

ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES EN ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA

ALEXANDRA TABAREZ RODRIGUEZ

**UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO
FACULTAD DE ODONTOLOGIA
PALMIRA
2021**

ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES EN ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA

ALEXANDRA TABAREZ RODRIGUEZ

**TRABAJO DE GRADO COMO REQUISITO PARCIAL PARA OPTAR AL TÍTULO EN
ODONTOLOGÍA**

**DOCTORA MÓNICA MAYA, ASESOR CIENTÍFICO
DOCTOR ADOLFO PÉREZ, ASESOR METODOLÓGICO**

**UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO
FACULTAD DE ODONTOLOGIA
PALMIRA
2021**

DEDICATORIA

NOTA DE ACEPTACIÓN

FIRMA DEL PRESIDENTE JURADO

FIRMA DEL JURADO

FIRMA DEL JURADO

PALMIRA/ VALLE

Contenido

	Pág.
ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES EN LOS ESTUDIANTES DE ODONTOLOGIA	8
Resumen	8
Introducción	10
1. Planteamiento del problema	12
2. Justificación	15
3. Objetivos	16
3.1. General	16
3.2. Específicos	16
4. Marco teórico	17
4.1. Ansiedad	17
4.2. Tipos de ansiedad	17
4.3. Síntomas frente a la ansiedad	19
4.4. Otros síntomas asociados con el nivel de ansiedad	20
4.5. Aptitud ante ansiedad	21
4.6. Como se afecta la ansiedad de acuerdo a las diferentes modalidades de examen	21
4.6.1. Examen de libro abierto.	22
4.6.2. Examen escrito.	22
4.6.3. Examen oral.	22
4.6.4. Examen en casa.	23
4.6.5. Respuestas múltiples.	23
4.6.6. Examen de desarrollo.	23
4.7. Respuesta neurológica ante la ansiedad.	24
4.8. Como se mide la ansiedad	25
4.9. Rendimiento académico	26
5. Metodología	29
5.1. Tipo de estudio	29

5.2.	Población y muestra	29
5.3.	Criterios de selección	29
5.4.	Variables	29
5.5.	Recolección de información	33
5.6.	Procedimiento	34
5.7.	Consideraciones éticas	36
5.8.	Análisis estadístico	36
6.	Resultados	37
7.	Discusión	54
8.	Conclusiones	57
9.	Bibliografía	58
10.	anexos	61

Lista de tablas

	Pág.
tabla 1. Dimensiones cuestionario caex	30
tabla 2. Division variables cuestionario caex	35
tabla 3. Edad	37
tabla 4. Genero	38
tabla 5. Respuesta fisiologica	38
tabla 6. Preocupacion	40
tabla 7. Respuesta de evitacion	41
tabla 8. Situaciones	43
tabla 9. Resultados descriptivos de las 4 dimensiones (promedio)	44
tabla 10. Prueba de kolmogorov-smirnov para una muestra	44
tabla 11. Correlaciones dominios de ansiedad vs promedio académico	45
tabla 12. Si llego cinco minutos tarde a un examen ya no entro al salón de clases	46
tabla 13. El ambiente donde se realiza un examen (por ejemplo salón con demasiado ruido, calor, frio, sol, etc.) Aumenta mi nerviosismo	46
tabla 14. Cuando termino el examen me duele la cabeza	47
tabla 15. Cuando llevo un rato haciendo el examen siento que me falta el aire, mucho calor y sensación de que me voy a desmayar debido a mi nerviosismo	47
tabla 16. Me pongo nervioso al ver al profesor con los exámenes antes de entrar al salón de clases	48
tabla 17. En el examen siento rígidas las manos y los brazos al estar muy nervioso(a)	48
tabla 18. Siento grandes deseos de fumar durante antes y después del examen	48
tabla 19. Tengo grandes ganas de ir al baño durante el examen	49
tabla 20. Siento que no voy a poder aprobar el examen, aunque haya estudiado	49
tabla 21. Antes de hacer el examen pienso que no me acuerdo de nada y voy a suspenderlo	50
tabla 22. Antes de hacer el examen pienso que no me acuerdo de nada y voy a suspenderlo	50
tabla 23. Al entrar en la sala donde se va realizar el examen me tiemblan las piernas	51
tabla 24. Tardo mucho en decidirme por contestar la mayoría de las preguntas , o en entregar el examen	51

tabla 25. Un examen escrito con respuestas alternativas	52
tabla 26. Genero vs dominios de ansiedad	52
tabla 27. Edad vs dominios de ansiedad	53

ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES EN LOS ESTUDIANTES DE ODONTOLOGIA

Resumen

Objetivo: determinar la relación entre rendimiento académico y ansiedad ante los exámenes en estudiantes de odontología. **Método:** se realizó un estudio descriptivo de corte transversal, se aplicó a 261 estudiantes de pregrado del programa académico de odontología de la Universidad Antonio Nariño seccional Palmira y Neiva, con el cuestionario CAEX, validado por Luis Alero aguayo en 1999. El cuál está dividido en cuatro categorías: preocupación, reacciones fisiológicas, situaciones, y respuestas de evitación; que se evaluaron a través de 50 preguntas, las cuales se responden con la escala de tipo likert con valores de 0 y 5. (no siento nada, casi nervioso, un poco nervioso, algo nervioso, muy nervioso, totalmente nervioso). **Resultados:** el resultado final de la suma de las medias aritméticas de ansiedad ante exámenes, permite identificar que los pensamientos y las preocupaciones de tipo cognitivo sobre el examen tiene un nivel de significancia de $-,046$ las respuestas fisiológicas de los estudiantes ante los exámenes tuvo un nivel de $-,044$, las situaciones y tipos de exámenes propuestos de $-,095$ y las respuestas efectivas de evitación de los estudiantes ante los exámenes un nivel de $-,056$ lo que nos indica que la ansiedad en general de los estudiantes de la facultad de odontología, está en un nivel “bajo”. Con respecto al rendimiento académico de los estudiantes de la facultad de odontología, se encontró que hay significancia estadística entre el género y el dominio de respuestas fisiológicas ($p=0,041$). **Conclusiones:** el nivel de ansiedad de los estudiantes de la facultad de odontología, está en un nivel “bajo”, no se encontró relación estadística con rendimiento académico.

Palabras clave

Ansiedad, rendimiento académico, estudiantes de odontología, exámenes

ANXIETY BEFORE EXAMS IN DENTISTRY STUDENTS

Abstract

Objective: to determine the relationship between academic performance and test anxiety in dentistry students. **Method:** a descriptive cross-sectional study was carried out, it was applied to 261 undergraduate students of the academic program of dentistry of the antonio nariño Palmira university. With the caex questionnaire, validated by luis valero aguayo in 1999. Which is divided into four categories: concern, physiological reactions, situations and avoidance responses; that were evaluated through 50 questions, which are answered with the likert-type scale with values of 0 and 5. (i don't feel anything, almost nervous, a little nervous, somewhat nervous, very nervous, totally nervous). **results:** the final result of the sum of the arithmetic means of anxiety before exams, allows to identify that the anxiety in general of the students of the faculty of dentistry, is at a "low" level. Regarding the academic performance of the students of the faculty of dentistry, it was found that there is statistical significance between the gender and the domain of physiological responses ($p = 0.041$). **Conclusions:** the final result of the anxiety level of the students of the school of dentistry is at a "low" level, no statistical relationship was found with academic performance.

Keywords

Exam anxiety, academic performance, dental students, test.

Introducción

El presente proyecto de tesis está basado en el modelo de investigación de tipo correlacional, ya que busca determinar si existe una correlación entre las variables de estudio: ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes de odontología, llevando por objetivo general el determinar la ansiedad ante situación de exámenes y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de odontología, así como cuatro objetivos específicos, el primero es, determinar pensamientos y preocupaciones de tipo cognitivo sobre el examen, el segundo es determinar las respuestas fisiológicas de los estudiantes ante los exámenes, el tercero es determinar las situaciones y tipos de exámenes propuestos, y el cuarto determinar las respuestas efectivas de evitación de ansiedad de los estudiantes ante los exámenes.

La ansiedad durante los exámenes consiste en una serie de reacciones emocionales negativas que algunos alumnos sienten ante estos, el miedo a los exámenes no es un miedo irracional, no en vano, la actuación en ellos determina gran parte del futuro académico de la persona, pero como ocurre la mayoría de las veces cuando la ansiedad se da en niveles muy elevados puede interferir seriamente en la vida de la persona.

La ansiedad ante los exámenes puede ser considerada como un rasgo de personalidad o un estado, así que, hay personas más propensas a la ansiedad (temor) en las situaciones de examen, entonces esa ansiedad ante el examen se conceptualiza como un rasgo de personalidad específico frente a esa situación (Bauermeister, 1989). En cambio, otras personas perciben la situación de examen como potencialmente amenazante por el hecho de que fallar en ella puede interferir con el alcanzar metas importantes, y esto les genera un estado de ansiedad que una vez pasado el mismo desaparece, pudiendo estar presente sólo en aquellos exámenes que el sujeto percibe como muy difíciles.

Existen cuestionarios elaborados específicamente para recoger la variedad de respuestas que suelen acompañar estos problemas, entre estas tenemos las siguientes; el CAEX que fue seleccionado como pilar de investigación ya que a diferencia del TAS o el TAI, más que centrarse en el rasgo de ansiedad como constructo, evalúa las características comportamentales de la ansiedad de examen incluyendo respuestas cognitivas, verbales,

motoras y fisiológicas y una tipología de los exámenes más frecuentes. El interés que ha motivado su desarrollo ha sido el de reunir en una única prueba todas las manifestaciones de ansiedad que un estudiante puede experimentar frente a los exámenes, a los fines de una evaluación conductual, por eso también discrimina los niveles de ansiedad subjetiva relativos a la amplia gama de situaciones evaluativas características de las carreras universitarias.

Se realizó una evaluación de la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de odontología, es un programa que tiene un gran porcentaje de competencias prácticas lo que puede conllevar a tener características propias que pueden ser condicionante en los estudiantes que adelantan este tipo de programa académico. Los resultados obtenidos en esta investigación pueden generar beneficios a los estudiantes participantes de la investigación, ya que se conoce su nivel de ansiedad ante los exámenes y si este interfiere o no en su rendimiento académico para así, realizar una mejora en sus conductas y disciplinas en el entorno de los estudiantes universitarios.

Es necesario que el universitario sea consciente de mantener un nivel de ansiedad adecuado para un rendimiento, no solo en el campo social familiar y personal, sino además en su rendimiento académico, finalmente, este estudio continuará su línea investigativa como parte esencial de implementar una búsqueda de alternativas que conduzca a aplicar en la vida cotidiana y académica en las instituciones universitarias.

1. Planteamiento del problema

La ansiedad es un sistema de alerta ante situaciones consideradas amenazantes, tiene la función de movilizarlos frente a dichas circunstancias de forma que hagamos lo necesario para evitar el riesgo, neutralizarlo, o asumirlo adecuadamente, sin embargo, cuando sobrepasa determinados límites la ansiedad se convierte en un problema de salud, impide el bienestar e interfiere notablemente en las actividades sociales, laborales, o intelectuales. (Furlan, I et al.,2012)

La ansiedad, es una reacción emocional que las personas presentan ante situaciones en las que sus aptitudes son evaluadas y cuya característica definitoria es la preocupación recurrente por el posible fracaso y sus consecuencias. (Palermo s & Daniel h, 2011)

Es importante diferenciar el término ansiedad de otros conceptos como el miedo y la depresión; por un lado, el miedo es una emoción, una manera de estar alerta ante cualquier estímulo que parezca peligroso, a diferencia de la ansiedad que es una respuesta subjetiva más general estimulada por el miedo, por otro lado, la depresión es una sobrevalorización de sucesos negativos subjetivos, formando una triada cognitiva de una visión negativa del yo, del mundo y del futuro. (Luis Valero a.1999).

Citado por rosa m, et al. Señala que el trastorno de ansiedad generalizada: es persistente, excesiva preocupación sobre varios aspectos que la persona percibe difíciles de controlar, asimismo, el sujeto experimenta síntomas físicos como inquietud o sensación de excitación nerviosismo, fatiga, dificultad para concentrarse, irritabilidad, tensión muscular y alteraciones del sueño. Los adolescentes con trastorno de ansiedad generalizada tienden a preocuparse en exceso por su competencia o por la calidad de su desempeño, el centro de las preocupaciones puede trasladarse de un objeto o una situación a otra. (Luis Valero a.1999)

Los problemas de ansiedad ante el examen son de los más habituales en la población universitaria, acompañados de otros problemas de técnicas de estudio o problemas emocionales, que probablemente durante un examen puedan afectar su rendimiento académico. (manzano I et al.,2014)

Se han elaborado varios modelos teóricos para explicar la relación entre la ansiedad ante los exámenes y la ejecución en los mismos; desde un modelo conductual se supone una inhibición de conductas académicas bajo una situación de castigo, con los componentes condicionados o emocionales habituales en una situación de ansiedad.

Desde una perspectiva cognitiva se incluyen la existencia de pensamientos negativos, dificultades en la resolución de problemas, déficits atencionales y baja autoestima como causas de esta problemática. Desde un modelo de aprendizaje social se incluyen como factores los déficits en habilidades de estudio, habitualmente se encuentran correlaciones negativas entre una elevada ansiedad y un pobre resultado en el examen, pero no supone una relación causal, sino más bien variables mediadoras en las que resulta fundamental las habilidades de estudio del alumno. (rosa m et al., 2017)

Se han encontrado diferencias entre sexos, por ejemplo, en los varones un mayor grado de ansiedad relacionada con una imagen negativa de sí mismo y con unos bajos resultados académicos, mientras que en las mujeres esa ansiedad ante la prueba parecía mejorar los resultados en las notas.

También se han encontrado diferencias socio-económicas y culturales, con mayor grado de ansiedad y peores resultados académicos cuanto menor es el nivel social de la persona y del país.

Una de las ventajas de llevar a cabo una detección precoz de la ansiedad ante los exámenes es la posibilidad de desarrollar programas de intervención individual y grupal en espacio y tiempo adecuados como es la hora de tutoría. La finalidad de estos programas es dotar a los participantes de estrategias de afrontamiento eficaces ante los exámenes y disminuir la intensidad de la ansiedad, para lograr un óptimo rendimiento académico en relación a las capacidades intelectuales y al tiempo dedicado al estudio de cada uno de los alumnos. (Luis Alberto f et al., 2009).

En síntesis, como propone la teoría de la eficiencia del procesamiento, la preocupación puede promover el uso de estrategias que permiten un mayor control de la situación estresante y una puesta en marcha de actividades favorables para el estudio, atenuando

las probables consecuencias adversas que podrían tener las dimensiones de interferencia y falta de confianza sobre el aprendizaje y el rendimiento. (Gutiérrez I et al., 2008)

El estado ansioso previo a una evaluación en estudiantes es una acción de comportamiento con respecto a la capacidad que tiene para desorganizar la conducta de una persona que provoca disminuir el grado de eficacia y se da en un momento definido como respuesta a un estímulo determinado es importante que en contextos universitarios se realicen investigaciones direccionadas a evaluar la presencia de estado ansioso ante las pruebas académicas. En consecuencia, encontrar la manera de relacionar el estado ansioso y severidad de ansiedad con el rendimiento académico, previo a una evaluación a los estudiantes de la facultad de odontología, es útil para los estudiantes, ya que indirectamente puede servir para que ellos sepan que la ansiedad puede afectar sus resultados, que se sientan bajo presión al momento de realizar un examen o alguna actividad que requiera de autonomía, les puede servir a las directivos de la institución para hacer programas o actividades para controlar la ansiedad , a los profesores para mejorar y hacer estrategias un poco más flexibles para reducir la ansiedad; y para futuras investigaciones sobre el manejo y mejora de la ansiedad. (lancha c & carrasco m. 2003)

2. Justificación

La investigación realizada sobre ansiedad en los estudiantes universitarios y su asociación con el rendimiento académico, está concentrada específicamente en aspectos puntuales que requieren profundos conocimientos psicológicos, individuales, fisiológica de los efectos y causas que producen estos antecedentes.

Su importancia radica en que un inadecuado manejo de ansiedad conduce a desarrollar enfermedades o patologías en el cuerpo dejando secuelas irreversibles para la salud mental y física de las personas y por consiguiente tener consecuencias en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Por lo que es pertinente demostrar si la relación entre la ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico, se evidencia en los estudiantes de odontología de la Universidad Antonio Nariño sede Palmira y Neiva, con el objetivo de que desde la alta dirección se instauren espacios, que brinden apoyo y ayuda a los estudiantes a tener un mayor control de su ansiedad, donde se fomente y se practiquen los buenos hábitos con el objetivo de incidir en el rendimiento académico.

Los resultado de este estudio indirectamente puede servir para que los estudiantes sepan que la ansiedad puede afectar sus resultados, que se sientan bajo presión al momento de realizar un examen o alguna actividad que requiera de autonomía, les puede servir a las directivos de la institución para hacer programas o actividades para controlar la ansiedad, a los profesores para mejorar y hacer estrategias un poco más flexibles para reducir la ansiedad; y para futuras investigaciones sobre el manejo y mejora de la ansiedad.

3. Objetivos

3.1. General

Determinar la ansiedad ante situación de exámenes y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de odontología

3.2. Específicos

- Determinar pensamientos y preocupaciones de tipo cognitivo sobre el examen
- Determinar las respuestas fisiológicas de los estudiantes ante los exámenes
- Determinar las situaciones y tipos de exámenes propuestos
- Determinar las respuestas efectivas de evitación de los estudiantes ante los exámenes

4. Marco teórico

4.1. Ansiedad

Que es ansiedad durante exámenes.

“la ansiedad ante los exámenes consiste en una serie de reacciones emocionales negativas que algunos alumnos sienten ante las pruebas, el miedo a los exámenes no es un miedo irracional, no en vano la actuación en ellos determina gran parte del futuro académico del estudiante; cuando los niveles son muy elevados pueden interferir seriamente en la vida de la persona. Esta ansiedad puede ser “anticipatoria” si el sentimiento de malestar se produce a la hora de estudiar o al pensar en qué pasará en el examen, o “situacional” si está aconteciendo durante el propio examen”. (Paloma c et al., 1997).

Es común que, en ciertas situaciones y momentos de la vida, se sienta nerviosismo, miedo o **ansiedad** por ejemplo antes de un examen o prueba importante, al hablar en público, al caminar por una calle oscura o al estar solo en un edificio vacío, esta sensación una vez desaparezca la causa suele desaparecer, sin embargo, para algunas personas, los sentimientos de nerviosismo no desaparecen, sino que empeoran conllevando una incapacidad para realizar un trabajo o sus actividades normales. (Paloma c, Bonifacio s. Et al. 1997).

4.2. Tipos de ansiedad

- Trastorno de ansiedad social: también conocido como fobia social, se caracteriza por un miedo persistente y acusado ante una amplia variedad de situaciones sociales, en las que la persona puede ser evaluada negativamente por otras. (Juan Luis m & Joaquín de p. 2004).
- Trastorno obsesivo-compulsivo: la anticipación de la amenaza del suspenso es la base de un trastorno obsesivo, cuyas compulsiones tienen la función de prevenir o neutralizar un acontecimiento que el paciente considera perjudicial; el paciente valora negativamente la sintomatología obsesiva que siente como egodistónica (se refiere a los pensamientos, valores, sentimientos y conductas (por ejemplo, sueños, compulsiones, deseos, etc.) Que están en conflicto, o que son disonantes, con las necesidades y objetivos del ego, o en conflicto con los ideales de su autoimagen); e intenta evitarla o rechazarla produciendo un efecto contrario al producido: el

aumento de la intensidad y el mantenimiento de las obsesiones y de la ansiedad. Este efecto se produce por la exposición breve a estímulos condicionados evocadores de alta ansiedad que, por una parte, dificulta su extinción y habituación y por otra, produce una sensibilización e incubación de la ansiedad. (Juan Luis m & Joaquín de p. 2004).

- Trastorno de pánico: es un episodio repentino de miedo intenso que provoca reacciones físicas graves cuando no existe ningún peligro real o causa aparente. Los ataques de pánico pueden provocar mucho miedo, pérdida del control, sentir que se tiene un ataque cardíaco o, incluso pensar que se va a morir. (Vados, a. 2000)
- Agorafobia: es un trastorno de la ansiedad que suele aparecer después de uno o más ataques de pánico, miedo a los lugares y las situaciones que pueden ocasionar pánico, impotencia o vergüenza. Está asociado a dos categorías diagnósticas: el trastorno de pánico y fobia sin historia de trastorno de pánico. En el primero deben haberse dado al menos dos ataques de pánico inesperados (espontáneos), de los que al menos uno haya ido seguido durante 1 mes o más de: a) preocupación persistente acerca de tener nuevos ataques, b) preocupación acerca de las implicaciones del ataque o de sus consecuencias. (Juan Luis m & Joaquín de p. 2004).
- Trastorno de estrés post traumático: es un tipo de trastorno de ansiedad que puede ocurrir después de que se ha experimentado un trauma emocional que implica una amenaza de lesión o de muerte, trastorno caracterizado por la imposibilidad de recuperarse después de experimentar o presenciar un evento atemorizante, el trastorno por estrés postraumático (TEPT) constituye el eje psicopatológico fundamental sobre el que gravita el trauma. La importancia de este trastorno no es reciente, ya que comenzó a ser estudiado en el siglo xix. (Vados, a. 2000)
- Trastorno de ansiedad generalizada: es tener una preocupación y ansiedad excesivas (expectativa aprensiva o aprensión ansiosa), persistentes (más de la mitad de los días durante al menos 6 meses) y difíciles de controlar sobre un número de acontecimientos o actividades tales como el rendimiento laboral o escolar. La preocupación y ansiedad son excesivas significa que su intensidad, duración o

frecuencia son desproporcionadas con relación a la probabilidad o impacto real del evento temido. (Juan I. 2001).

- Fobias específicas: las fobias específicas son un temor abrumador e irracional a objetos o situaciones que plantean un peligro real pequeño, pero provocan ansiedad y conductas de evitación, a diferencia de un momento de ansiedad breve que puedes sentir cuando das un discurso o haces un examen, las fobias específicas son duraderas, producen reacciones físicas y psicológicas intensas, y pueden afectar tu capacidad de desempeñarte normalmente en el trabajo, en la escuela o en entornos sociales, el miedo es una experiencia muy común para los seres humanos y se trata, además, de una experiencia que tiene un importante valor adaptativo para la supervivencia de la especie. Normalmente cuando hablamos de miedo adaptativo nos referimos a un conjunto de sensaciones que se ponen en marcha como respuesta normal ante peligros reales. (Juan I. 2001).

4.3. Síntomas frente a la ansiedad

De acuerdo al nivel de ansiedad se pueden presentar alteraciones cognitivas, fisiológicas entre las que encontramos:

Somáticas (SNC): los síntomas frente a la ansiedad son diversos entre ellos encontramos temblores, aumento de la tensión arterial, aumenta el ritmo cardíaco, aumento de la frecuencia respiratoria; con estos podemos evidenciar que la ansiedad tiene un papel crucial en el cerebro, de esta forma, puede generar problemas de salud física, mental y una disminución del rendimiento en general de una persona. Si no se maneja los niveles de ansiedad se puede dar paso a entidades clínicas como fobias, trastorno de ansiedad generalizada, ataques de pánico, entre otros.

Estudios demuestran que la ansiedad, cuando se prolongan en el tiempo, no solo tienen efectos en el momento en el que aparecen sino a largo plazo que genera efectos irreversibles en el cerebro conllevando a desórdenes neuropsiquiátricos.

Algunos destacados son la depresión y recientemente se ha descubierto su relación con la demencia (entre las más frecuentes el Alzheimer y demencias vasculares). Diversas investigaciones concluyen que una respuesta de ansiedad desmedida, puede dar paso al

envejecimiento de las células cerebrales y cambios en el sistema nervioso central, vinculándose también con un mayor riesgo de deterioro cognitivo. (lancha c & carrasco m. 2003)

Otros síntomas asociados con el nivel de ansiedad son:

- Dolor de cabeza de predominio occipital, tensión muscular difusa en otras áreas del cuerpo.
- molestias torácicas como opresión precordial, ahogo, palpitaciones y taquicardia.
- Molestias digestivas: náuseas, diarrea y dolores abdominales.
- Dificultad para conciliar el sueño.
- Mareos.
- Sudoración psíquica (SNP): los síntomas de un problema en el sistema nervioso dependen de la zona afectada y de las causas del problema. Los problemas del sistema nervioso podrían ocurrir lentamente y causar una pérdida gradual de la función (degenerativos) o podrían suceder de manera repentina y ocasionar problemas que ponen la vida en peligro (agudos). Los síntomas podrían ser leves o graves, algunas afecciones, enfermedades y lesiones graves que pueden causar problemas en el sistema nervioso incluyen: problemas en el riego sanguíneo, traumatismos especialmente en la cabeza y en la medula espinal. Etc. (paloma c et al., 1997).

4.4. Otros síntomas asociados con el nivel de ansiedad

- Irritabilidad.
- Preocupación excesiva.
- Nerviosismo, sobresaltos.
- Dificultad para concentrarse, problemas para memorizar, olvidos.
- Temor a que algo grave esté por sucederle (enfermarse, morir, enloquecerse o perder el control).

4.5. Aptitud ante ansiedad

Se ha investigado si los efectos de la ansiedad son diferentes, dependiendo de la aptitud del alumno; Spielberg (1966) quien consideró la aptitud escolar, en términos generales, como las condiciones o habilidades de aprendizaje que posee el alumno. (Bach. D & Sandra maría de f. 2012).

Clasificó la variable en 3 niveles (escala ACE de aptitudes): aptitud escolar baja, mediana y alta, y obtuvo los siguientes resultados: (Amanda m. 2009)

- Si la aptitud escolar es baja, prácticamente no se observan diferencias de rendimiento atribuibles a la variable ansiedad; en otras palabras, la baja aptitud escolar determina un rendimiento bajo, independientemente del grado de ansiedad que pueda tener el alumno.
- Si la aptitud escolar es mediana, ciertas diferencias en favor del grupo poco ansioso son significativas, bajando notoriamente el rendimiento de los alumnos ansiosos. Es en este nivel en donde se aprecia el mayor efecto negativo de la ansiedad, ya que los alumnos ansiosos tendrían un rendimiento más bajo comparado con sus compañeros con mínimos niveles de ansiedad.
- Si la aptitud escolar es alta, se aprecia un mejor rendimiento en los alumnos poco ansiosos, aunque esta diferencia no llega a ser significativa; es decir, la diferencia en favor del grupo poco ansioso es leve, la explicación de ello la podemos encontrar en que el alumno ansioso, pero con alta aptitud escolar, alcanza habitualmente el éxito, lo que se traduce en un elemento reforzante de su conducta y le facilita el enfrentamiento de nuevas situaciones ansiógenas.

En conclusión, Spielberg señala que: se ha comprobado que los niveles altos de ansiedad producen un efecto negativo en las calificaciones de casi todos los estudiantes cuya aptitud escolar es regular. (Amanda m. 2009)

4.6. Como se afecta la ansiedad de acuerdo a las diferentes modalidades de examen

El examen se trata de una evaluación que se le realiza a una persona, con el fin de medir los conocimientos que esta tiene en una determinada área, o bien si cuenta con la información necesaria para llevar a cabo una labor encomendada, esta es la definición

general, que aplica a las palabras homónimas como son prueba o evaluación, las cuales se extienden al campo académico y laboral. (Gladys Jadue j. 2001).

4.6.1. Examen de libro abierto.

Estamos en presencia de una evaluación que permite al alumno utilizar el material de apoyo y que contiene información referente al contenido que va a ser objetivo de la evaluación. (james m et al., 2013).

La idea de este examen, es medir el nivel de comprensión de los alumnos respecto al contenido ya impartido, por medio de una serie de preguntas que invitan a colocar en práctica los conocimientos ya aprehendidos.

4.6.2. Examen escrito.

Es el modelo de examen más común que se aplica en cualquiera de los ámbitos educativos, consiste en la expresión de una serie de preguntas en una hoja que le es entregada al alumno para que explique en la misma las respectivas respuestas.

Este examen obedece a una práctica consuetudinaria de medición de conocimiento de aquellas materias que ameritan cierto análisis de parte del alumno, siendo necesario que este evaluara y explique su criterio respecto a la pregunta que se le está formulando. (james m et al., 2013).

4.6.3. Examen oral.

Es la antítesis de los exámenes escritos y consiste en pasar al alumno o a un grupo de alumno, a quienes el profesor le realiza una serie de preguntas, estas por lo general buscan una respuesta corta de parte del alumno, pero que a la vez sea analítica.

Este examen ha sido muy criticado en los ámbitos educativos por considerar que el alumno no tiene tiempo para pensar y además los nervios pueden hacer de las suyas haciendo que el mismo repruebe, pero la pedagogía que avala la aplicación de este tipo de prueba considera que los exámenes orales incentivan el pensamiento analítico, la expresión concreta de palabras, por medio de la formación de juicios lógicos y coherentes. (james m et al., 2013)

4.6.4. Examen en casa.

Es aquel que se lleva a cabo en el hogar, este examen corresponde al uso de las tics, o lo que es lo mismo, las nuevas herramientas de la comunicación, estos exámenes los realiza el alumno desde el ordenador, bien sea por medio de una plataforma, o bien por medio de la correspondencia virtual, el alumno recibe el examen y debe regresarlo por la misma vía en lapso de tiempo corto. (james m et al., 2013).

4.6.5. Respuestas múltiples.

Esta evaluación consiste en presentar al alumno las preguntas con las respuestas, pero no de forma manifiesta, sino más bien, por medio de la presentación de una serie de alternativas.

Pudiendo tener dos versiones, una en la que las respuestas son manifestadas por medio de enunciados, debiendo el alumno escoger el correcto, es decir, el que sea acorde a la pregunta.

O bien aquellos, que son los más comunes, en los que el alumno debe seleccionar la opción verdadera o falsa, determinando así la veracidad del enunciado que se encuentra manifiesto en la pregunta. (james m et al., 2013).

4.6.6. Examen de desarrollo.

Es aquella prueba, donde el alumno es sometido a una serie de preguntas que puede explicar acorde a su criterio, ya que las interrogantes plasmadas invitan al alumno a la crítica y al análisis, como también a la justificación de los criterios que esgrima junto a su respuesta. (james m et al., 2013).

Tomando como base el cuestionario de ansiedad de evaluación ante los exámenes, estudio realizado por investigadores de la Universidad de Navarra (España), se obtuvo que, para el caso de los síntomas cognitivos de ansiedad, la realización de exámenes orales de tipo individual es una de las variables con mayor nivel de significancia estadística asociada al fenómeno, lo cual no sucede con las otras formas de manifestación ansiosa.

Igualmente, en los tres conjuntos de manifestaciones ansiosas (cognitivas, fisiológicas y conductuales) sobresale el papel que desempeñan los exámenes que implican el desarrollo

de argumentaciones por parte del estudiante, siendo el tipo de prueba con mayor significancia estadística, así como los exámenes prácticos se asocian con la ansiedad motora y fisiológica, mientras que las pruebas grupales y los exámenes con formato tipo saber pro (exámenes estatales de educación superior realizados en Colombia) se relacionan con todas las formas ansiosas. Curiosamente, los exámenes relámpago o quiz no se asociaron con el surgimiento de formas ansiosas; idéntica situación se dio con las pruebas orales en condición grupal. (Bach. D & Sandra maría de f. 2012).

Además, arroja que las exposiciones y los problemas matemáticos mostraron relaciones importantes con la ansiedad fisiológica.

Generalmente aquellos estudiantes que tienen éxito en el contexto social son los más exitosos como estudiantes. El ambiente cargado de evaluaciones del sistema escolar contribuye, además, al incremento del temor que puede provocar el contacto interpersonal extraescolar, especialmente cuando el alumno se siente inseguro de sus habilidades sociales y tiene temor a las evaluaciones negativas de sus compañeros, amigos y profesores. Asimismo, los estudiantes ansiosos a menudo presentan problemas en su socialización, porque su dependencia del adulto y sus propias aprensiones los hacen aparecer muy infantiles ante sus compañeros. El fracaso es fuente de frustración en una escuela que estimula la competitividad en sus estudiantes. La frustración es uno de los factores que pueden llevar a la conducta agresiva, ya que fomenta la hostilidad entre los alumnos. La competencia por las calificaciones académicas aumenta la tensión emocional. La competencia entre los estudiantes genera hostilidad y está vinculada con la agresión, de tal manera que cuando los estudiantes compiten por rendimiento académico la violencia extraescolar aumenta. (Carlos m & Tamara o, 2014).

4.7. Respuesta neurológica ante la ansiedad.

Si hay algo característico de los trastornos de ansiedad, sin duda es el miedo. Un miedo difuso que produce angustia y que no tiene una causa clara. Varias zonas del cerebro son claves en la producción del miedo y la ansiedad. En especial la amígdala, una estructura con forma de almendra, y el hipocampo.

La amígdala se encarga de alertar al resto del cerebro de posibles amenazas y de activar una respuesta de miedo o ansiedad. El hipocampo, fundamental para la consolidación de la memoria y el aprendizaje, se encarga de almacenar los sucesos peligrosos en forma de recuerdos.

En la mayoría de las personas, la sensación de miedo es algo adaptativo, que nos protege de peligros, pero en las personas con trastornos de ansiedad esa emoción es desproporcionada y en muchos casos genera un estudio que acaba de publicarse podría ayudar a explicar cómo se pasa de un miedo normal y adaptativo a otro generalizado y disfuncional. Según este estudio, la sensación de miedo es una cuestión de números y depende de una votación “democrática” entre nuestras neuronas, que de forma individual son capaces de distinguir lo que supone una amenaza y lo que no. Si la mayoría se alarman, sentimos miedo, por el contrario, si sólo se alteran unas pocas, no cunde el pánico y permanecemos tranquilos. (cadena et al. 2012).

4.8. Como se mide la ansiedad

El **ISRA**(inventario de situaciones y respuestas de ansiedad) evalúa el nivel general de ansiedad (rasgo general de personalidad ansiosa), los tres sistemas de respuesta por separado (lo que pensamos, regulado por el *sistema cognitivo*; lo que sentimos a nivel corporal, o *sistema fisiológico*; y lo que hacemos, o *sistema conductual-motor*), así como cuatro rasgos específicos de ansiedad o áreas situacionales (ansiedad ante *situaciones de evaluación*, ansiedad en *situaciones sociales o interpersonales*, ansiedad en *situaciones fóbicas*, y ansiedad en *situaciones de la vida cotidiana*).

Este test (**ISRA**) posee una gran capacidad de discriminación entre grupos, pues permite diferenciar sujetos con trastornos psicofisiológicos (trastornos cardiovasculares, hipertensión, arritmias, etc.); sujetos con trastornos dermatológicos y sujetos con trastornos de ansiedad (crisis de ansiedad, agorafobia, fobia social, ansiedad generalizada, trastorno obsesivo compulsivo, etc.). (8)

El cuestionario muestra los temores e inquietudes que tiene o puede tener el estudiante antes, durante y después del examen, como puede ser la sudoración excesiva , la incomodidad ante la presencia de una autoridad como es el profesor , podemos analizar

la inseguridad del estudiante , su falta de preparación para el examen , así como su falta de confianza en los conocimientos adquiridos , el estudiante puede sentir un arraigado sentimiento de inferioridad ,y un malestar general causado a raíz de su misma mente , puede afectar de manera directa el ambiente donde se realice el examen , los diferentes tipos de exámenes puede ser un pro o un contra respecto al estudiante según sean , sus habilidades.(Gutiérrez et al ., 2008).

4.9. Rendimiento académico

Que es rendimiento académico

El rendimiento académico de los estudiantes universitarios tiene relación con la calidad de la educación superior y el aprovechamiento de los recursos que en ella se invierten, de allí que la relación entre el rendimiento y las tasas de deserción ante la ansiedad es uno de los factores de la deserción universitaria en el país, así como también del cambio de carrera, lo que genera una serie de efectos en quienes la padecen, que van desde el fracaso educativo hasta el deterioro de la salud física y el aislamiento social. Objeto de múltiples investigaciones, teniendo en cuenta que este fenómeno se da particularmente en el primer año de la carrera universitaria, en el cual dicha tasa se ha mantenido en torno al 20% o 30% desde los años ochenta. (Ávila-t et al., 2011).

Como se mide el rendimiento académico

Se puede medir observando los resultados traducidos en calificaciones que se obtienen en exámenes y son notas que a lo largo del tiempo definen un número que de acuerdo con su escala obtenida puede ser positiva, regular o negativa.

(Stupnisky, et al., 2007)

En las últimas décadas ha ido creciendo el interés por identificar los factores que inciden en la deserción y el bajo rendimiento, en particular los de índole personal y no sólo los de orden socio-económico o exclusivamente cognitivo. En efecto, podría pensarse que el predictor esencial del rendimiento es la capacidad o las capacidades y competencias específicas requeridas para los distintos tipos de carreras, sin embargo, hay un cúmulo de evidencias respecto del rol que juegan otras variables, tales como los enfoques que tradicionalmente se ha considerado que la ansiedad de evaluación es una respuesta emocional que los sujetos presentan frente a situaciones en los que sus aptitudes son evaluadas. Contiene manifestaciones de tipo cognitivo (preocupación) y de activación

afectivo -fisiológica (emocionalidad). (1981) emplearon el concepto de preocupación en forma amplia incluyendo en ella a los pensamientos irrelevantes para la tarea, anticipación de fracaso y sus consecuencias aversivas en la auto-estima y la pérdida de algún beneficio esperado, falta de confianza en la propia ejecución y comparaciones con los pares, entre otras (Gutiérrez Calvo y Avero, 1995). Por emocionalidad se entiende el incremento de síntomas somáticos (tasa cardiaca, sudoración, molestias intestinales) y los sentimientos de nerviosismo, tensión y temor. Spielberg diferencia además el "estado" de ansiedad, que es una respuesta emocional concreta, circunscripta en el tiempo y vinculada a una situación particular y el "rasgo" de ansiedad ante exámenes, este constituye una característica de personalidad relativamente estable, que expresa la tendencia a responder selectivamente con estados ansiosos ante cierto tipo de situaciones, en este caso las de carácter evaluativo. (Ávila-t et al., 2011).

La ansiedad puede presentarse en tres formas: 1) normal, en la cual hay manifestaciones afectivas como respuesta a un estímulo tanto del mundo exterior como interior; 2) patológica, donde, a diferencia de la normal, no hay un estímulo previo; y 3) la generalizada, que se caracteriza por miedos prolongados vagos e inexplicables sin relación con un objeto (Acuña, Botto y Jiménez, 2009).

La frecuencia de trastornos mentales en general, y la ansiedad en particular, es mayor en poblaciones con factores de riesgo sociales, clínicos y ambientales, los cuales presentan una frecuencia diferente según la población estudiada. Los estudiantes universitarios presentan con mayor frecuencia este tipo de riesgos, y constituyen uno de los grupos de mayor interés para el estudio de la ansiedad, debido a sus exigencias psicológicas, sociales y académicas, aunadas a los altos niveles de estrés que, en conjunto, conllevan a problemas de salud mental como trastornos depresivos, ansiedad, suicidio, abuso de alcohol y drogas, entre otros (Bohórquez, 2007). Se encontró una elevada prevalencia de ansiedad a partir de la aplicación de una escala validada para la población, y con excelente desarrollo psicométrico para la población de estudio; esto pone de manifiesto la necesidad de desarrollar estrategias educativas, identificar estudiantes de mayor riesgo e iniciar intervenciones en salud de manera oportuna. (Cruz Ordinola, mc & Aragón Alvarado pm. 2020).

Aprendizaje de los alumnos, los tipos de motivaciones y también las diferencias ligadas al género. Respecto de este último factor en algunas investigaciones se ha hallado que, en unas pocas décadas, la brecha de género en cuanto a la perseverancia hasta la finalización de la universidad se ha revertido a favor de las mujeres. (Buchmann & Diprete, 2006)

“es una medida de las capacidades del alumno, que expresa lo que este ha aprendido a lo largo del proceso formativo, también supone la capacidad del alumno para responder a los estímulos educativos, en este sentido, el rendimiento académico está vinculado a la aptitud”. (Arturo b. 2001).

5. Metodología

5.1. Tipo de estudio

Se realizó un estudio observacional descriptivo de corte transversal: la característica fundamental es que todas sus mediciones se hacen en una sola ocasión, por lo que no existe períodos de seguimiento. En otras palabras, con éste diseño, se efectúa el estudio en un momento determinado de la evolución de la enfermedad o evento de interés, de esta manera, no se puede distinguir si la exposición determinó el desarrollo de la enfermedad evento de interés (EI), o sólo afecta el nivel individual de la exposición.

5.2. Población y muestra

La población del presente estudio está constituida por 261 estudiantes activos en el segundo periodo del año 2019 - 2020 del programa de odontología de la Universidad Antonio Nariño seccional Palmira y Neiva.

5.3. Criterios de selección

Criterios de inclusión

- Estudiantes de pregrado de la facultad de odontología.
- Participación voluntaria

Criterios de exclusión

- Estudiantes que cancelaron semestre

5.4. Variables

Variables independientes:

- Situaciones y tipos de exámenes propuestos.
- Respuestas fisiológicas de los estudiantes ante exámenes.
- Pensamientos y preocupaciones de tipo cognitivo sobre el examen.
- Respuestas efectivas de evitación de los estudiantes ante los exámenes.

Variable dependiente

- Rendimiento académico

tabla 1. Dimensiones cuestionario CAEX

VARIABLES	DEFINICIÓN	NIVEL DE MEDICIÓN	VALORES
Edad	Tiempo que ha vivido una persona u otro ser vivo contando desde su nacimiento.	Independiente cuantitativa discreta ordinal.	
Genero	Género es un término técnico específico en ciencias sociales que alude al «conjunto de características diferenciadas que cada sociedad asigna a hombres y mujeres».	Independiente cualitativa dicotómica.	Femenino/masculino
Semestre	Es un periodo académico que se divide el año en dos semestres, dos términos de igual duración, con asistencia requerida en ambos semestres para un total de 32 a 36 semanas de instrucción. A menudo hay una sesión opcional de verano la mitad de un semestre completo.	Independiente cuantitativa discreta ordinal.	I,II,III,IV,V,VI,VII,VIII, IX,X.
Preocupación	Dificultad para concentrarse y pensar; pensamientos negativos relativos al rendimiento	Independiente cualitativo ordinal	No siento nada/ nunca me ocurre Casi nervioso/ muy pocas veces me ocurre

	académico deficiente, a no alcanzar sus expectativas o las de los demás.		Un poco nervioso/ algunas veces me ocurre Algo nervioso/ a menudo me ocurre Muy nervioso/ muchas veces me ocurre Totalmente nervioso/ siempre me ocurre
Reacciones fisiológicas	Se perciben dificultad para respirar, ritmo cardiaco acelerado, sudoración o manos frías, sequedad de la boca, mareos, náuseas, escalofríos, sofocos, sensación de tener un nudo en la garganta.	Independiente cualitativo ordinal	No siento nada/ nunca me ocurre Casi nervioso/ muy pocas veces me ocurre Un poco nervioso/ algunas veces me ocurre Algo nervioso/ a menudo me ocurre Muy nervioso/ muchas veces me ocurre Totalmente nervioso/ siempre me ocurre
Situaciones	Percepción del ambiente como incontrolable por su parte, nerviosismo excesivo, temor a los exámenes en público o exposiciones de trabajo, inseguridad al responder, temor a exámenes prácticos de matemática o pruebas de gimnasia.	Independiente cualitativo ordinal	No siento nada/ nunca me ocurre Casi nervioso/ muy pocas veces me ocurre Un poco nervioso/ algunas veces me ocurre Algo nervioso/ a menudo me ocurre

			Muy nervioso/ muchas veces me ocurre Totalmente nervioso/ siempre me ocurre
Respuestas de evitación	Es la evitación de situaciones temidas o poner excusas para no rendir el examen; intranquilidad motora; quedarse paralizado, sentir alivio al cancelar el examen.	Independiente cualitativo ordinal	No siento nada/ nunca me ocurre Casi nervioso/ muy pocas veces me ocurre Un poco nervioso/ algunas veces me ocurre Algo nervioso/ a menudo me ocurre Muy nervioso/ muchas veces me ocurre Totalmente nervioso/ siempre me ocurre
Rendimiento académico	Hace referencia a la evaluación del conocimiento adquirido en el ámbito escolar, terciario o universitario. Un estudiante con buen rendimiento académico es aquel que obtiene calificaciones positivas en los exámenes que debe rendir a lo largo de una cursada. En otras palabras, el rendimiento académico es una medida	Dependiente cualitativo ordinal	0 1 2 3 4 5

	de las capacidades del alumno, que expresa lo que éste ha aprendido a lo largo del proceso formativo		
--	--	--	--

5.5. Recolección de información

Se aplicó a estudiantes de pregrado del programa académico de odontología de la Universidad Antonio Nariño el cuestionario de ansiedad antes exámenes (CAEX) el cual constataba de 50 preguntas que se dividían en 4 dimensiones (situaciones, respuesta fisiológica, preocupaciones, respuesta de evitación) en cada uno de los ítems o situaciones que se describen señale con una puntuación de 0 a 5 el grado de ansiedad o malestar que siente en esas situaciones. En cual se midió en una escala de tipo Likert se utilizó para ello los siguientes criterios; (anexo a)

Como primer paso se menciona que es de participación voluntaria, que se debe firmar un consentimiento y/o asentimiento informado y que es un estudio sin remuneración económica y anónimo. (anexo b)

La recolección de los datos se realizó en jornadas de clase solicitando previa autorización al coordinador del programa y a cada docente, se les pidió un espacio de 25-30 minutos antes de comenzar la clase para el alumno diligenciara el consentimiento informado y dos encuestas, una sobre aspectos sociodemográficos y el promedio del rendimiento académico y otra para obtener información sobre ansiedad ante exámenes (anexo a). Se contaba para su aplicación con la autorización del decano y el programa de recolección de datos.

- Se procedió a realizar dos urnas para que los estudiantes depositaran la encuesta sobre la ansiedad.
- Se hizo otra urna, donde los estudiantes debían depositar los formatos de consentimiento informado donde aceptaban realizar la encuesta sobre la ansiedad.

- Se llevaron las urnas semestre por semestre con el permiso de los doctores para realizar la encuesta.
- Se les explicó a los estudiantes que la encuesta sería un poco larga, debido a que se realizaron a la vez tres encuestas para tesis de grado.
- Además, se les explicó acerca de los formatos de consentimiento informado.
- Y de cómo sacar el promedio de sus notas del semestre, para evaluar que tanto afecta la ansiedad en su rendimiento académico.
- Al finalizar, se les obsequió un pequeño detalle por su colaboración.
- Posteriormente, se procedió a transcribir las respuestas de la encuesta, a un programa estadístico SPSS donde se sacaron las estadísticas.
- De aquí salieron los resultados para ser analizados con mayor fiabilidad.

5.6. Procedimiento

El procedimiento pre-recolección de la información, fue la búsqueda de una encuesta piloteada y validada por jueces expertos, posterior a esto se realizaron 3 fases:

Fase 1. Establecimiento del cronograma

Durante esta primera fase, los investigadores elaboraron un cronograma detallado que les permitió organizar los momentos de aplicación, para ello solicitaron al decano de la facultad de odontología de la Universidad Antonio Nariño permiso para poder aplicar la encuesta en las asignaturas de básicas, por lo cual se solicitó a los profesores respectivos en tiempo lectivo su autorización para disponer de 25 a 30 minutos para desarrollar esta actividad.

Fase 2. Entrenamiento al público

En esta fase, se determinó la información que recibieron los estudiantes para el diligenciamiento de la encuesta, el objetivo del estudio, su relevancia y pertinencia; con el fin de tener la posibilidad de acceder a los cambios a mediano y largo plazo que se puedan realizar a partir de este tipo de investigaciones, se indicó que la participación era voluntaria, que la información suministrada era anónima, que no generaría consecuencias académicas de ningún tipo y que el tiempo de ejecución para contestar la encuesta es en un laxo de 25 a 30 minutos.

Fase 3. Aplicación de la encuesta

En esta fase, los investigadores aplicaron la encuesta, una vez se terminó este proceso apoyados con el asesor metodológico se instaló el programa estadístico SPSS para el ingreso de los datos. Se realizaron 261 encuestas, con un total de 50 preguntas.

Fase 4. Control calidad datos

Los datos obtenidos por cada investigador fueron revisados minuciosamente con evaluación de ansiedad ante exámenes: datos de aplicación y fiabilidad de un cuestionario CAEX; se realizó un segundo filtro, para esto se reunieron dos investigadores con el fin de revisar los datos y así buscar posibles errores, posterior a la tabulación uno de los co-investigadores hizo un tercer control de calidad de los datos en la base.

Tabla 2. Dominios- cuestionario CAEX

Dimensiones	Indicadores	Ítems
Pensamientos y preocupaciones de tipo cognitivo sobre el examen.	Dificultad para concentrarse y pensar; pensamientos negativos relativos al rendimiento académico deficiente, a no alcanzar sus expectativas o las de los demás.	8, 13, 15, 16, 17, 19, 21, 24, 25, 30, 31, 37, 38, 39
Respuestas fisiológicas de los estudiantes ante los exámenes.	Se perciben dificultad para respirar, ritmo cardíaco acelerado, sudoración o manos frías, sequedad de la boca, mareos, náuseas, escalofríos, sofocos, sensación de tener un nudo en la garganta.	1, 2, 3, 6, 7, 9, 10, 11, 20, 26, 27, 28, 29, 33, 34
Situaciones y tipos de exámenes propuestos.	Percepción del ambiente como incontrolable por su parte, nerviosismo excesivo, temor a los exámenes en público o exposiciones de trabajo, inseguridad al responder, temor a exámenes prácticos de matemática o pruebas de gimnasia.	5, 32, 36, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50

Respuestas efectivas de evitación de los estudiantes ante los exámenes.	Es la evitación de situaciones temidas o poner excusas para no rendir el examen; intranquilidad motora; quedarse paralizado, sentir alivio al cancelar el examen.	4, 12, 14, 18, 22, 23, 35
---	---	---------------------------

5.7. Consideraciones éticas

Según la resolución 008430 de 1993 de Colombia esta investigación se considera de riesgo mínimo, se aplicará una encuesta que evalúa la ansiedad ante exámenes y puede contener preguntas que pueden alterar la parte sensitiva de los estudiantes. Se aplicará un consentimiento informado escrito para poder participar en el estudio, esta investigación será evaluada por el comité de investigación de la Universidad Antonio Nariño.

5.8. Análisis estadístico

Se realizó una base de datos y el análisis estadístico en el programa SPSS versión 18, se realizó un análisis univariado con resultados descriptivos, de frecuencia y porcentaje para las variables cualitativas, medidas de tendencia central y dispersión para las variables cuantitativas. Para relacionar el rendimiento académico con las variables ante los exámenes se utilizar la prueba de Pearson y Spearman y un análisis bivariado se hizo prueba no paramétrica, para identificas significativas entre las variables la cual se utilizó la prueba de chi-cuadrado, la cual sirvió para determinar la posible relación estadística entre las patrones y características de los participantes; se usó un nivel de significación de 0.05(5%).

6. Resultados

6.1 Análisis univariado

Dimensiones de la encuesta: la encuesta tuvo 4 dimensiones en las cuales se observó que la dimensión de situaciones y tipos de exámenes propuestos, tuvo mayor punto de 70 posibles obtuvo un total de 19.67, y la dimensión de respuestas efectivas de evitación de los estudiantes ante los exámenes obtuvo menor puntuación de 37 posible solo obtuvo un total de 3.35, estas fueron las dimensiones:

- A) pensamientos y preocupaciones de tipo cognitivo sobre el examen fue de 17,37 de 70
- B) respuestas fisiológicas de los estudiantes ante los exámenes fue de 17,91 de 75
- C) situaciones y tipos de exámenes propuestos fue de 19,67 de 70
- D) respuestas efectivas de evitación de los estudiantes ante los exámenes con 3,35 de 37.

Se evaluaron 261 estudiantes, el promedio de edad fue de 23,27 años. (tabla 3)

Tabla 3. Edad

Estadísticos descriptivos edad					
	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. Típ.
Edad	258	17,00	38,00	23,279 1	4,10935
N válido (según lista)	258				

Frente al resultado del género, el más frecuente fue el femenino con el 77,8% (n=203), el masculino con el 22,2% (n=58). (tabla 4)

Tabla 4. Genero

genero			
	Frecuencia		Porcentaje válido
Genero	Masculino	58	22,2
	Femenino	203	77,8
	Total	261	100,0

En cuanto a la dimensión de respuestas fisiológicas de los estudiantes ante los exámenes, el ítem con el promedio más alto fue para “en los exámenes me sudan las manos” con 1,67, seguido por “no logro dormirme la noche anterior al examen debido a mi nerviosismo” 1,31. El más bajo fue para “he sentido mareos y nauseas en un examen.” 0,60. (tabla 5).

Tabla 5. Respuesta fisiológica de los estudiantes ante los exámenes.

Respuestas fisiológicas (estadísticos descriptivos)					
	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. Típ.
1.en los exámenes me sudan las manos	185	,00	5,00	1,6703	1,48706
2.cuando llevo un rato haciendo el examen siento molestias en el estómago y necesidad de ir al baño	185	,00	5,00	1,0324	1,24631
3.al comenzar a leer el examen se me nubla la vista no entiendo	185	,00	5,00	,9784	1,23780
6.cuando termino el examen me duele la cabeza	185	,00	5,00	1,0649	1,39335
7.cuando llevo un rato haciendo el examen siento que me falta el aire, mucho calor y sensación de que	185	,00	5,00	,6432	1,13361

me voy a desmayar debido a mi nerviosismo					
9.me pongo nervioso al ver al profesor con los exámenes antes de entrar al salón de clases	185	,00	5,00	1,1351	1,32620
10.en el examen siento rígidas las manos y los brazos al estar muy nervioso(a)	185	,00	5,00	,7568	1,20247
20.tengo grandes ganas de ir al baño durante el examen	185	,00	5,00	,6973	1,09606
26.no logro dormirme la noche anterior al examen debido a mi nerviosismo	185	,00	5,00	1,3135	1,56701
27.me pone nervioso que el examen sea con mucha gente alrededor	185	,00	5,00	,7730	1,32793
28.he sentido mareos y nauseas en un examen	185	,00	4,00	,6054	1,04828
29.momentos antes de hacer el examen tengo la boca seca y me cuesta tragar	185	,00	5,00	,6270	1,09660
33.cuando estoy haciendo un examen el corazón me late muy deprisa	185	,00	5,00	1,0216	1,31445
34. Al entrar en la sala donde se va realizar el examen me tiemblan las piernas	185	,00	5,00	,6865	1,10290

Sobre la dimensión de pensamientos y preocupaciones de tipo cognitivo sobre el examen, el ítem con el promedio más alto fue para “tardo mucho en decidirme por contestar la

mayoría de las preguntas, o en entregar el examen” con 1,82, seguido por “me siento nervioso si el profesor se para junto a mí y ya no puedo seguir contestando el examen” 1,65. El más bajo fue para “después del examen lloro con facilidad al pensar lo mal que lo he hecho, aunque no sepa el resultado” 0,84. (tabla 6).

Tabla 6. Pensamientos y preocupaciones de tipo cognitivo sobre el examen.

Preocupación(estadísticos descriptivos)					
	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. Típ.
8. Me siento nervioso si el profesor se para junto a mí y ya no puedo seguir contestando el examen	185	,00	5,00	1,6595	1,55610
13,despues del examen lloro con facilidad al pensar lo mal que lo he hecho aunque no sepa la resultado	185	,00	5,00	,8432	1,29894
15.mientras estoy realizando el examen, pienso que lo estoy haciendo muy mal	185	,00	5,00	1,0703	1,30235
16.me siento nervioso si los demás empiezan a entregar antes que yo el examen	185	,00	5,00	1,5676	1,44727
17.pienso que el profesor me está observando constantemente y me pongo nervioso(a)	185	,00	5,00	1,2919	1,45258
19.suelo morderme las uñas o el bolígrafo durante los exámenes	185	,00	5,00	1,1730	1,42658
21.no puedo quedarme quieto mientras hago el examen (muevo los pies, el bolígrafo ,miro alrededor, miro la hora .etc.	185	,00	30,00	1,7676	2,64678
24.siento que no voy a poder aprobar el examen ,aunque haya estudiado	185	,00	5,00	1,3351	1,31302

25.antes de hacer el examen pienso que no me acuerdo de nada y voy a suspenderlo	185	,00	5,00	,8703	1,19530
30.si me siento en las primeras fila aumenta mi nerviosismo	184	,00	5,00	1,0000	1,41034
31.si el examen tiene un tiempo fijo para realizarse , aumenta mi nerviosismo y lo hago peor	185	,00	5,00	1,2595	1,46248
37.al salir, tengo la sensación de haber hecho muy mal el examen	185	,00	5,00	1,2108	1,32036
38.pienso que me voy a poner nervioso y se me va olvidar todo	185	,00	5,00	1,4162	1,48352
39.tardo mucho en decidirme por contestar la mayoría de las preguntas , o en entregar el examen.	185	,00	5,00	1,8270	1,50084

Referente a la dimensión de respuestas efectivas de evitación de los estudiantes ante los exámenes, el ítem con el promedio más alto fue para “antes de entrar al examen siento "nudo" en el estómago, que desaparece al comenzarla a escribir para responder a las preguntas” con 1,32, seguido por “para mi es una tranquilidad o alivio cuando por cualquier razón se aplaza un examen” 1,29. El más bajo fue para siento grandes deseos de fumar durante antes y después del examen” 0,34. (tabla 7).

Tabla 7. Respuestas efectivas de evitación de los estudiantes ante los exámenes.

Respuestas de evitación (estadísticos descriptivos)					
	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. Típ.

4. Si llego cinco minutos tarde a un examen ya no entro al salón de clases	185	,00	5,00	,6108	1,10822
11.antes de entrar al examen siento "nudo" en el estómago, que desaparece al comenzarla a escribir para responder a las preguntas	185	,00	5,00	1,3243	1,42673
12.al comenzar el examen , al nada más leer o escuchar las preguntas siento ganas de salirme y entregarlo en blanco o simplemente lo entrego en blanco	185	,00	5,00	,6486	1,13770
14.suelo tener dudas de querer presentarme al examen	185	,00	5,00	,9081	1,19200
18.siento grandes deseos de fumar durante antes y después del examen	185	,00	4,00	,3405	,85829
22.me pongo enfermo y doy excusas para no hacer el examen	185	,00	5,00	,3838	,92004
23.para mi es una tranquilidad o alivio cuando por cualquier razón se aplaza un examen	185	,00	5,00	1,2973	1,48662
35.me siento nervioso en las clases demasiado pequeñas	185	,00	5,00	,4811	,92720

Referente a la dimensión de situaciones y tipos de exámenes propuestos, el ítem con el promedio más alto fue para “un examen oral en publico” con 2,10, seguido por “un examen de cálculo o problemas matemáticos” 2,02. El más bajo fue para” me siento nervioso en los salomes muy grandes 0,53. (tabla 8).

Tabla 8. Situaciones y tipos de exámenes propuestos.

Situaciones (estadísticos descriptivos)					
	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. Típ.
41.un examen oral en publico	185	,00	5,00	2,1081	1,67760
42.una exposición escrito con respuestas alternativas	185	,00	5,00	1,8378	1,54134
43.un examen escrito con respuestas alternativas	185	,00	5,00	1,3568	1,46416
44.un examen escrito con preguntas abiertas	185	,00	5,00	1,6811	1,54319
45.un examen escrito de desarrollo de un tema completo	185	,00	5,00	1,5459	1,48518
46.un examen tipo exposición ante un grupo de personas	185	,00	5,00	1,8757	1,54663
47.un examen de cultura general	185	,00	5,00	1,4378	1,39396
48.un examen de cálculo o problemas matemáticos	185	,00	5,00	2,0270	1,66300
49.un examen con pruebas físicas o gimnasticas	185	,00	5,00	1,4054	1,58216
50.un examen práctico (manejar ordenador , realizar un proyecto , dibujo ,etc.)	185	,00	5,00	1,2378	1,48092
5. El ambiente donde se realiza un examen (por ejemplo, salón con demasiado ruido, calor, frio, sol, etc.) Aumenta mi nerviosismo	185	,00	5,00	1,4054	1,45698
32.me siento nervioso en los salomes muy grandes	185	,00	5,00	,5351	1,06837
36.los grupos comentando el examen antes de que este dé comienzo , me pone nervioso	185	,00	5,00	1,0703	1,36351

40.un examen de entrevista personal con el director(a)	185	,00	5,00	1,3946	1,57113
--	-----	-----	------	--------	---------

Respecto a los resultados globales de las 4 dimensiones, la que mayor promedio presento fue " situaciones y tipos de exámenes propuestos" 64.00 y la que menos presento fue " respuestas efectivas de evitación de los estudiantes ante los exámenes" 22.00. (tabla 9).

Tabla 9. Resultados descriptivos de las 4 dimensiones (promedio)

4 dimensiones estadísticos descriptivos					
	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. Típ.
Preocupación 1 sub área	187	,00	67,00	18,0909	14,27033
Respuestas fisiológicas 2 sub área	187	,00	74,00	19,1230	16,04432
Situaciones 3 sub área	187	,00	64,00	20,6952	14,51281
Respuestas de evitación 4 sub área	187	,00	22,00	4,6203	5,03004

Al realizar la prueba de normalidad se utilizó el estadístico de Kolmogorov, se utilizaron pruebas no paramétricas. (tabla 10).

Tabla 10. Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra

	Promedio Académico	Edad	Peso	Talla	Preocupación 1 sub área	Respuestas fisiológicas 2 sub área	Situaciones 3 sub área	Respuestas de evitación 4 sub área
N	248	258	57	57	187	187	187	187
Parámetros normales a,b	Media 4,9440	23,2791	66,1053	163,5789	18,0909	19,1230	20,6952	4,6203
	Desviación típica 6,37360	4,10935	11,99804	8,04884	14,27033	16,04432	14,51281	5,03004

Diferencias más extremas	Absoluta	,504	,126	,093	,145	,120	,117	,108	,179
	Positiva	,504	,126	,093	,145	,120	,115	,108	,175
	Negativa	-,390	-,106	-,065	-,091	-,102	-,117	-,077	-,179
Z de kolmogorov-smirnov		7,936	2,025	,705	1,098	1,648	1,595	1,479	2,450
Sig. (bilateral)	Asintótico	,000	,001	,703	,179	,009	,012	,025	,000

6.2 Análisis bivariado

Al correlacionar los dominios de hábitos estudio con el rendimiento académico no se encontró relación estadísticamente significativa, (rho de Spearman) la correlación fue negativa. (tabla 11).

Tabla 11. Correlaciones dominios de ansiedad vs promedio académico

		Promedio académico	
Rho de Spearman	Preocupación 1 sub área	Coeficiente de correlación	-,046
		Sig. (bilateral)	,556
		N	169
	Respuestas fisiológicas 2 sub área	Coeficiente de correlación	-,044
		Sig. (bilateral)	,567
		N	169
	Situaciones 3 sub área	Coeficiente de correlación	-,094
		Sig. (bilateral)	,225
		N	169

	Respuestas de evitación 4 sub área	Coefficiente de correlación	-,056
		Sig. (bilateral)	,468
		N	169

Al relacionar el promedio académico con el ítem “si llego cinco minutos tarde a un examen ya no entro al salón de clases.” Fue estadísticamente significativo $p= 0,008$. (tabla 12).

Tabla 12 .si llego cinco minutos tarde a un examen ya no entro al salón de clases

	Valor	Gl	Sig. Asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	113,902	80	,008
Razón de verosimilitudes	64,693	80	,893
Asociación lineal por lineal	8,348	1	,004
N de casos válidos	168		

Al relacionar el promedio académico con el ítem “* el ambiente donde se realiza un examen (por ejemplo, salón con demasiado ruido, calor, frio, sol, etc.) Aumenta mi nerviosismo.” Fue estadísticamente significativo $p= 0,054$. (tabla 13)

Tabla 13. El ambiente donde se realiza un examen (por ejemplo, salón con demasiado ruido, calor, frio, sol, etc.) Aumenta mi nerviosismo.

	Valor	Gl	Sig. Asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	101,356	80	,054
Razón de verosimilitudes	80,494	80	,463
Asociación lineal por lineal	1,786	1	,181
N de casos válidos	168		

Al relacionar el promedio académico con el ítem “cuando termino el examen me duele la cabeza.” Fue significativo $p= 0,029$. (tabla 14)

Tabla 14. Cuando termino el examen me duele la cabeza

	Valor	GI	Sig. Asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	105,660	80	,029
Razón de verosimilitudes	81,585	80	,430
Asociación lineal por lineal	1,625	1	,202
N de casos válidos	168		

Al relacionar el promedio académico con el ítem “cuando llevo un rato haciendo el examen siento que me falta el aire, mucho calor y sensación de que me voy a desmayar debido a mi nerviosismo.” Fue significativo $p= 0,000$. (tabla 15).

Tabla 15. Cuando llevo un rato haciendo el examen siento que me falta el aire, mucho calor y sensación de que me voy a desmayar debido a mi nerviosismo.

	Valor	GI	Sig. Asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	229,176	80	,000
Razón de verosimilitudes	68,814	80	,809
Asociación lineal por lineal	,182	1	,670
N de casos válidos	168		

Al relacionar el promedio académico con el ítem “me pongo nervioso al ver al profesor con los exámenes antes de entrar al salón de clases.” Fue significativo $p= 0,003$. (tabla 16).

Tabla 16. Me pongo nervioso al ver al profesor con los exámenes antes de entrar al salón de clases

	Valor	Gl	Sig. Asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	119,078	80	,003
Razón de verosimilitudes	78,285	80	,533
Asociación lineal por lineal	1,715	1	,190
N de casos válidos	168		

Al relacionar el promedio académico con el ítem “en el examen siento rígidas las manos y los brazos al estar muy nervioso(a).” Fue significativo $p= 0,000$. (tabla 17)

Tabla 17. En el examen siento rígidas las manos y los brazos al estar muy nervioso(a)

	Valor	Gl	Sig. Asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	162,577	80	,000
Razón de verosimilitudes	73,392	80	,686
Asociación lineal por lineal	1,603	1	,205
N de casos válidos	168		

Al relacionar el promedio académico con el ítem “siento grandes deseos de fumar durante antes y después del examen.” Fue significativo $p= 0,000$. (tabla 18)

Tabla 18. Siento grandes deseos de fumar durante antes y después del examen

	Valor	Gl	Sig. Asintótica (bilateral)
--	-------	----	-----------------------------

Chi-cuadrado de Pearson	113,216	64	,000
Razón de verosimilitudes	45,100	64	,965
Asociación lineal por lineal	,857	1	,354
N de casos válidos	168		

Al relacionar el promedio académico con el ítem “tengo grandes ganas de ir al baño durante el examen.” Fue significativo $p= 0,000$. (tabla 19)

Tabla 19. Tengo grandes ganas de ir al baño durante el examen

	Valor	Gl	Sig. Asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	164,171	80	,000
Razón de verosimilitudes	67,359	80	,842
Asociación lineal por lineal	6,294	1	,012
N de casos válidos	168		

Al relacionar el promedio académico con el ítem “siento que no voy a poder aprobar el examen, aunque haya estudiado.” Fue significativo $p= 0,000$. (tabla 20)

Tabla 20. Siento que no voy a poder aprobar el examen, aunque haya estudiado

	Valor	Gl	Sig. Asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	130,166	80	,000
Razón de verosimilitudes	77,547	80	,557

Asociación lineal por lineal	7,170	1	,007
N de casos válidos	168		

Al relacionar el promedio académico con el ítem “antes de hacer el examen pienso que no me acuerdo de nada y voy a suspenderlo.” Fue significativo $p= 0,020$. (tabla 21)

Tabla 21. Antes de hacer el examen pienso que no me acuerdo de nada y voy a suspenderlo.

	Valor	Gl	Sig. Asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	108,114	80	,020
Razón de verosimilitudes	70,014	80	,780
Asociación lineal por lineal	2,401	1	,121
N de casos válidos	168		

Al relacionar el promedio académico con el ítem “me siento nervioso en los salones muy grandes.” Fue significativo $p= 0,000$. (tabla 22).

Tabla 22. Me siento nervioso en los salones muy grandes.

	Valor	Gl	Sig. Asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	143,532	80	,000
Razón de verosimilitudes	58,166	80	,969
Asociación lineal por lineal	3,306	1	,069
N de casos válidos	168		

Al relacionar el promedio académico con el ítem “al entrar en la sala donde se va realizar el examen me tiemblan las piernas.” Fue significativo $p= 0,000$. (tabla 23).

Tabla 23. Al entrar en la sala donde se va realizar el examen me tiemblan las piernas

	Valor	Gl	Sig. Asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	133,380	80	,000
Razón de verosimilitudes	61,936	80	,933
Asociación lineal por lineal	2,645	1	,104
N de casos válidos	168		

Al relacionar el promedio académico con el ítem “tardo mucho en decidirme por contestar la mayoría de las preguntas, o en entregar el examen.” Fue significativo $p= 0,016$. (tabla 24).

Tabla 24. Tardó mucho en decidirme por contestar la mayoría de las preguntas, o en entregar el examen

	Valor	Gl	Sig. Asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	109,523	80	,016
Razón de verosimilitudes	85,912	80	,305
Asociación lineal por lineal	5,690	1	,017
N de casos válidos	168		

Al relacionar el promedio académico con el ítem “un examen escrito con respuestas alternativas.” Fue significativo $p= 0,016$. (tabla 25).

Tabla 25. Un examen escrito con respuestas alternativas

	Valor	GI	Sig. Asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	109,533	80	,016
Razón de verosimilitudes	87,120	80	,274
Asociación lineal por lineal	1,279	1	,258
N de casos válidos	168		

A la relación el género vs los dominios de ansiedad se encontró significación estadística, solamente en respuestas fisiológicas con un valor de $p = (0,41)$. (tabla 26).

Tabla 26. Genero vs dominios de ansiedad

Genero vs dominios ansiedad (rangos y promedio) valor de p				
Genero		N	Rango promedio	Suma de rangos
Preocupación 1 sub área	Masculino	39	78,94	3078,50
	Femenino	142	94,31	13392,50
	Total	181		
Respuestas fisiológicas 2 sub área	Masculino	39	75,82	2957,00
	Femenino	142	95,17	13514,00
	Total	181		
Situaciones 3 sub área	Masculino	39	88,74	3461,00
	Femenino	142	91,62	13010,00
	Total	181		
Respuestas de evitación 4 sub área	Masculino	39	84,55	3297,50
	Femenino	142	92,77	13173,50
	Total	181		
Estadísticos de contrastes				

	Preocupación 1 sub área	Respuestas fisiológicas 2 sub área	Situaciones 3 sub área	Respuestas de evitación 4 sub área
U de mann-whitney	2298,500	2177,000	2681,000	2517,500
W de wilcoxon	3078,500	2957,000	3461,000	3297,500
Z	-1,624	-2,044	-,304	-,875
Sig. Asintót. (bilateral)	,104	,041	,761	,381

A la relación la edad vs los dominós de ansiedad no se encontró significancia estadística. (tabla 27).

Tabla 27. Edad vs dominios de ansiedad

Edad vs dominios de ansiedad			
			Edad
Rho de Spearman	Preocupación 1 sub área	Coeficiente de correlación	,018
		Sig. (bilateral)	,812
		N	178
	Respuestas fisiológicas 2 sub área	Coeficiente de correlación	,053
	Sig. (bilateral)	,486	
	N	178	
	Situaciones 3 sub área	Coeficiente de correlación	,037
		Sig. (bilateral)	,628
		N	178
	Respuestas de evitación 4 sub área	Coeficiente de correlación	-,101
		Sig. (bilateral)	,181

7. Discusión

En el presente estudio se evaluó el rendimiento académico y la relación de ansiedad ante los exámenes, presentándose un nivel bajo de ansiedad en forma general, lo que lleva a observar varios aspectos como lo señalado por el estudio de (Cruz & Aragón et al 2020.), sobre ansiedad, quien utilizó el mismo instrumento (CAEX) y afirma que a causa del pedido y sobrecarga de responsabilidades, los estudiantes en su percepción subjetiva, tienden a apreciar los exámenes como eventos amenazantes generando sentimientos de ansiedad cuya magnitud e intensidad dependerá de las ideas preconcebidas con respecto a las responsabilidades, deberes u obligaciones que se fundamenten a nivel de pensamiento (Muñoz & Sacoto, 2017).” De acuerdo a esto, se puede definir que, dependiendo de la situación o la personalidad de cada uno, los estudiantes reaccionan de una manera diferente, por ejemplo, los que son más nerviosos, inseguros, perfeccionistas o que no hayan estudiado, pueden mostrar mayores problemas de ansiedad al presentar un examen; por otro lado, los estudiantes que son más seguros y que han estudiado para el examen, tienen mayor probabilidad de no sufrir ansiedad. (Contreras & Nadeem .2018) tipo de encuesta y tipo de población afirma que el rendimiento académico no se puede relacionar directamente con la ansiedad, pues al parecer la autoeficacia suele estar más implicada que aquella con el rendimiento académico, según el presente estudio, las anteriores afirmaciones concuerdan con este estudio, no se encontró relación directa de la ansiedad con respecto al rendimiento académico en la presentación de exámenes.

Otro aspecto a tener en cuenta es la ausencia de asociación entre el sexo y el estado ansioso, ya que no es consistente con los resultados observados por otros autores, quienes identifican a las mujeres como aquellas que presentan mayor ansiedad. (Carbacho c et al 2018), esta afirmación concuerda con el presente estudio, ya que se demostró que el sexo femenino tiene un mayor nivel de ansiedad en los exámenes con respecto al nivel de ansiedad que presenta el sexo masculino.

En el caso de las respuestas fisiológicas mientras que a (Ávila-toscano et al 2011). Las expresiones fisiológicas de ansiedad se reportaron en un porcentaje bajo, en el presente estudio, el porcentaje de respuesta fisiológica presentó el segundo puesto con respecto al total de la encuesta. En este mismo aspecto (Piemontesi, et al 2012) en una población con características muy similares a la nuestra, se encontró que la preocupación correlacionó de manera positiva y en ambos géneros con aproximación, y de manera positiva y débil con acomodación sólo en hombres; sin embargo, también presentó correlaciones positivas con auto culpa y rumiación, auto focalizada en ambos géneros.

Según (Carbacho c et al 2018), la relación entre estado ansioso y rendimiento académico en los diferentes estudios que se han realizado, no dejan suficientemente claro la existencia de una relación directa e inequívoca entre ambas variables. Una de las dificultades es el empleo de diferentes instrumentos para medir tanto la ansiedad como el rendimiento académico, los cuales realizaron las medidas con el test de Hamilton, el cual es un test totalmente diferente al cuestionario CAEX que fue el utilizado en el presente estudio , sin embargo, sus resultados fueron similares a los obtenidos en el presente estudio, esto es que no se encuentra relación directa entre ansiedad y rendimiento académico , por lo tanto, se deben aumentar los instrumentos para lograr medir mejor tanto ansiedad como rendimiento académico .

(cruz & Aragón et al 2020.) Identificaron en los estudiantes de medicina un nivel de ansiedad leve, el cual afectaba de manera mínima el rendimiento, el mismo resultado se puede observar en el presente estudio, donde se utilizó el mismo cuestionario (CAEX), aunque en una población diferente (estudiantes de odontología), pero que tienen relación ya que ambas pertenecen al campo de la salud. De este punto podemos decir, que el nivel de ansiedad es el mismo independiente de la carrera que se esté estudiando.

En resumen, los resultados de correlaciones positivas y negativas deben ser considerados en muestras mayores; la distribución de la muestra en el presente estudio puede incidir en los resultados hallados sobre la relación entre las dimensiones de ansiedad con el rendimiento académico

Cabe señalar que este estudio presenta las siguientes limitaciones:

Esta evaluación del estado ansioso se realizó una sola vez, por lo que no hay seguimiento a los estudiantes.

Solo se analizó el rendimiento académico total de la sumatoria de los semestres anteriores y el actual.

El estudio se realizó sólo en dos sedes (Palmira y Neiva), de las treinta y una que tiene la Universidad Antonio Nariño.

Es necesario seguir investigando en el tema de ansiedad ante los exámenes, ya que existen otros factores que inciden en el rendimiento. Por consiguiente, los resultados están sujetos a nuevos hallazgos, por lo tanto, es importante evaluar estudiantes de odontología con otros instrumentos de ansiedad ante los exámenes, igualmente aplicar el instrumento en una muestra mayor para determinar las tendencias en estas correlaciones por cada punto e ítem.

8. Conclusiones

Los estudiantes de odontología no manifiestan ansiedad ante los exámenes ni ante situaciones condicionantes.

Los estudiantes de odontología frente al dominio de respuesta fisiológicos fueron los que más manifestaron ansiedad y ante el dominio de respuesta de situaciones fueron los que menos manifestaron ansiedad.

No se encontró significancia estadística entre el promedio académico y los dominios de ansiedad.

Se encontró relación estadísticamente significativa entre el promedio académico y los ítems (si llego cinco minutos tarde a un examen ya no entro al salón de clases; el ambiente donde se realiza un examen (por ejemplo, salón con demasiado ruido, calor, frio, sol, etc.) Aumenta mi nerviosismo; cuando termino el examen me duele la cabeza; cuando llevo un rato haciendo el examen siento que me falta el aire, mucho calor y sensación de que me voy a desmayar debido a mi nerviosismo; me pongo nervioso al ver al profesor con los exámenes antes de entrar al salón de clases; en el examen siento rígidas las manos y los brazos al estar muy nervioso(a); siento grandes deseos de fumar durante antes y después del examen; tengo grandes ganas de ir al baño durante el examen; siento que no voy a poder aprobar el examen, aunque haya estudiado; antes de hacer el examen pienso que no me acuerdo de nada y voy a suspenderlo ; me siento nervioso en los salomes muy grandes ; al entrar en la sala donde se va realizar el examen me tiemblan las piernas; tardo mucho en decidirme por contestar la mayoría de las preguntas , o en entregar el examen ; un examen escrito con respuestas alternativas.).

No se encontró relación estadísticamente significativa entre edad y los dominios de ansiedad.

Se encontró relación estadísticamente significativa entre el género y el dominio de respuestas fisiológicas.

9. Bibliografía

- Alí e, Ruth m, chambi p, oshin n, (2016). Ansiedad ante los exámenes en los estudiantes del primer año de la escuela profesional de ingeniería civil y la escuela profesional de enfermería de la Universidad Peruana – 2016. Juliaca: Universidad Peruana Unión,
- Arturo b. (2001). Tratamientos psicológicos eficaces para la agorafobia. En: *psicothema*; 13(3):p.453-464
- Ávila-toscano, jh; hoyos pacheco, sl; gonzález, dp, cabrales polo, a. (2011). Relación entre ansiedad ante los exámenes, tipos de pruebas y rendimiento académico en estudiantes Universitarios. En: *psicogente*, 14(26),255-268.
- Bach. D , Sandra maría de f. (2012). ansiedad ante los exámenes y estilos de aprendizaje en estudiantes de medicina de una Universidad particular, chiclayo chiclayo: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo,.
- Vados, a. (2000). Agorafobia y ataques de pánico: un programa psicológico de intervención paso a paso. Madrid: pirámide. Vados, a. Y Bach, I. Intervención psicológica con una paciente con trastorno de ansiedad generalizada. *Análisis y modificación de conducta*, n.23, 85-107.
- caicedo m; juan c; antonio c; jose manuel g. (2012). Estado actual de la investigación sobre la teoría tridimensional de la ansiedad de lang. En: *sociedad española para el estudio de la ansiedad y el estrés (seas)*; 18(2-3): 201-219.
- Carbacho c, torres m, rodríguez h, díaz-n. (2018). Estado ansioso previo a una evaluación en estudiantes de odontología.en: *revista científica salud uninorte*, 34(1) pp: 45-56.
- Cruz ordinola, mc y Aragón Alvarado pm. (2020). Ansiedad ante los exámenes en alumnos del octavo ciclo de las carreras profesionales de derecho y medicina humana de una Universidad de Chiclayo.*revista Cientidifa paian*.

- frank l, javier s, daniel h, sebastián p, alejandro i. (2009). Estrategias de aprendizaje y ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios. En: pensamiento psicológico; 5(12):p.117-123
- Freddy de la c; (2016). Niveles de ansiedad ante los exámenes según el tipo de familia en estudiantes del primer año de psicología, psiquemag, vol. 5, n.º 1, 25 – 45.
- Furlan, l, sánchez r, javier h, daniel p, sebastian i, alejandro m. (2012). estrategias de aprendizaje y afrontamiento en estudiantes con elevada ansiedad frente a los exámenes. En: anuario de investigaciones; 1(1):p.130-141 .
- Galindo l, jose p , maria del mar d, candido j. (2008). Trastorno de ansiedad social en la infancia y adolescencia: estado actual, avances recientes y líneas futuras. En: behavioral psychology / psicología conductual; 16(3):p.501-533
- Gladys jadue j. (2001). Some effects of anxiety on the students' school performance. En: estud. Pedagóg; nº 27, p.111-118.
- Iglesias juan . (2001). Tratamientos psicológicos eficaces para las fobias específicas. En: psicothema; 13(3):p.447-452.
- James m, eddie a, landy s; (2013), written test as a strategy assessment learning mathematics. A case study of a higher level; revista latinoamericana de investigación en matemática educativa , 16 (2): 213-243.
- Karla viviana m , zoila rosario s. (2017). Niveles de ansiedad ante los exámenes en los estudiantes de bachillerato. Trabajo de grado. Ecuador: Universidad de Cuenca.
- Lancha c , carrasco m. (2003). intervención en ansiedad a los exámenes, obsesiones y compulsiones contenidas en un trastorno obsesivo compulsivo de la personalidad. En: acción psicológica; 2(2):p.173-190

- Manzano a. (2009). evaluación de la ansiedad frente a los exámenes universitarios. Argentina: Universidad Nacional de Cordoba,.
- maris v, marianela n y stella maris g; (2013). Relationship between academic performance, spatial competence, learning styles and attrition; vol. 15, núm. 1, p.29-44
- montenegro l, johana a, celeste d. (2014) . Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. En: revista de psicología;32(2); 244-269.
- Morales c , Tamara o, (2014). Estudios observacionales. Los diseños utilizados con mayor frecuencia en investigación clínica. En: int. J. Morphol., 32(2):634-645.
- muriel j , joaquín de p. (2004). Transtorno por estrés postraumático en víctimas de situaciones traumático; psicothema; 16(1):p.45-49.
- Palermo s, daniel h; (2011). relaciones entre la ansiedad frente a los exámenes, estrategias de afrontamiento, autoeficacia para el aprendizaje autorregulado y rendimiento académico. En: revista tesis Facultad de Psicología Universidad Nacional de Córdoba; n° 1. Pp 74-86.
- Paloma c , Bonifacio s , rosa m , miguel a , miguel r. (1997). Actitud hacia la enfermedad, ansiedad y sintomatología somática en pacientes con trastorno de pánico e hipocondría. En: revista de psicopatología y psicología clínica . 2(2):p.123-136.
- Piemontesi, se; heredia, de; furlan, la; sánchez-rosas, j y martínez, m. (2012). Ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios. En: anales de psicología, 28(1),89-96.
- Rosa m, juan m. Ortigosa q, antonio m, josé l. (2017). evaluación de la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de educación secundaria obligatoria. En: revista de psicología clínica con niños y adolescentes; 4(2):103-110.
- Trujillo p, . Julia m., miguel de l, gema p.(2014) psicobioquímica (estrés, ansiedad y depresión) en fibromialgia. En: cm de psicobioquímica; 3.p:55 – 68.

Valero a;(1999).evaluación de ansiedad ante exámenes: datos de aplicación y fiabilidad de un cuestionario caex ; anales de psicología ; vol. 15, nº 2, 223-231.

10. anexos

Anexo A. Forma de medición.

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

Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes (CAEX)

L. Valero (1997)

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

Utilice para ello los siguientes criterios:

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

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

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

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