevando a manifestar niveles altos de ansiedad y depresión, asimismo, manifestando conductas siendo no saludables afectando el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. (p.35)

Otro factor que ocasiona una reacción de ansiedad en los estudiantes universitarios es cuando están a punto de finalizar su carrera universitaria, “Entre los principales factores académicos asociados con la ansiedad se han referido la insatisfacción con la carrera, dificultades en las relaciones con compañeros y docentes, y el estrés generado por las responsabilidades académicas”. (Riveros et al. 2007, citado por Cardona, et al., 2015, p. 86)

Castellanos, Guarnizo y Salamanca (2011) también indican que las personas se someten a situaciones donde deben tomar decisiones relevantes para el bienestar de su vida, conllevando a que generen niveles altos de ansiedad en el individuo; como también es el culminar una carrera profesional donde ello es una evolución de adaptación para el individuo, por lo que deberá hacer frente a diferentes estrategias de afrontamiento ante su nueva vida como profesional. (p. 51)

Cabe resaltar que otro motivo por el cual el estudiante universitario sufre ansiedad es cuando durante el ciclo académico sufre alguna crisis económica. Muchos estudiantes universitarios presentan una crisis económica mientras estudian en sus centros institucionales donde ello afecta en el rendimiento académico, relaciones sociales y la salud mental de éstos. (Martínez, 2014, p. 64).

Por otro lado, lo mencionado anteriormente en el texto puede conllevar a algunas consecuencias, perjudicando al estudiante en el rendimiento académico, tales como la falta de concentración, retención, problemas en conciliar el sueño, todo ello generará en el estudiante que se perjudique en su rendimiento académico. Así como lo manifiesta García (2017), “Altos niveles de ansiedad reducen la eficiencia en el aprendizaje, ya que disminuyen

la atención, la concentración y la retención, con el consecuente deterioro en el rendimiento escolar”. (p. 47)

No obstante, los estudiantes universitarios no solo se ven afectados académicamente, también se ven afectados en su entorno social, pues en algunos casos de ellos empiezan a disminuir el contacto social, a causa de no saber cómo controlar y /o actuar ante la ansiedad que les causa a ellos. Posteriormente, los estudios acerca de la ansiedad es un tema que ha ido adquiriendo más relevancia y notoriedad en los últimos años. Es por ello que Barraza, Muñoz y Contreras (2017) mencionan que todos los síntomas de ansiedad que puedan presentar los estudiantes universitarios podrían afectar no solo el bienestar mental, también afecta el bienestar físico, por lo que además afecta el entorno académico y social de los alumnos, conllevando a disminuir el rendimiento académico incluso la eficacia profesional futura. (p. 204)

Álvarez, Aguilar y Lorenzo (2012) afirma que “(...) una cierta cantidad de ansiedad es deseable y necesaria para la realización de las tareas que resultan importantes para los sujetos; pero a su vez, niveles altos de ansiedad, dificultan la ejecución de la tarea llevando a bajo rendimiento”. (p. 340)

Como lo ha señalado según Castillo, Chacón y Díaz (2016) afirman que los alumnos universitarios presentan síntomas de ansiedad durante el ciclo académico donde ello podría ser un problema muy grave en la formación de éstos; dificultando su desempeño académico frente al problema de lograr conciliar el sueño, poniendo así en riesgo la salud de los estudiantes. (p. 232)

Por todo lo anterior mencionado, se hace necesario responder a la siguiente pregunta ¿Qué se conoce sobre la ansiedad y el desempeño académico de estudiantes universitarios

en los últimos diez años?, con la mencionada pregunta se espera obtener resultados favorables para el bienestar de los estudiantes universitarios.

Por ello, el presente estudio de investigación tiene como objetivo fundamental revisar estudios acerca de la ansiedad y el desempeño académico de estudiantes universitarios entre los años 2011 al 2020, a través de una revisión sistemática.

La presente revisión sistemática se enfocará en conocer acerca de los diferentes artículos científicos encontrados sobre la ansiedad que presentan los estudiantes universitarios; por lo que se conocerá la manifestación de algunos autores sobre el mencionado tema de investigación. Asimismo, el presente tema se decidió investigar ya que es un tema muy recurrente que se manifiesta en muchos estudiantes universitarios; por lo que se decidió indagar las causas del mencionado problema. Cabe resaltar, la importancia del presente tema de investigación es dar a conocer las causas de la ansiedad y como ello repercute en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios, ya que actualmente muchos de estos alumnos no saben de qué manera afrontar la ansiedad frente algunas adversidades que se les presenta durante el ciclo académico.

CAPÍTULO II. METODOLOGÍA

2.1. Diseño de estudio:

Se revisaron algunas definiciones de algunos autores sobre la revisión sistemática e indican lo siguiente:

Según Aguilera indica que “las revisiones sistemáticas (RS) son una forma de investigación que recopila y proporciona un resumen sobre un tema específico (orientado a responder a una pregunta de investigación); se deben realizar de acuerdo a un diseño preestablecido.” (2014).

Por otro lado, una revisión sistemática (RS), es un artículo de «síntesis de la evidencia disponible», en el que se realiza una revisión de aspectos cuantitativos y cualitativos de estudios primarios, con el objetivo de resumir la información existente respecto de un tema en particular. (Manterola, et al., 2013).

(Moreno, et al., 2018) las revisiones sistemáticas son resúmenes claros y estructurados de la información disponible orientada a responder una pregunta clínica específica. Dado que están constituidas por múltiples artículos y fuentes de información, representan el más alto nivel de evidencia dentro de la jerarquía de la evidencia. (p. 184)

2.2. Criterios de inclusión

Para obtener dicha información de la presente revisión sistemática se tomaron algunas fuentes de investigación entre los años 2011 y 2020, tales como:

- Se incluyeron investigaciones en el idioma español.
- Se incluyeron temas de investigaciones de los últimos 10 años.
- Se incluyeron temas de investigaciones relacionadas al título de la investigación.

- Se incluyeron base de datos como Scielo, Redalyc, ProQuest, Ebsco, etc; para la obtención de artículos confiables; asimismo, como la biblioteca virtual de la Universidad Privada del Norte.

2.3. Recursos de información

Para el presente trabajo de investigación se recopilaron los siguientes lugares de búsqueda:

- Búsqueda en la biblioteca virtual de la Universidad Privada del Norte.
- Búsqueda de artículos (Scielo, Redalyc, Ebsco, ProQuest, etc), tesis extranjeras y nacionales, noticias y Google académico.
- Se encontraron aproximadamente unos 140 artículos para la realización de la revisión sistemática y se seleccionaron aproximadamente 85 de dichos artículos.

2.4. Búsqueda

- Se utilizaron palabras claves como: ansiedad y rendimiento académico, ansiedad en estudiantes universitarios, ansiedad ante exámenes universitarios, entre otras.
- Se seleccionaron 79 artículos, donde aproximadamente 10 palabras se obtuvieron con la búsqueda por palabras clave.
- Se utilizaron nombre de autores, nombre de revistas y artículos.
- Se usaron como máximo 10 años de antigüedad.
- Los temas investigados fueron en el idioma español.
- Se utilizaron fuentes de información como: biblioteca de la Universidad Privada del Norte, Scielo, Redalyc, Ebsco, Google académico, entre otras.

2.5 Criterios de Descarte

- Se descartaron temas de investigación mayor a 10 de antigüedad para la recopilación de datos actuales.
- Se suprimió el tema de investigación en idiomas que no sean de español para una mayor búsqueda rápida.
- Se eliminaron temas de investigación que eran repetidos en fuentes de información no confiables.

2.6 Selección de datos

Para realizar el presente tema de investigación se tuvo que indagar y recopilar datos de información. Es por ello, que en la tabla 1 se evidenciará el título, año de publicación, título de la fuente, país y palabras claves. En la tabla 2 se escogió acorde al autor, objetivo, año de la publicación, enfoque metodológico y país. Finalmente, en la tabla 3 se clasificó por el año de la publicación, título, variables, país, palabras claves.

Tabla 1

Cualidad de la revisión sistemática a estimar son título, año de la publicación, título de la fuente, país, palabras claves

| Título | Año | Título de la fuente | País | Palabras Claves |
|--|------------|---|-------------|---|
| Niveles de ansiedad, depresión y percepción de apoyo social en estudiantes de Odontología de la Universidad de Chile | 2011 | Redalyc | Chile | Ansiedad, depresión, estudiantes universitarios. |
| Relación entre organización de personalidad y prevalencia de síntomas de depresión, ansiedad y estrés entre universitarios de carreras de la salud en la Región de Coquimbo, Chile | 2017 | Scielo | Colombia | Ansiedad, estudiantes universitarios |
| Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios de Lima y Huánuco | 2017 | Scielo | Perú | Estudiantes universitarios, salud mental |
| La Ansiedad ante los Exámenes en Estudiantes Universitarios: Relaciones con variables personales y académicas | 2012 | Redalyc | España | Ansiedad antes los exámenes, estudiantes universitarios, rendimiento académico. |
| Factores asociados a síntomas de ansiedad en los estudiantes del programa de enfermería de la universidad de Santanter-udes, Bucaramanga | 2018 | Repositorio de Santanter-udes, Facultad de Ciencias de la Salud | Colombia | Síntomas, ansiedad, estudiantes |
| Afrontamiento ante la ansiedad pre-examen y autoeficacia académica en estudiantes de ciencias de la salud | 2018 | Science Direct | España | Ansiedad, universitarios, pre-examen |

(A continuación)

Tabla 1

Cualidad de la revisión sistemática a estimar son título, año de la publicación, título de la fuente, país, palabras claves

| Título | Año | Título de la fuente | País | Palabras Claves |
|--|------------|----------------------------|-------------|--|
| Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud | 2016 | Science Direct | Chile | Ansiedad, estudiantes, estrés académico. |
| Relación entre niveles de ansiedad y estrategias de afrontamiento en practicantes de psicología de una universidad colombiana | 2011 | Redalyc | Colombia | Ansiedad, niveles de ansiedad, universitarios, estrategias de afrontamiento. |
| Eficacia de una Intervención para Disminuir la Ansiedad frente a los Exámenes en Estudiantes Universitarios Argentinos | 2013 | ProQuest | Argentina | Ansiedad frente a los exámenes, estudiantes universitarios. |
| Ítem único de ansiedad ante exámenes: evidencias de validez convergente e incremental en estudiantes universitarios | 2018 | Science Direct | España | Ansiedad, ansiedad ante exámenes. |
| Ansiedad matemática en estudiantes universitarios de Costa Rica y su relación con el rendimiento académico y variables sociodemográficas | 2017 | ProQuest | Perú | Ansiedad, estudiantes universitarios, rendimiento académico. |
| Las emociones y el rendimiento académico: la ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios | 2017 | Google Académico | México | Ansiedad, exámenes, aprendizaje. |

Tabla 2

Cualidad de la revisión sistemática a estimar son autor, objetivo, año de la publicación, enfoque metodológico, país

| Autor | Objetivo | Año | Enfoque Metodológico | País |
|--|--|------------|------------------------------|-------------|
| Flores, M., Chávez, M., Aragón, L. | Identificar los niveles de ansiedad, depresión y apoyo social percibido en dos momentos del semestre, diferenciados por las exigencias académicas demandadas. | 2016 | No experimental, transversal | Chile |
| Montiel, V. y Guerra, V. | Evaluar la frecuencia de respuestas cognitivas, fisiológicas y motoras de ansiedad ante situaciones de la vida cotidiana, identificar el nivel general de ansiedad, evaluar las áreas situacionales o rasgos específicos de ansiedad y evaluar la asociación entre sistemas de respuesta y rasgos específicos. | 2016 | Cuantitativo | Cuba |
| García, A., Escalera, M., Santana, J., Guzmán, B. | Identificar si en los alumnos del Instituto Tecnológico de Tuxtepec, existe un conjunto de variables que pueden explicar la ansiedad frente a las matemáticas. | 2016 | Cuantitativo | España |
| Bausela, E. | Analizar y comparar el riesgo de tener bajo rendimiento en la competencia matemática en función del nivel de ansiedad. | 2017 | No experimental | España |
| Lora, M. | Determinar la relación entre la actitud, motivación y ansiedad con el rendimiento académico en estudiantes del Posgrado de Ciencias Médicas de la Universidad César Vallejo, 2017. | 2020 | Transversal | Perú |

(A continuación)

Tabla 2

Cualidad de la revisión sistemática a estimar son autor, objetivo, año de la publicación, enfoque metodológico, país

| Autor | Objetivo | Año | Enfoque Metodológico | País |
|---|---|------------|-----------------------------|-------------|
| Antúnez, Z. y Vinet, E. | Determinar las características psicométricas de las Escalas Abreviadas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS - 21) en universitarios chilenos, lo cual contempló la validación del mismo. | 2012 | Exploratorio, transversal | Chile |
| Siabato, E., Forero, I. y Paguay, O. | Establecer y analizar la relación entre ansiedad y estilos de personalidad en estudiantes de Psicología de una universidad colombiana. | 2013 | No experimental | Colombia |
| Ávila, J., Hoyos, S., González, D. y Cabrales, A. | Evaluar la presencia de ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios a fin de determinar su posible relación con el rendimiento académico. | 2011 | Cuantitativo | Colombia |
| Pulido, F. y Herrera, F. | Analizar los predictores de ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. | 2018 | No experimental | España |
| Ramírez, N. | Determinar la diferencia significativa de ansiedad bibliotecaria y sus dimensiones de acuerdo a la edad. | 2015 | Cuantitativo | Colombia |
| Agüero, E., et al. | Estudiar el nivel de ansiedad matemática de los estudiantes de la educación media costarricense. | 2016 | Cuantitativo | Puerto Rico |
| Del río, S., et al. | Evidenciar la eficacia de la acupuntura en la ansiedad ante los exámenes, en alumnos universitarios. | 2019 | Experimental | España |

Tabla 3

Cualidad de la revisión sistemática a estimar son título, año de la publicación, objetivo, título de la fuente, país

| Título | Año | Objetivo | Título de la fuente | País |
|--|------------|--|----------------------------|-------------|
| Depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios | 2013 | Correlacionar el rendimiento académico con las variables de ansiedad y depresión encontradas en los factores del Inventory of Depression and Anxiety Symptoms. | Redalyc | México |
| Efectos de la práctica de aikido sobre mindfulness y la ansiedad en estudiantes universitarios de Costa Rica | 2019 | El propósito del estudio fue examinar el efecto de la práctica del aikido sobre el mindfulness y el estado de ansiedad, en estudiantes universitarios sin experiencia previa en artes marciales. | Ebsco | Costa Rica |
| Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios | 2014 | Determinar la prevalencia de ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Medellín y su asociación con aspectos sociodemográficos y académicos. | Scielo | Colombia |
| Influencia de las variables sociodemográficas sobre la ansiedad y el rendimiento académico adolescente: el contexto pluricultural de Ceuta | 2019 | Analizar la ansiedad y el rendimiento académico, sus tipos y niveles en función de edad, género, cultura y estrato socioeconómico, así como contemplar las relaciones entre ambas. Se contó con 811 participantes. | Biblioteca Virtual UPN | Costa Rica |

(A continuación)

Tabla 3

Cualidad de la revisión sistemática a estimar son título, año de la publicación, objetivo, título de la fuente, país

| Título | Año | Objetivo | Título de la fuente | País |
|--|------------|--|----------------------------|-------------|
| Estudio piloto de un modelo grupal de meditación de atención plena (mindfulness) de manejo de la ansiedad para estudiantes universitarios en Puerto Rico | 2015 | Evaluar la viabilidad, aceptación e impacto de una intervención grupal adaptada culturalmente para estudiantes universitarios predominantemente puertorriqueños. | Google Académico | Puerto Rico |
| Relación del burnout y el engagement con depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios | 2014 | Analizar las relaciones entre burnout y engagement con ansiedad, depresión y rendimiento académico en estudiantes universitarios de programas de salud. | Ebsco | Colombia |
| Ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios | 2012 | Conocer si existen diferencias entre los estilos de afrontamiento y la ansiedad-estrés entre estudiantes con baja, media y alta ansiedad-estrés | Google Académico | España |
| Inteligencia emocional percibida, ansiedad y afectos en estudiantes universitarios | 2014 | Comprobar la relación existente entre IEP, ansiedad y afectos, si existen diferencias significativas en función de las variables sociodemográficas consideradas y predecir que variables explican más la ansiedad rasgo. | Redalyc | España |

(A continuación)

Tabla 3

Cualidad de la revisión sistemática a estimar son título, año de la publicación, objetivo, título de la fuente, país

| Título | Año | Objetivo | Título de la fuente | País |
|--|------------|---|----------------------------|-------------|
| Ansiedad ante los estudiantes de Enfermería: factores de riesgo emocionales y de sueño | 2019 | Determinar si un grupo de variables de tipo psicoemocional (ansiedad-rasgo, autoestima, <i>burnout</i> académico), de sueño (satisfacción subjetiva de sueño) y sociodemográfico (edad) constituyen predictores significativos de la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de Enfermería. | Ebsco | España |
| Prevalencia de síntomas de ansiedad en una muestra de estudiantes universitarios en una facultad de ciencias de la salud en México | 2016 | Se evaluaron síntomas de ansiedad en una muestra de estudiantes universitarios para conocer la prevalencia de los mismos dentro de las diferentes carreras. | Ebsco | México |
| Niveles de ansiedad en estudiantes de odontología de una universidad peruana | 2014 | Determinar los niveles de ansiedad en los estudiantes de Odontología del V ciclo de la Facultad de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres. | Google Académico | Perú |
| Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte | 2018 | Determinar la relación entre procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad privada de Lima Norte. | Google Académico | Perú |

(A continuación)

Tabla 3

Cualidad de la revisión sistemática a estimar son título, año de la publicación, objetivo, título de la fuente, país

| Título | Año | Objetivo | Título de la fuente | País |
|---|------------|---|----------------------------|-------------|
| Ansiedad y motivación de logro en estudiantes universitarios: un estudio correlacional | 2013 | Evaluar si existen diferencias entre estudiantes de diferentes titulaciones universitarias y el nivel de ansiedad y motivación de logro auto percibido, frente a su próxima incorporación al mundo laboral. | Google Académico | España |
| Procrastinación académica y ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes universitarios | 2015 | Determinar la relación que existe entre la procrastinación académica y la ansiedad ante las evaluaciones | Ebsco | Perú |
| Niveles de Ansiedad en la Comunidad Estudiantil Odontológica. Universidad de La Frontera, Temuco – Chile | 2012 | Determinar la frecuencia de los niveles de ansiedad: rasgo y estado en los alumnos de Odontología. | Scielo | Chile |
| Prevalencia y factores asociados a sintomatología depresiva y ansiedad rasgo en estudiantes universitarios del área de la salud | 2019 | Determinar la prevalencia de sintomatología depresiva y ansiedad rasgo y su relación con factores demográficos y asociados con el desempeño académico en estudiantes de pregrado. | ProQuest | Colombia |
| Ansiedad y evitación en exámenes orales eficacia de una intervención grupal para estudiantes universitarios | 2017 | Se buscó establecer su impacto en las diferentes dimensiones de la ansiedad ante exámenes y evitación en exámenes orales y analizar la incidencia de los síntomas comórbidos sobre el impacto de la intervención. | Ebsco | Argentina |

(A continuación)

Tabla 3

Cualidad de la revisión sistemática a estimar son título, año de la publicación, objetivo, título de la fuente, país

| Título | Año | Objetivo | Título de la fuente | País |
|---|------------|---|---|-------------|
| Niveles de Ansiedad y Estrategias de Afrontamiento de un Grupo de Estudiantes Universitarios en el Valle de Aburrá | 2016 | Describir los Niveles de ansiedad y Estrategias de afrontamiento de los estudiantes. | Ebsco | Colombia |
| Niveles de estrés, depresión y ansiedad en relación al estado nutricional a gran altura en estudiantes universitarios del primer nivel de la facultad de medicina de la una – puno 2016 | 2018 | Identificar la relación existente entre el nivel de estrés con el estado nutricional para lo cual se plantea la hipótesis de estudio, siendo el mal estado nutricional influyente en los desórdenes de los estados emocionales. | Repositorio Institucional de la Universidad Nacional del Altiplano | Perú |
| Influencia de un programa de relajación muscular progresivo sobre los niveles de ansiedad estado en gimnastas aeróbicos universitarios | 2019 | Medir los efectos en los niveles de ansiedad estado de la aplicación de la técnica de relajamiento progresivo en deportistas de nivel universitario integrantes de la selección de gimnasia aeróbica. | Ebsco | México |
| Diseño de un programa psico – educativo para el control de los niveles de ansiedad frente a los exámenes en estudiantes universitarios | 2016 | Lograr que aprendan a manejar sus niveles de ansiedad frente a los exámenes. | Repositorio Institucional de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador | Ecuador |
| Niveles de ansiedad y calidad de sueño en estudiantes de una universidad privada de Arequipa al 2018 | 2019 | Determinar la relación entre los niveles de ansiedad y calidad de sueño en estudiantes de una universidad privada de Arequipa al 2018. | Ebsco | Perú |

Tabla 4

Cualidad de la revisión sistemática a estimar son año de la publicación, título, variables, país, palabras claves

| Año | Título | Variables | País | Palabras Claves |
|------------|---|--|-------------|--|
| 2014 | Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la facultad de educación | Ansiedad, estudiantes universitarios, alumnos de la facultad de educación. | España | Ansiedad, prevención, factores de riesgo, universidad. |
| 2015 | Ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios | Ansiedad, rendimiento académico | Perú | Rendimiento académico, ansiedad clínica |
| 2015 | Prevención de la depresión y la ansiedad en estudiantes universitarios | Depresión, ansiedad | Colombia | Ansiedad, depresión, ansiedad, pensamiento crítico. |
| 2013 | ¿Cómo se relaciona la ansiedad escolar con el rendimiento académico? | Ansiedad escolar, rendimiento académico | España | Ansiedad, rendimiento académico. |
| 2014 | Síntomas de depresión y ansiedad en jóvenes universitarios: prevalencia y factores relacionados | Depresión, ansiedad, jóvenes universitarios | Colombia | Depresión, ansiedad, estudiantes. |
| 2013 | Depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios | Depresión, ansiedad, rendimiento académico | México | Desempeño académico, estados de angustia. |
| 2014 | Mecanismos fisiológicos implicados en la ansiedad previa a exámenes | Mecanismos fisiológicos, ansiedad, exámenes. | Cuba | Ansiedad, estudiante universitario, factor estresante. |

(A continuación)

Tabla 4

Cualidad de la revisión sistemática a estimar son año de la publicación, título, variables, país, palabras claves

| Año | Título | Variables | País | Palabras Claves |
|------------|--|--|-------------|--|
| 2014 | Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios | Estrategias de afrontamiento, ansiedad ante los exámenes | Perú | Ansiedad ante exámenes, estudiantes universitarios. |
| 2012 | Eficacia de una Intervención para Disminuir la Ansiedad frente a los Exámenes en Estudiantes Universitarios Argentinos | Ansiedad frente a los exámenes, estudiantes universitarios | Argentina | Ansiedad frente a los exámenes, estudiantes universitarios. |
| 2011 | Ansiedad y pensamiento constructivo en estudiantes universitarios | Ansiedad, pensamiento constructivo, estudiantes universitarios | México | Ansiedad, estudiantes universitarios, pensamientos constructivos. |
| 2018 | Estado ansioso previo a una evaluación en estudiantes de Odontología | Estado ansioso, evaluación en estudiantes | Chile | Ansiedad, evaluación, rendimiento académico, estudiantes. |
| 2017 | Relación entre ansiedad ante exámenes y rendimiento en exámenes en universitarios: análisis preliminar de la diferencia según asignatura | Ansiedad ante exámenes, rendimiento en exámenes | Perú | Ansiedad ante exámenes, rendimiento en exámenes, estudiantes universitarios. |
| 2016 | Inventario de la ansiedad ante exámenes-estado: Análisis preliminar de validez y confiabilidad en estudiantes de psicología | Ansiedad ante exámenes, estudiantes de psicología | Perú | Ansiedad, ansiedad ante exámenes, universitarios. |

(A continuación)

Tabla 4

Cualidad de la revisión sistemática a estimar son año de la publicación, título, variables, país, palabras claves

| Año | Título | Variables | País | Palabras Claves |
|------------|---|--|-------------|--|
| 2016 | Ansiedad ante los exámenes universitarios | Ansiedad, exámenes universitarios. | Colombia | Ansiedad, universitarios, exámenes. |
| 2016 | Estilos de humor y ansiedad en estudiantes universitarios | Estilos de humor, ansiedad, estudiantes universitarios | Venezuela | Ansiedad, estilos de humor, estudiantes universitarios. |
| 2011 | Niveles de depresión y ansiedad en estudiantes universitarios de lima metropolitana | Niveles de depresión, niveles de ansiedad, estudiantes universitarios. | Perú | Ansiedad, depresión, estudiantes universitarios. |
| 2011 | Niveles de ansiedad y depresión y su relación con estresores psicosociales en jóvenes de primer semestre de la Universidad de los Andes | Niveles de ansiedad, niveles de depresión, estresores psicosociales. | Colombia | Ansiedad, depresión, estudiantes universitarios. |
| 2016 | La ansiedad en voleibolistas universitarios. Análisis de la competencia deportiva en la educación superior | Ansiedad, voleibolistas universitarias, educación superior | Colombia | Ansiedad, rendimiento, estudiantes universitarios, psicología. |
| 2018 | Resiliencia, ansiedad y sentido de la vida en estudiantes universitarios | Resiliencia, ansiedad, estudiantes universitarios | España | Ansiedad, resiliencia, estudiantes universitarios. |
| 2015 | Ansiedad ante los exámenes y rasgos de personalidad en estudiantes universitarios | Ansiedad, rasgos de personalidad, estudiantes universitarios | Argentina | Ansiedad ante los exámenes, estudiantes universitarios. |

(A continuación)

Tabla 4

Cualidad de la revisión sistemática a estimar son año de la publicación, título, variables, país, palabras claves

| Año | Título | Variables | País | Palabras Claves |
|------------|---|--|-------------|--|
| 2011 | Inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes universitarios | Inteligencia emocional, ansiedad, estudiantes universitarios. | Colombia | Ansiedad, inteligencia emocional, estudiantes universitarios. |
| 2017 | Relación entre ansiedad ante exámenes y rendimiento en exámenes en universitarios: análisis preliminar de la diferencia según asignatura | Ansiedad ante exámenes, rendimiento en exámenes | Perú | Ansiedad ante exámenes, rendimiento en exámenes, estudiantes universitarios. |
| 2018 | Autoeficacia académica y ansiedad, como incidente crítico, en mujeres y hombres universitarios | Autoeficacia académica, ansiedad, universitarios | México | Ansiedad, universitarios, trayectoria. |
| 2015 | La ansiedad del fin de semestre pega más fuerte a los universitarios de primer año | Ansiedad, universitarios | Chile | Ansiedad, estudiantes universitarios. |
| 2019 | Ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes universitarios de primer año de una universidad privada de Arequipa durante el periodo 2019 | Ansiedad ante los exámenes, rendimiento académico, estudiantes universitarios. | Perú | Rendimiento académico, ansiedad, ante los exámenes, reacciones fisiológicas. |
| 2014 | Ansiedad ante los exámenes en los estudiantes del Centro Preuniversitario – UNMSM ciclo 2012-I | Ansiedad ante los exámenes, estudiantes | Perú | Ansiedad, ansiedad ante los exámenes, estudiantes. |
| 2016 | Afrontamiento de la ansiedad ante los exámenes universitarios mediante un programa de Inoculación de Estrés: Caso Clínico | Ansiedad, exámenes universitarios | España | Ansiedad ante los exámenes, ansiedad, estudiantes universitarios. |

(A continuación)

Tabla 4

Cualidad de la revisión sistemática a estimar son año de la publicación, título, variables, país, palabras claves

| Año | Título | Variables | País | Palabras Claves |
|------------|---|--|-------------|---|
| 2019 | Prevalencia de ansiedad ante exámenes en una muestra de estudiantes universitarios de Lima metropolitana | Ansiedad ante exámenes, estudiantes universitarios. | Perú | Ansiedad ante exámenes, estudiantes universitarios. |
| 2015 | Ansiedad ante los Exámenes en estudiantes universitarios: Correlatos y Tratamiento | Ansiedad ante los exámenes, estudiantes universitarios | Argentina | Ansiedad frente a exámenes, estudiantes universitarios. |
| 2012 | Ansiedad ante exámenes en estudiantes de Veterinaria: un estudio exploratorio | Ansiedad, estudiantes | Argentina | Ansiedad, examen, estudiantes. |
| 2011 | Niveles de ansiedad ante los exámenes en una muestra de estudiantes universitarios | Niveles de ansiedad, estudiantes universitarios | España | Niveles de ansiedad, ansiedad antes los exámenes, estudiantes universitarios. |
| 2014 | Ansiedad ante los Exámenes, Procrastinación y Síntomas Mentales en Estudiantes Universitarios | Ansiedad, procrastinación, estudiantes universitarios | Argentina | Ansiedad frente a los exámenes, estudiantes universitarios. |
| 2014 | Ansiedad ante los exámenes y estilos de aprendizaje en estudiantes de medicina de una universidad particular, Chiclayo 2012 | Ansiedad ante los exámenes, estilos de aprendizaje, estudiantes. | Perú | Ansiedad, ansiedad ante exámenes, estudiantes, |

CAPÍTULO III. RESULTADOS

3.1. Proceso de selección de estudios

Conforme a la base de datos indagadas, se logró recopilar las siguientes fuentes de información tales como: Scielo, Redalyc, ProQuest, tesis extranjeras y nacionales, Google académico, entre otras; se alcanzó determinar 138 estudios científicos, de los cuales se incluyeron 79, donde los artículos confiables más encontrados fueron Ebsco (16), Scielo (14), ProQuest (14), Google académico (14), Redalyc (8), Repositorios de universidades (6), Science Direct (5) y la biblioteca virtual de la Universidad Privada del Norte (2), dando un total de 79 artículos de los cuales fueron seleccionados.

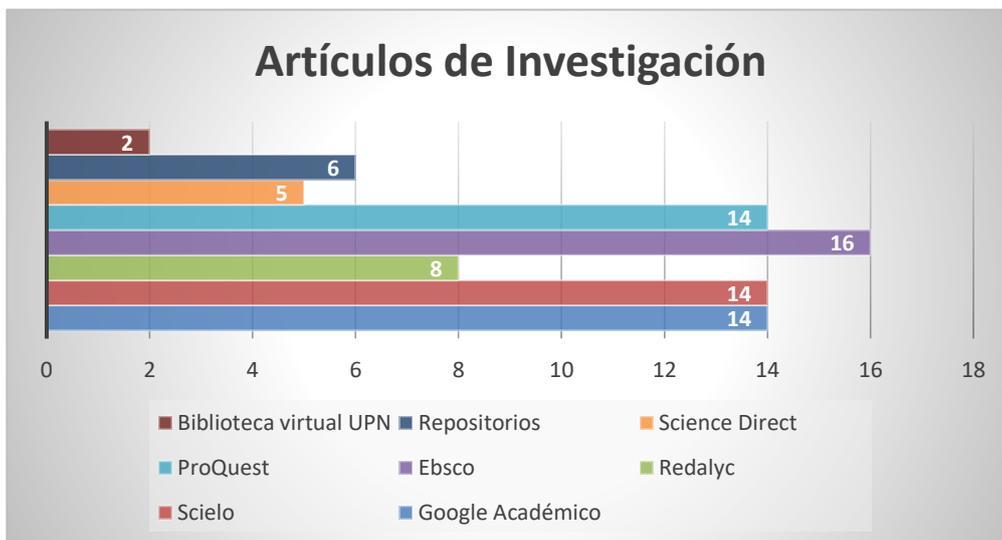


Figura 1. Artículos de Investigación

De la misma manera, se incluyeron artículos de investigación que se encontraron dentro de los últimos 10 años, siendo del idioma español y considerando artículos que eran relacionados al tema de la presente investigación. Por otro lado, se descartaron para la presente revisión sistemática artículos mayores a los 10 años de antigüedad, artículos que no sean del

idioma español y artículos cuyo título no tenía mucha relación con el título de la presente revisión sistemática.

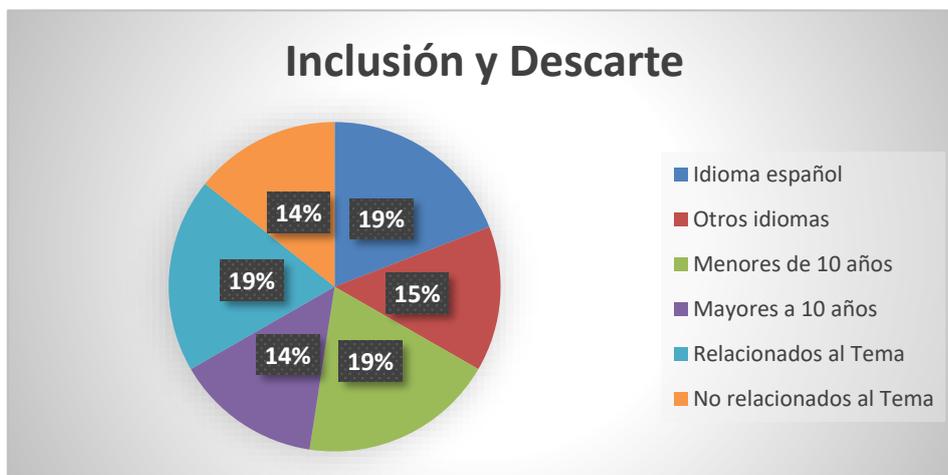


Figura 2. Criterio de Inclusión y Descarte

3.2. Características de los estudios

Dentro de los temas de indagación se observaron los tipos de estudios que tenían cada artículo de los cuales, el tipo de estudio descriptivo porcentúa un 46 %, el tipo de estudio explorativo porcentúa un 7 %, el estudio experimental porcentúa un 6 %, el estudio correlacional no experimental porcentúa un (9 %), el estudio correlacional porcentúa un 4 %; no obstante, existió un 28 % donde algunas de las investigaciones no presentaron el tipo de estudio.



Figura 3. Tipos de Estudio

Se logró investigar mediante los estudios realizados, según los años de publicación se examinaron que el año 2016 fue el año donde se encontró una mayor cantidad de artículos, con un total de 13 artículos; en el año 2014 se encontraron 12 artículos; en el año 2010 se localizaron 10 artículos; en el año 2019 se encontraron 9 artículos; en los años 2011 y 2017 se encontraron 8 artículos; en el año 2015 se encontraron 7 artículos; en el año 2012 se encontraron 6 artículos; en el año 2013 se encontraron 5 artículos; por último se encontró 1 artículo en el año 2020.

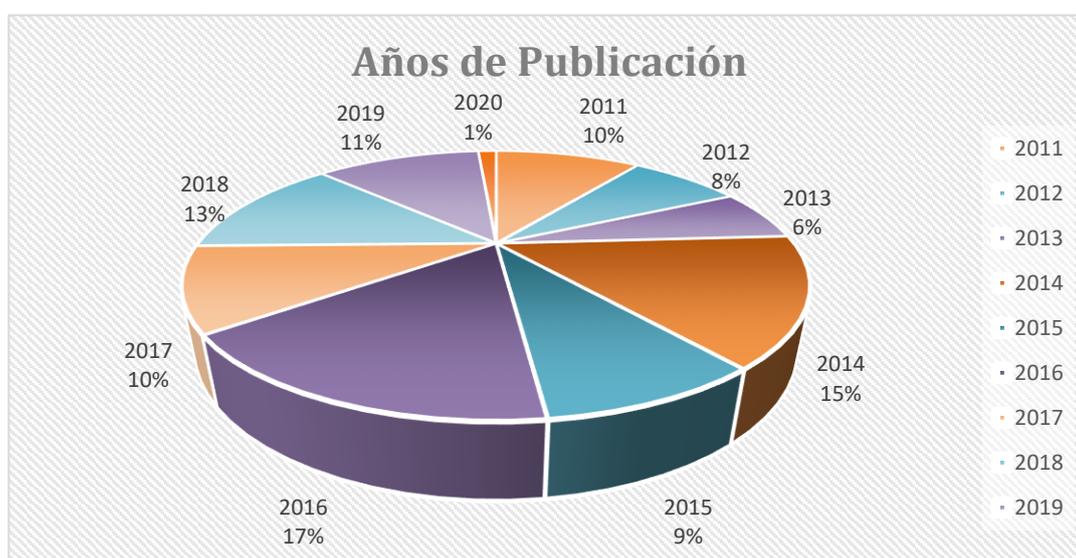


Figura 4. Años de Publicación

Por otra parte, de los 79 temas de investigación que fueron seleccionados, aproximadamente 60 temas de investigación fueron buscados por palabras clave.

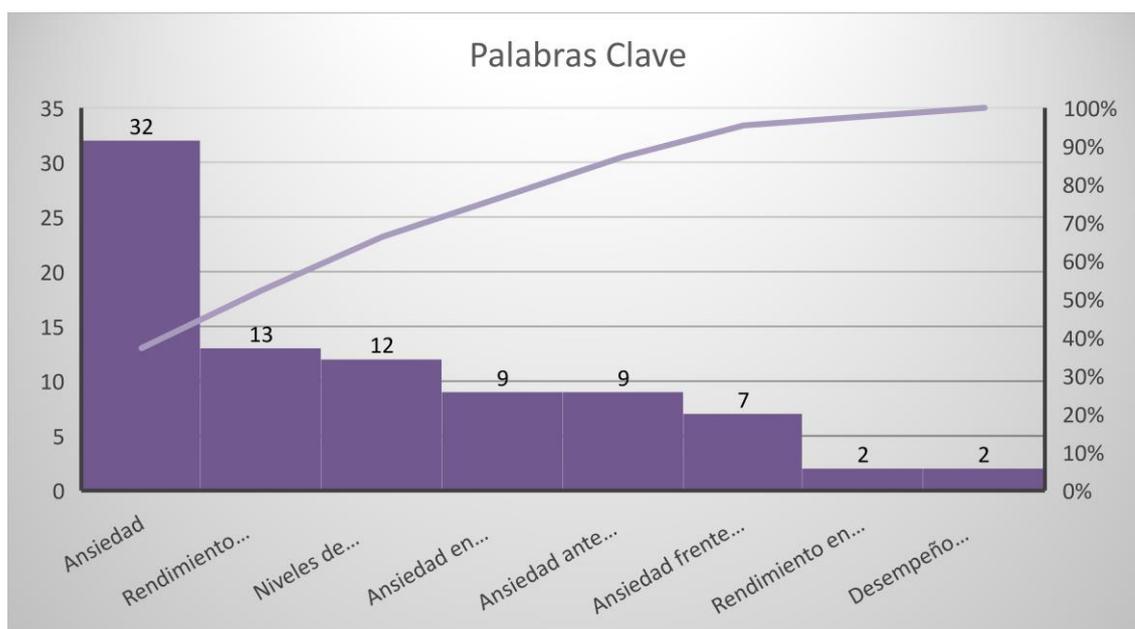


Figura 5. Palabras Clave

Como se puede observar en el gráfico, “ansiedad” fue la palabra con mayor predominancia con 32 palabras de búsqueda; seguido, de la palabra “rendimiento académico” con 13 palabras buscadas, “niveles de ansiedad” con 12 palabras encontradas como palabra clave, “ansiedad en estudiantes universitarios” con 9 palabras encontradas, “ansiedad ante exámenes” con 9 palabras encontradas, “ansiedad frente a los exámenes” con 7 palabras encontradas, “rendimiento en estudiantes universitarios” con 2 palabras y “desempeño académico” con 2 palabras encontradas.

De la misma forma, los artículos indagados fueron encontrados de diferentes países tales como fueron: Colombia (16), España (16), México (6), Ecuador (1), Perú (19), Venezuela (1), Costa Rica (2), Argentina (7), Puerto Rico (2), Cuba (2), Chile (7), donde permitió el acceso a mayor información para la presentación de la presente revisión sistemática.

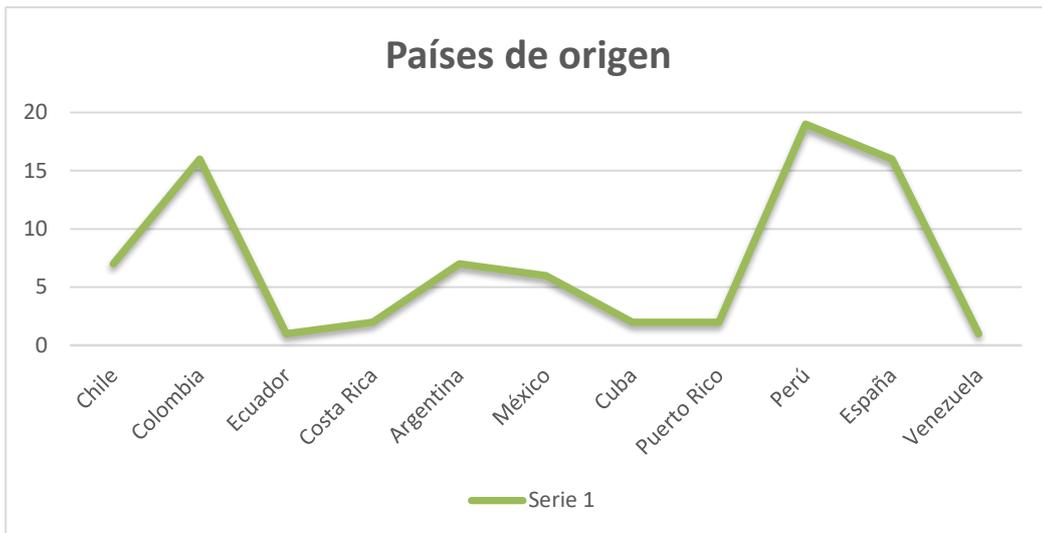


Figura 6. Países de origen

Por otra parte, se recopilaron temas investigación de repositorios de Universidades con lugares de origen: Perú con un 50 %, Colombia con un 33 % y Ecuador con 17 %; siendo las universidades en Perú, la Universidad San Martín de Porres, Universidad Tecnológica del Perú y la Universidad Nacional del Antiplano; en Colombia, la Universidad de los Andes y la Universidad Santanter – UDES; en Ecuador, la Pontífica Universidad del Ecuador.

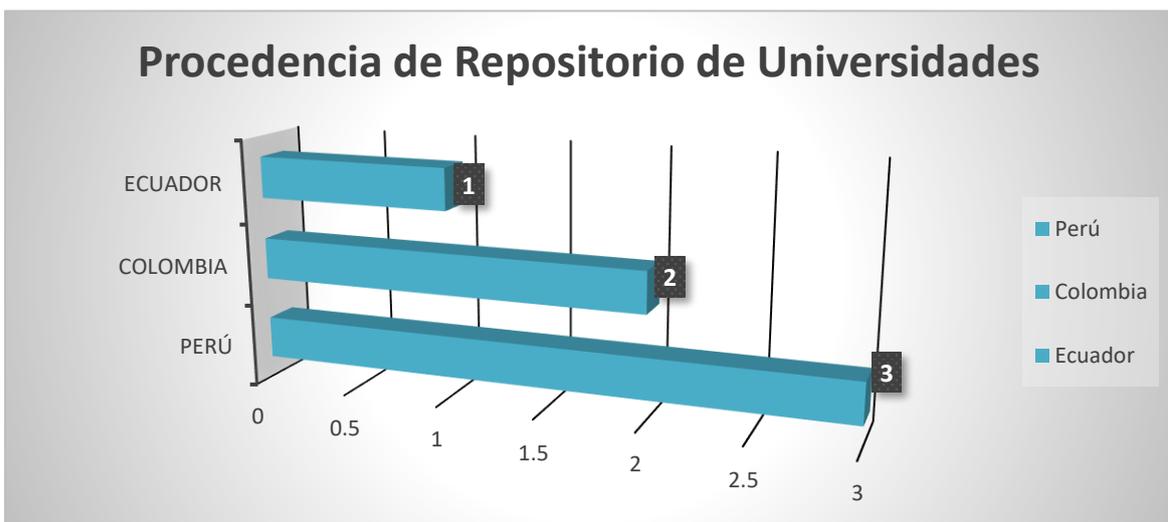


Figura 7. Procedencia de Repositorio de Universidades

De los artículos investigados se pudo concretar, el 19 % de los artículos son de enfoque cuantitativo, el 10 % de los artículos son del enfoque experimental, el 14 % de los artículos son del enfoque no experimental, el 12 % de los artículos son del enfoque transversal; además, se encontró que el 45 % de los artículos no tuvieron especificación.

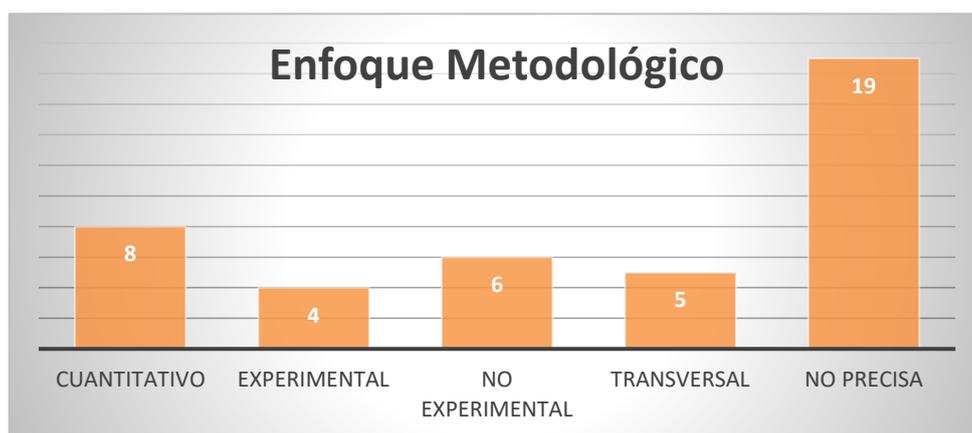


Figura 8. Enfoque Metodológico

No obstante, se examinó el estudio estadístico de los lugares de origen de los artículos de investigación seleccionados.

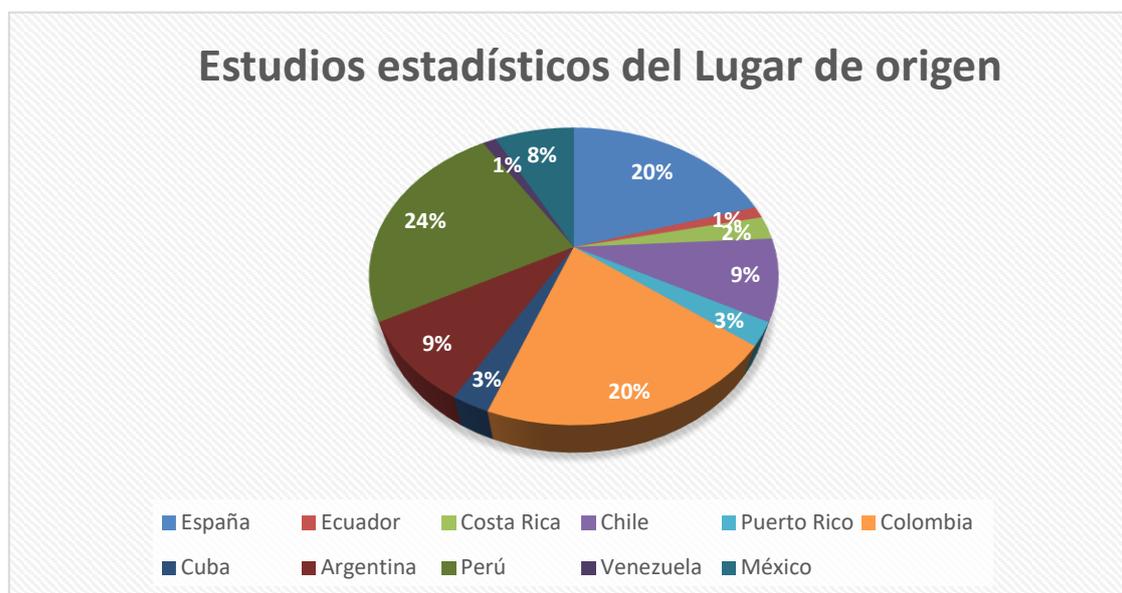


Figura 9. Estudios estadísticos del Lugar de origen

Como se puede observar en el gráfico, Perú con un 24 % fue el país que logró recopilar la mayor cantidad de artículos de investigación, Colombia y España con un 20 % son los países

donde se logró recopilar artículos de investigación, Argentina y Chile con un 9 % se logró encontrar artículos de información; también en México con un 8% se encontraron artículos de investigación, Puerto Rico y Cuba con un 3 %, Costa Rica con un 2 %; finalmente Venezuela y Ecuador con un 1 %.

Por otro lado, de los artículos de investigación seleccionados, se observaron las variables de los temas de indagación de los cuales fueron:

Tabla 5

Variables de artículos investigados

| Variables | Porcentaje (%) | Cantidad |
|----------------------------|----------------|----------|
| Niveles de ansiedad | 9% | 9 |
| Síntomas de ansiedad | 3 % | 3 |
| Estudiantes universitarios | 29 % | 29 |
| Ansiedad | 36 % | 35 |
| Rendimiento Académico | 11 % | 11 |
| Bajo rendimiento | 1 % | 1 |
| Manejo de ansiedad | 1 % | 1 |
| Ansiedad en estudiantes | 9 % | 9 |
| Jóvenes universitario | 1 % | 1 |
| Total | 100 % | 99 |

Se investigaron 138 artículos de investigación de diferentes base de datos; de los cuales se fueron descartando a medida de algunos requisitos como son: no ser mayor a 10 años de antigüedad; asimismo, artículos que no eran del idioma español, algunos temas de investigación no eran de fuentes confiables; por último, se descartó temas de indagación que no eran aludidas al tema de la presente revisión sistemática. De tal manera, se permitió reducir

la cantidad de artículos encontrados referente al título de la presente investigación; obteniendo así 79 artículos de los cuales fueron seleccionados para la recopilación de información.

Asimismo, se incluyeron las base de datos para una mayor confiabilidad: Scielo con un 18 %, Redalyc con un 10 %, ProQuest con un 18 %, Ebsco con un 20 %, la biblioteca virtual de la Universidad Privada del Norte con un 2 %, Google Académico con un 18 %, repositorio de universidades con un 8 %, y otros con un 6 %.

Para analizar el tipo de estudio de los temas de investigación seleccionados, se concretó que 3 artículos son correlaciones (4 %), 6 artículos son no experimental (9 %), 4 artículos son experimental (6 %), 5 artículos son de tipo exploratorio (7 %), 31 artículos son de tipo descriptivo (46 %) y 19 artículos no precisan el tipo de estudio (28 %).

Los temas de investigaciones fueron buscados de diferentes países para una mejor recopilación de información tales como fue el país de Perú con 19 artículos, Colombia con 16 artículos, España con 16 artículos, Argentina con 7 artículos, México con 6 artículos, Cuba con 2 artículos, Puerto Rico con 2 artículos, Ecuador con 1 artículo, Costa Rica con 2 artículos, Venezuela con 1 artículo; finalmente Chile con 7 artículos; dando un total de 79 artículos. Cabe resaltar, la mayor cantidad de artículos se obtuvieron en el continente Latinoamericano con un 80 % y en el continente Europeo se obtuvieron artículos con un 20 %.

Para recopilar datos actualizados se indagaron temas de investigación que estuvieron dentro de los 10 últimos años, de los cuales el año 2016 tuvo mayor predominancia con 13 artículos encontrados (17 %), seguido del año 2014 con 12 artículos (15 %), en el año 2018 se encontraron 10 artículos (13 %), en el año 2019 se encontraron 9 artículos (11 %), en los años 2011 y 2017 se encontraron 8 artículos respectivamente (10 %), en el año 2015 se encontraron 7 artículos (9 %), en el año 2012 se encontraron 6 artículos (8 %), en el año 2013 se encontraron 5 artículos (6 %); finalmente, en el año 2020 se encontró 1 artículo (1 %).

Se observaron palabras clave en los diferentes artículos seleccionados de cuales fueron Ansiedad (37 %), ansiedad ante exámenes (10 %), ansiedad en estudiantes universitarios (10 %), rendimiento académico (15 %), desempeño académico (2 %), ansiedad clínica (1 %), estados de angustia (1 %), ansiedad frente a los exámenes (8 %), rendimiento en exámenes (2 %) y niveles de ansiedad (14 %).

Por otro lado, en la búsqueda en repositorios de universidades se evidenció el país de Perú obteniendo un 50 % de búsqueda, el país de Colombia obtuvo un 33 % y finalmente el país de Ecuador obtuvo un 17 % de búsqueda. De la misma manera, las universidades determinadas fueron: la Universidad San Martín de Porres con un 16 %, la Universidad de los Andes con un 16 %, la Universidad Tecnológica del Perú con un 17 %, la Universidad Santander – UDES con un 17 %, la Universidad Nacional del Antiplano con un 17 % y la Pontificia Universidad Católica del Ecuador con un 17 %.

Por otra parte, los enfoques metodológicos obtenidos de los artículos de investigación se encontraron 8 artículos de enfoque cuantitativo (19 %), 4 artículos de enfoque experimental (10 %), 6 artículos de enfoque no experimental (14 %), 5 artículos del enfoque transversal (12 %); por último, se encontraron 19 artículos donde no precisan el tipo de enfoque metodológico.

Los estudios estadísticos realizados con lugar de origen se encontró el país de Perú con 19 artículos encontrados (24 %), seguido de los países Colombia y España con 16 artículos encontrados respectivamente (20 %), los países Argentina y Chile con 7 artículos encontrados respectivamente (9 %), el país de México con 6 artículos encontrados (8 %), los países de Puerto Rico y Cuba con 2 artículos encontrados respectivamente (3 %), el país de Costa Rica con 2 artículos encontrados (2 %); por último los países de Ecuador y Venezuela con 1 artículo encontrado respectivamente (1 %).

Las variables visualizadas en los distintos temas de investigación lo cual obtuvieron con mayor predominancia fue: Ansiedad con un 36 %, seguido de estudiantes universitarios con un 29 %, rendimiento académico con un 11 %, niveles de ansiedad y ansiedad en estudiantes con un 9 % respectivamente, síntomas de ansiedad puntuando un 3 %; finalmente, bajo rendimiento, manejo de ansiedad y jóvenes universitarios obtuvieron un 1 % respectivamente.

3.3 Análisis Global del estudio

La ansiedad y el desempeño académico que presentan los estudiantes universitarios dentro de su casa de estudios es un tema muy controversial; puesto que hoy en día la gran mayoría de estos alumnos lo presentan frente a su desenvolvimiento en el ámbito académico, ante el pensamiento de su falta de capacidad en rendir positivamente en académicamente.

Asimismo, se realizaron investigaciones dentro de los últimos diez años, donde la mayor predominancia se obtuvo en el año 2016; por lo que, los artículos de investigación son una de las más actualizadas, ubicándose dentro de los últimos cuatro años de antigüedad; además, la mayor cantidad de artículos de investigación encontrados fueron en los países del continente Latinoamericano. Por otro lado, se logró determinar que algunos de los enfoques metodológicos buscados en los artículos de investigación están relacionados en el enfoque cuantitativo y descriptivo; no obstante, la gran mayoría de artículos de investigación no precisaron su enfoque metodológico; de la misma manera, la palabra ansiedad fue con la que mayor resultado se obtuvo al encontrar los mencionados artículos de investigación.

CAPÍTULO IV. CONCLUSIONES

La ansiedad se puede manifestar en diferentes niveles como son: leve, moderado, intenso y pánico; asimismo, se manifiesta de diferentes maneras en el ser humano, por lo que no todos reaccionan de la misma forma; asimismo, se conoce que la ansiedad en los estudiantes universitarios repercute en el desempeño académico de éstos, por lo que la mayoría de los alumnos suelen manifestar ansiedad ante la presencia del examen o algún tipo de trabajo ante el remordimiento de su mal desempeño frente a éste.

Los estudios científicos encontrados acerca de la ansiedad y del desempeño académico frente a éste, se evidenció que los alumnos universitarios suelen manifestar señales de ansiedad cuando se encuentran frente a algún futuro examen, alguna práctica pendiente, último ciclo de la carrera, entre otros; por lo que todo lo mencionado anteriormente repercute ante su desempeño académico.

Se investigó revisiones de la literatura científica sobre la ansiedad y el rendimiento académico en estudiantes universitarios de los últimos diez años. Los estudios encontrados mencionan que la ansiedad en el ser humano es buena hasta un cierto modo; no obstante, la ansiedad en exceso se vuelve dañino para el individuo cuando éste impide realizar sus actividades con objetividad. Asimismo, los estudios afirman que un nivel alto de ansiedad en los estudiantes universitarios podría aquejar su rendimiento; por el contrario, ello podría ser a causa los trabajos y exámenes constantes que se presenta durante el ciclo académico, problemas económicos, la finalización de la carrera universitaria; conllevando a problemas en conciliar el sueño, reduciendo la retención y concentración en el estudiante.

Es relevante indicar en cuanto a las limitaciones de la presente investigación que no todos los estudios científicos brindaron el tipo de estudio y enfoque metodológico, por lo que ello dificultó en un cierto modo al obtener los resultados de la presente revisión sistemática;

asimismo, en cuanto a los estudios científicos se logró investigar que existen más estudios con gran contenido acerca del tema mayores a los diez años de antigüedad.

Las recomendaciones de la presente investigación son: seguir averiguando acerca de nuevas actualizaciones que se den sobre el tema de la ansiedad en el rendimiento académico en estudiantes universitarios; asimismo, sería conveniente realizar talleres dirigido hacia los alumnos universitarios, con el objetivo de lograr un óptimo manejo de ansiedad frente a las posibles causas mencionadas anteriormente, y así no perjudicar en el desempeño académico del alumno.

REFERENCIAS

- Aguilar, P., et al. (2013). Ansiedad y motivación de logro en estudiantes universitarios. Vol. 2, 11-16. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5386381>
- Aguilera, R. (2014). ¿Revisión sistemática, revisión narrativa o metaanálisis? *Scielo, Revista de la Sociedad Española del Dolor*, vol. 21 (6). http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-80462014000600010
- Agüero, E., et al. (2017). Estudio de la ansiedad matemática en la educación media costarricense. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 19(1), 35-45. <http://www.scielo.org.mx/pdf/redie/v19n1/1607-4041-redie-19-01-00035.pdf>
- Alberto, J., et al. (2016). La ansiedad en voleibolistas universitarios. Análisis de la competencia deportiva en la educación superior. *Revista Guillermo de Ockham*, vol. 14 (2), 111-121.
- Álvarez, Aguilar y Lorenzo (2012). La Ansiedad ante los Exámenes en Estudiantes Universitarios: Relaciones con variables personales y académicas. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, vol. 10(1), 333-354.
- Antúnez, Z. y Vinet, E. (2011). Escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS – 21): Validación de la Versión Abreviada en Estudiantes Universitarios Chilenos. *Terapia Psicológica*, vol. 30 (3), 49-55. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v30n3/art05.pdf>
- Aragón, L., et al. (2011). Ansiedad y pensamiento constructivo en estudiantes universitarios. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, vol. 3 (1), 43-55. <http://www.scielo.org.mx/pdf/jbhsi/v3n1/v3n1a5.pdf>
- Arrieta, K., et al. (2014). Síntomas de depresión y ansiedad en jóvenes universitarios: prevalencia y factores relacionados. *Revista Clínica Médica Fam.*, Vol. 7 (1), 14-22. <http://scielo.isciii.es/pdf/albacete/v7n1/original2.pdf>
- Ávila, J., et al. (2011). Relación entre ansiedad ante los exámenes, tipos de pruebas y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicogente*, vol. 14 (26), 255-268.
- Barraza, R., et al. (2016). Relación entre organización de personalidad y prevalencia de síntomas de depresión, ansiedad y estrés entre universitarios de carreras de la salud en la Región

de Coquimbo, Chile. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, vol. 46 (2), 203-208.
<https://www.redalyc.org/jatsRepo/806/80654035003/html/index.html>

Bausela, E. (2017). Ansiedad y Bajo Rendimiento en Competencia Matemática. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, vol. 46 (1), 161-173.
<https://www.aidep.org/sites/default/files/2018-01/RIDEP46-Art12.pdf>

Bojorquez, J. (2015). Ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. (tesis de posgrado). Universidad San Martín de Porres. Lima, Perú.

Bonilla, K. y Padilla, Y. (2015). Estudio piloto de un modelo grupal de meditación de atención plena (mindfulness) de manejo de la ansiedad para estudiantes universitarios en Puerto Rico. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, vol. 26 (1), 72-87.

Caballero, C., et al. (2014). Relación del burnout y el engagement con depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Científica Salud Uninorte*, vol. 31 (1).
<http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/salud/article/viewArticle/5085/7635>

Calbacho, V., et al. (2017). Estado ansioso previo a una evaluación en estudiantes de Odontología. *Salud Uninorte*, vol. 34 (1), 1-10.
<http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v34n1/20117531-sun-34-01-1.pdf>

Cardona, J., et al. (2015). Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios. *Perspectivas en Psicología*, vol. 11 (1), 79-89.
<http://www.scielo.org.co/pdf/dpp/v11n1/v11n1a06.pdf>

Cardoso, M. (2011). Niveles de ansiedad ante los exámenes en una muestra de estudiantes universitarios. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, vol. 3 (1), 453-456.
http://infad.eu/RevistaINFAD/2011/n1/volumen3/INFAD_010323_453-456.pdf

Caro, Y., et al. (2018). Prevalencia y Factores Asociados a Sintomatología Depresiva y Ansiedad Rasgo en Estudiantes Universitarios del Área de la Salud. *Psychologia*, 13(1), 41-52.

Casari, L., et al. (2014). Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología*, vol. 32 (2), 243-269.
<http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v32n2/a03v32n2.pdf>

Castellanos, Guarnizo y Salamanca (2011). Relación entre niveles de ansiedad y estrategias de afrontamiento en practicantes de psicología de una universidad colombiana. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, vol. 4 (1), 50-57. <https://www.redalyc.org/pdf/2990/299022819007.pdf>

Castillo, Chacón y Díaz (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Journals & Books*, vol. 5 (20), 230-237. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007505716000491>

Cazalla, N. y Molero, D. (2014). Inteligencia emocional percibida, ansiedad y afectos en estudiantes universitarios. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, vol. 25 (3), 56-73. <https://www.redalyc.org/pdf/3382/338233061007.pdf>

Chávez, H., et al. (2014). Ansiedad ante los exámenes en los estudiantes del centro preuniversitario – UNMSM ciclo 2012 – I. *Revista IIPSI*, vol. 17 (2), 187- 201. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/11266/10108>

Chau, C. y Vilela, P. (2017). Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios de Lima y Huánuco. *Pontificia Universidad Católica del Perú*, vol. 35 (2), 387-422.

Chust, P., et al. (2019). Ansiedad ante los exámenes en estudiantes de Enfermería: factores de riesgo emocionales y de sueño. Vol. 25 (2), 125-131. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7287710>

Cuéllar, R., et al. (2018). Efectos de la práctica de aikido sobre mindfulness y la ansiedad en estudiantes universitarios de Costa Rica. *Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física*, vol. 35 (1), 13-19.

Dávila, A., et al. (2011). Niveles de ansiedad, depresión y percepción de apoyo social en estudiantes de Odontología de la Universidad de Chile. *Revista de Psicología*, vol. 20 (2), 147-172.

Delgado, I., et al. (2017). Ansiedad matemática en estudiantes universitarios de Costa Rica y su relación con el rendimiento académico y variables sociodemográficas. *Propósitos y Representaciones*, vol. 5 (1), 275-324.

Del Río, S., et al. (2019). Tratamiento con acupuntura de la ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios. *Journals & Books*, vol. 13 (1), 2-11. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1887836919300018>

Del Toro, A., et al. (2014). Mecanismos fisiológicos implicados en la ansiedad previa a exámenes. *Artículo de revisión*, vol. 18 (10), 1-11.

Díaz, S. (2014). Ansiedad ante los exámenes y estilos de aprendizaje en estudiantes de medicina de una universidad particular, Chiclayo 2012. (tesis de pregrado). Universidad católica santo toribio de Mogrovejo. Chiclayo, Perú.

Dominguez, S. (2016). Inventario de la ansiedad ante exámenes-estado: análisis preliminar de validez y confiabilidad en estudiantes de psicología, vol. 22 (2), 219-228. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v22n2/a09v22n2.pdf>

Dominguez, S., et al. (2016). Prevalencia de ansiedad ante exámenes en una muestra de estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Revista Psicológica*, vol. 6 (2), 47-56. <http://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/155/150>

Dominguez, S., et al. (2017). Relación entre ansiedad ante exámenes y rendimiento en exámenes en universitarios: análisis preliminar de la diferencia según asignatura. *Revista Digital de Investigación*, vol. 11 (1), 166-176. <http://www.scielo.org.pe/pdf/ridu/v11n1/a11v11n1.pdf>

Dominguez, S. (2018). Afrontamiento ante la ansiedad pre-examen y autoeficacia académica en estudiantes de ciencias de la salud. *Journals & Books*, vol. 19 (1), 39-42. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1575181316301097>

Dominguez, S. (2018). Ítem único de ansiedad ante exámenes: evidencias de validez convergente e incremental en estudiantes universitarios. *Journals & Books*, vol. 19 (4). 250-251.

Escolar, M. y Serrano, I. (2016). Afrontamiento de la ansiedad ante los exámenes universitarios mediante un programa de Inoculación de Estrés: Caso Clínico. *Psicología y Educación: Presente y Futuro*, 2178-2189. https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/64220/1/Psicologia-y-educacion_260.pdf

Flamini, M., et al. (2012). Ansiedad ante exámenes en estudiantes de veterinaria: un estudio exploratorio. *IV Congreso Nacional y III Congreso Internacional de Enseñanza de las*

Ciencias Agropecuarias, 843-850.

http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/22084/Documento_completo.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Flores, A. y Valencia, M. (2011). Niveles de ansiedad y depresión y su relación con estresores psicosociales en jóvenes de primer semestre de la Universidad de los Andes. (tesis de pregrado). Universidad de los Andes. Bogotá, Colombia.

Flores, Chávez y Aragón (2016). Situaciones que generan ansiedad en estudiantes de Odontología. *Journals and Books*, vol. 8 (2), 35-41. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007078017300147>

Francisquelo, M. y Furlan, L. (2015). Ansiedad ante los exámenes y rasgos de personalidad en estudiantes universitarios. *VII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXII Jornadas de Investigación XI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, Argentina. <https://www.aacademica.org/000-015/442.pdf>

Furlan, L. (2013). Eficacia de una Intervención para Disminuir la Ansiedad frente a los Exámenes en Estudiantes Universitarios Argentinos. *Revista Colombiana de Psicología*, 22(1),75-89.

Furlan, L., et al. (2014). Ansiedad ante los exámenes, Procrastinación y Síntomas Mentales en estudiantes universitarios. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, vol. 6 (3), 31-39. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/racc/article/view/8726/Furlan>

Furlan, L., et al. (2015). Ansiedad ante los Exámenes en estudiantes universitarios: Correlatos y Tratamiento. *Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología*, vol. 2 (1), 37-58. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/aifp/article/view/12629/12899>

Furlan, L. y Gnavi, G. (2017). Ansiedad y evitación en exámenes orales eficacia de una intervención grupal para estudiantes universitarios. *Congreso Internacional de Investigación de la Facultad de Psicología*. <http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/69681/Resumen.pdfPDFA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

García, J., et al. (2013). ¿cómo se relaciona la ansiedad escolar con el rendimiento académico? *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 4 (1), 63-76.
<https://www.redalyc.org/pdf/2451/245126428003.pdf>

García, A., et al. (2016). Estudio empírico para determinar el nivel de ansiedad hacia la matemática en estudiantes universitarios. *Revista de Infad de Psicología*, vol. 1 (2), 441-452.

García, F. (2017). Ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de 7 a 15 años de la unidad educativa navarra del sur de quito, durante junio y julio del 2017. (Tesis de pregrado). Universidad Pontificia Católica de Ecuador, Quito, Ecuador.

Gil, L. y Botello, V. (2018). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. *Revista de investigación y casos en salud*, vol. 3 (2), 89-96.

Gilda, M., et al. (2012). Niveles de Ansiedad en la Comunidad Estudiantil Odontológica. *Int. J. Odontostomat.*, vol. 6 (1), 51-57.
<https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijodontos/v6n1/art07.pdf>

Giménez, L. y Feldman, L. (2015). Estilos de humor y ansiedad en estudiantes universitarios. *Anales de la Universidad Metropolitana*, vol. 16 (1), 171-190.
<http://ares.unimet.edu.ve/academic/revista/anales16.1/documentos/pag-171-190.pdf>

Gómez, R. (2019). Ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes universitarios de primer año de una universidad privada de Arequipa durante el periodo 2019. (tesis de posgrado). Universidad Tecnológica del Perú. Arequipa, Perú.

Gutiérrez, A. y Landeros, M. (2018). Autoeficacia académica y ansiedad, como incidente crítico, en mujeres y hombres universitarios. *Revista Costarricense de Psicología*, vol. 37 (1), 1-25. <http://www.rcpscr.org/openjournal/index.php/RCPs/article/view/76/136>

Herber, I., et al. (2014). Niveles de ansiedad en estudiantes de odontología de una universidad peruana. Artículo Original, vol. 11 (2), 143-147.
https://www.usmp.edu.pe/odonto/servicio/2014/kiru_v11/FINAL-Kiru-11-2-v-P41-45.pdf

Hernández, J. (2018). Factores asociados a síntomas de ansiedad en los estudiantes del programa de enfermería de la universidad de Santanter-udes, Bucaramanga. (Tesis de titulación). Universidad de Santander Udes, Bucaramanga, Colombia.

Jiménez, R., et al. (2016). Ansiedad ante los exámenes universitarios. (tesis de pregrado). Universidad de San Buenaventura. Cartagena, Colombia.

Londoño, N, et al. (2015). Prevención de la depresión y la ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Psicología e Saúde*, vol.7 (1), 47-55. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsaude/v7n1/v7n1a07.pdf>

López, J. y Lozano, J. (2016). Niveles de Ansiedad y Estrategias de Afrontamiento de un Grupo de Estudiantes Universitarios en el Valle de Aburrá. (tesis de pregrado). Corporación Universitaria Minuto de Dios-Seccional Bello (UNIMINUTO-Bello) Bello-Antioquia, Colombia.

Lora, M. (2020). Actitud, motivación y ansiedad y su relación con el rendimiento académico en estudiantes del Posgrado. Universidad César Vallejo 2017. *Artículo Original*, Vol. 20 (1), 37-44. <http://www.scielo.org.pe/pdf/hm/v20n1/1727-558X-hm-20-01-00037.pdf>

Manterola, et al. (2013). Revisiones sistemáticas de la literatura. Qué se debe saber acerca de ellas. *Cirugía Española*, vol. 91 (3). <https://www.elsevier.es/es-revista-cirugia-espanola-36-articulo-revisiones-sistematicas-literatura-que-se-S0009739X11003307>

Marcué, P. y González, R. (2017). Las emociones y el rendimiento académico: la ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios. *Congreso Nacional de Investigación Educativa*. <http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/2176.pdf>

Martínez, V. (2014). Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la facultad de educación. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, vol. 29 (2), 63-78.

Montiel, V. y Guerra, V. (2016). Particularidades de la ansiedad ante situaciones cotidianas en sobrevivientes de cáncer de mama. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, vol. 35 (2), 202-214.

Moreno, et al. (2018). Revisiones Sistemáticas: definición y nociones básicas. *Revista clínica de periodoncia, implantología y rehabilitación oral*, vol. 11 (3).

Naranjo, L. (2016). Diseño de un programa psico – educativo para el control de los niveles de ansiedad frente a los exámenes en estudiantes universitarios. (tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Ambato, Ecuador.

Otero, V. (2014). Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la Facultad de Educación. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, vol. 29 (2), 63-78. <http://www.revista.uclm.es/index.php/ensayos>

Piemontesi, S., et al. (2012). Ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios. *Anales de Psicología*, 28(1), 89-96.

Pulido, F. y Herrera, F. (2018). Influencia de las variables sociodemográficas sobre la ansiedad y el rendimiento académico adolescente: el contexto pluricultural de Ceuta. *Actualidades en Psicología*, vol. 33 (126), 1-16. <https://www.scielo.sa.cr/pdf/ap/v33n126/2215-3535-ap-33-126-1.pdf>

Pulido, F. y Herrera, F. (2018). Predictores sociodemográficos de la ansiedad y el rendimiento académico en estudiantes. *Revista Mexicana de investigación en psicología*, vol. 10, No. 1, pp. 83-93.

Ramírez, N. (2015). Ansiedad bibliotecaria en estudiantes universitarios. *Revista Interamericana de Bibliotecología*, 38(3), 227-236. <http://www.scielo.org.co/pdf/rib/v38n3/v38n3a7.pdf>

Riveros, M., et al. (2011). Niveles de depresión y ansiedad en estudiantes universitarios de lima metropolitana. *Revista IIPSI*, vol. 10 (1), 91-102.

Rodríguez, U., et al. (2011). Inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes universitarios. *Psicogente*, vol. 14 (26), 310-320. <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/1834/1750>

Santillán, C., et al. (2016). Prevalencia de síntomas de ansiedad en una muestra de estudiantes universitarios en una facultad de ciencias de la salud en México. Vol. 11 (2), 12-22. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6269251>

Serrano, C., et al. (2013). Depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, vol. 15, núm. 1, enero-junio, 2013, pp. 47-60.

Siabato, E., et al. (2013). Relación entre ansiedad y estilos de personalidad en estudiantes de Psicología. *Psychologia: avances de la disciplina*, 7(2), 87-98. <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v7n2/v7n2a07.pdf>

Smedema, Y. y Franco, M. (2018). Resiliencia, ansiedad y sentido de la vida en estudiantes universitarios. vol., 13, 87-106.

Soto, J. (2019). Influencia de un programa de relajación muscular progresivo sobre los niveles de ansiedad estado en gimnastas aeróbicos universitarios. *Apunts Educación Física y Deportes*, vol. 137, 142. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7052181>

Vallejos, S. (2015). Procrastinación académica y ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes universitarios. (tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.

Vargas, A. (2018). Niveles de estrés, depresión y ansiedad en relación al estado nutricional a gran altura en estudiantes universitarios del primer nivel de la facultad de medicina de la Una – Puno 2016. (tesis de pregrado). Universidad Nacional del Altiplano. Puno, Perú.

Villanueva, L. y Ugarte, A. (2017). Niveles de ansiedad y la calidad de vida en estudiantes de una universidad privada de Arequipa. *Revistas de Unife*, vol. 25 (2), 153-169.