

# **Estrategias de afrontamiento frente a la Ansiedad ante exámenes de estudiantes de la facultad de ciencias económicas de la Universidad Nacional de Misiones.**

Baez, Santiago Agustin.

Cita:

Baez, Santiago Agustin (2025). *Estrategias de afrontamiento frente a la Ansiedad ante exámenes de estudiantes de la facultad de ciencias económicas de la Universidad Nacional de Misiones. XVII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXXII Jornadas de Investigación XXI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. VII Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. VII Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-004/737>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eNDN/sG2>

# ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO FRENTE A LA ANSIEDAD ANTE EXÁMENES DE ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS ECONÓMICAS DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE MISIONES

Baez, Santiago Agustin  
Universidad Católica de las Misiones. Posadas, Argentina.

## RESUMEN

Esta investigación tiene como objetivo explorar las experiencias de la vida universitaria de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Económicas (Universidad Nacional de Misiones), centrándose en las estrategias de afrontamiento frente a la ansiedad ante exámenes parciales. Desde la Psicología Genética y la Teoría Transaccional del Estrés se analiza cómo, aunque la ansiedad puede impactar en la vida académica, los estudiantes utilizan diversas estrategias de afrontamiento para regularse ante situaciones como los exámenes parciales, que afectan al comportamiento, las cogniciones y la fisiología de los mismos. La adaptación juega un papel crucial al permitir la implementación de estas estrategias para manejar la ansiedad. Este estudio adopta un enfoque mixto de tipo descriptivo, no experimental y de corte transversal. Se aplicó una entrevista semiestructurada y tres escalas (ADAVU, GTAI-AR, COPE-28) a una muestra intencional de 10 estudiantes avanzados de dicha facultad, seleccionados mediante un cuestionario sociodemográfico. Los resultados de esta investigación revelan que los estudiantes universitarios que expresan más indicadores de ansiedad ante exámenes también utilizan mayor cantidad de estrategias de afrontamiento como ser autodistracción, aceptación y desconexión conductual, indistintamente de sus trayectorias académicas.

## Palabras clave

Adaptación - Ansiedad - Estrategias - Afrontamiento

## ABSTRACT

COPING STRATEGIES IN THE FACE OF EXAM ANXIETY OF STUDENTS OF THE FACULTY OF ECONOMIC SCIENCES OF THE NATIONAL UNIVERSITY OF MISIONES

This research has as its objective to explore the university-life experiences of the students of the Faculty of Economic Sciences (National University of Misiones), focusing on the coping strategies in the face of anxiety before partial exams. From Genetic Psychology and the Transactional Theory of Stress it is analyzed how, although anxiety can impact academic life, students use various coping strategies to self-regulate in situations such as partial exams, which affect their behavior, cognitions, and

physiology. Adaptation plays a crucial role by allowing the implementation of these strategies to manage anxiety. This study adopts a mixed-methods, descriptive, non-experimental, cross-sectional approach. A semi-structured interview and three scales (ADAVU, GTAI-AR, COPE-28) were applied to a purposive sample of 10 advanced students of said faculty, selected through a sociodemographic questionnaire. The results of this research reveal that the university students who express more indicators of exam anxiety also use a greater number of coping strategies such as self-distraction, acceptance, and behavioral disengagement, regardless of their academic trajectories.

## Keywords

Adaptation - Anxiety - Strategies - Coping

## BIBLIOGRAFÍA

- American Psychiatric Association. (2013). Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM 5. American Psychiatric Association.
- Andreo, A., Salvador Hilario, P., & Orteso, F. J. (2020). Ansiedad y estrategias de afrontamiento. *European Journal of Health Research*, 6(2). 213-225. <https://revistas.uaautonoma.cl/index.php/ejhr/article/view/1336>
- Avendaño, L. I. (2023). Nivel de ansiedad según la modalidad escrita u oral de evaluación en estudiantes universitarios de la provincia de Misiones [Tesis de Grado, Universidad Católica de las Misiones].
- Baraño, N. B. (2004). Salud, factores psicosociales y cultura. En *Psicología social, cultura y educación* (pp. 891-913).
- Baratucci, G., & Diez, S. A. (2017). Relaciones entre la ansiedad ante exámenes y uso de estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios [Tesis de Grado, Universidad Nacional de Mar del Plata]. Repositorio RPsico. <http://rpsico.mdp.edu.ar/handle/123456789/625>
- Brage, L. B., Cerdà, M. X. M., & Socías, C. O. (2006). Autoconcepto, estilos de afrontamiento y conducta del alumnado universitario. *Aposta. Revista de Ciencias Sociales*, (27). 1-22.
- Canet-Juric, L., Introzzi, I., Richard's, M. M., & Galli, J. I. (2019). Actuar sin pensar: la autorregulación y sus fallos. *Revista Argentina de Neuropsicología*, 36, 17-32. <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/124118>

- Casari, L. M., Anglada, J., & Daher, C. (2014). Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología*, 32(2). 243-269. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=337832618003>
- Castellanos Cárdenas, M. T., Guarnizo Castillo, C. A., & Salamanca Camargo, Y. (2011). Relación entre niveles de ansiedad y estrategias de afrontamiento en practicantes de psicología de una universidad colombiana. *International Journal of Psychological Research*, 4(1). 50-57. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=299022819007>
- Castorina, J. A. (1972). Biología y conocimiento de Jean Piaget. *Tarea*, 3, 73-90.
- Cirami, L., Córdoba, E. H., & Ferrari, L. H. (2020). Estrategias de afrontamiento del estrés laboral en trabajadores de la salud y reflexiones acerca de las transformaciones organizacionales a partir de la pandemia de COVID-19. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 24(2).
- Clark, D. A., & Beck, A. T. (2012). Parte 1 Teoría cognitiva e investigación sobre la ansiedad. *Ansiedad: una condición común pero multifacética*. En *Terapia Cognitiva para Trastornos de Ansiedad Ciencia y práctica* (pp. 19-66). Desclée de Brouwer S.A.
- Contreras Torres, F. V., Espinosa Mend, J. C., & Esguerra Perez, G. A. (2009). Personalidad y afrontamiento en estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica*, 8(2). 311-322. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S165792672009000200002&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S165792672009000200002&lng=en&nrm=iso)
- Cuevas Torres, M., & García Ramos, T. (2012). Análisis crítico de tres perspectivas psicológicas de estrés en el trabajo. *Trabajo y Sociedad*, (19). [https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S151468712012000200005&lng=es&tlng=es](https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S151468712012000200005&lng=es&tlng=es).
- Dávila Sánchez, A. A. (2023). Ansiedad ante los exámenes y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de psicología de una universidad privada Trujillo [Tesis de Grado, Universidad Privada Antenor Orrego]. <https://hdl.handle.net/20.500.12759/11312>
- Díaz Kuaik, I., & de la Iglesia, G. (2019). Ansiedad: Revisión y delimitación conceptual. *Summa Psicológica UST*, 16(1). 42-50. <https://doi.org/10.18774/0719-448x.2019.16.1.393>
- Donza, E. R., Cicciari, M. R., & Jara Álvarez, R. (2024). Jóvenes universitarios: diferencias en el acceso a los estudios universitarios según características personales y regionales. 2010 y 2023. *Observatorio de la Deuda Social Argentina*, Pontificia Universidad Católica Argentina. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/18269>
- Dueñas Amaya, L. J. (2019). Factores de predisposición genéticos y epigenéticos de los trastornos de ansiedad. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 12(2). 61-8. <https://reviberoPsicologia.iberro.edu.co/article/view/rip.12206>
- Escurrea Mayaute, L. M. (2024). Burnout y estrategias de regulación emocional en miembros de la Policía Nacional del Perú de una comisaría de Lima Metropolitana durante el contexto de COVID - 19. [Tesis, Universidad de Lima]. Repositorio Institucional de la Universidad de Lima. <https://hdl.handle.net/20.500.12724/21152>
- Fierro Bardají, A. (1997). 1 Teoría, fundamentos biopsicosociales del estrés y evaluación. En M. I. Hombrados Mendieta (Comp.). *Estrés y salud* (pp. 9-38). Promolibro.
- Furlan, L., Sánchez Rosas, J., Heredia, D., Piemontesi, S., Illbele, A., & Martínez, M. (2012). Estrategias de aprendizaje y afrontamiento en estudiantes con elevada ansiedad frente a los exámenes. *Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología*, 1(1). 130-141. [www.revistas.unc.edu.ar/index.php/aifp](http://www.revistas.unc.edu.ar/index.php/aifp)
- Furlán, L. A., Heredia, D. E., Piemontesi, S. E., & Tuckman, B. W. (2012). Análisis factorial confirmatorio de la adaptación argentina de la escala de procrastinación de Tuckman (ATPS). <http://perspectivas.mdp.edu.ar/revista/index.php/pep/article/view/111>.
- García, F. E., Manquian, E., & Rivas, G. (2016). Bienestar psicológico, estrategias de afrontamiento y apoyo social en cuidadores informales. *Psicoperspectivas*, 15(3). 101-111. [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S071869242016000300010&lng=es&nrm=iso](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S071869242016000300010&lng=es&nrm=iso)
- Garza Varela, J. P., Cruz-de la Cruz, C. D., Leija Guerrero, J. G., Sánchez Rodríguez, K. E., & Kawas Valle, O. (2021). Positive reappraisal as a stress coping strategy during the COVID-19 pandemic. *Salud Mental*, 44(4). 177-184. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=58269267004>
- Hernández Flores, C. (2014). Relaciones entre los estresores académicos, ansiedad social y estilos de afrontamiento en estudiantes de una Facultad de Psicología [Tesis de Grado, Universidad Internacional SEK]. <https://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/944>
- Igartua Perosanz, J. J., Palomero, C., Pérez, J. A., Salgado Velo, J. F., Fernández Berrocal, P., Moscoso, S., Tasado, C., Campos Manzano, M., Páez Rovira, D., Méndez, D., & Rodríguez, M. (2004). Las actividades religiosas como formas de afrontamiento de hechos estresantes y traumáticos con referencia a las manifestaciones del 11-M. *Ansiedad y Estrés*, 10(2-3). 287-298.
- Juárez, N. (2016). Estudio bibliográfico sobre la ansiedad ante los exámenes y las herramientas para su abordaje [Tesis de Grado, Universidad Nacional de Mar del Plata]. Repositorio RPsico. <http://rpsico.mdp.edu.ar>
- Keegan, E., & Holas, P. (2009). Terapia Cognitivo Comportamental: teoría y práctica. En R. A. Carlstedt (Ed.). *Handbook of Integrative Clinical Psychology, Psychiatry and Behavioral Medicine, Perspectives, Practices and Research* (pp. 605-630). Springer.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). *Estrés y Procesos Cognitivos*. Martínez Roca.
- Liedtke, H. E. (2024). Procrastinación Académica y su relación con las Estrategias de Afrontamiento en estudiantes universitarios de Posadas, Misiones [Tesis de Grado, Universidad Católica de las Misiones].
- López-Aguilar, D., Álvarez-Pérez, P. R., & Ravelo-González, Y. (2022). Capacidad de adaptabilidad e intención de abandono académico en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Educativa*, 40(1). 237-255. <http://dx.doi.org/10.6018/rie.463811>

- Maldonado Mendoza, C. I., & Zenteno Gaytán, M. B. (2018). Procrastinación académica y ansiedad ante exámenes en estudiantes de universidades privadas de Lima Este [Tesis de Grado, Universidad Peruana Unión]. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/1040>
- Marsollier, R. G., & Aparicio, M. T. (2010). Las estrategias de afrontamiento: una alternativa frente a situaciones desagradables. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 2(3), 8-13. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=333427070002>
- Morales Rodríguez, F. M. (2020). Estrategias de afrontamiento, empatía y tendencia prosocial en universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 13(2), 187-200. <https://doi.org/10.30552/ejep.v13i2.360>
- Morán Astorga, M. C., Finez-Silva, M. J., Menezes dos Anjos, E., Pérez-Lancho, M. C., Urchaga-Litago, J. D., & Vallejo-Pérez, G. (2019). Estrategias de afrontamiento que predicen mayor resiliencia. *Revista INFAD de Psicología*, 4(1), 183-90. <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/1542>
- Moran, C., Landero, R., & Gonzales, M. T. (2009). COPE-28: un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE. *Universitas Psychologica*, 9(2), 543-552. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S165792672009000200020&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S165792672009000200020&lng=pt&nrm=iso)
- Navas, O. W., & Vargas, B. M. J. (2012). Trastornos de ansiedad: Revisión dirigida para atención primaria. *Revista Médica de Costa Rica y Centroamérica*, 69(604), 497-507. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumenl.cgi?IDARTICULO=38298>
- Nima Manco, R. A. (2023). Hábitos de estudio y ansiedad ante los exámenes en estudiantes de una universidad de Lima, 2022 [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/107578>
- Olivas Zúñiga, C. (2017). Aspectos neurobiológicos de la ansiedad [Tesis de Maestría, Universidad Nacional Autónoma de México]. [https://ru.dgb.unam.mx/handle/DGB\\_UNAM/TES01000758614](https://ru.dgb.unam.mx/handle/DGB_UNAM/TES01000758614)
- Pérez Molina, M. J., & Rodríguez Chinchilla, N. (2011). Estrategias de afrontamiento: un programa de entrenamiento para paramédicos de la Cruz Roja. *Revista Costarricense de Psicología*, 30(45-46), 17-33.
- Piaget, J. (1970). Inteligencia y adaptación biológica. Los procesos de adaptación, 1(1), 69-84.
- Piemontesi, S., & Heredia, D. (2011). Relaciones entre la ansiedad frente a los exámenes, estrategias de afrontamiento, autoeficacia para el aprendizaje autorregulado y rendimiento académico. Tesis, 1, 74-86. <http://hdl.handle.net/11086/22017>
- Piemontesi, S. E., Heredia, D. E., & Furlan, L. A. (2012). Propiedades psicométricas de la versión en español revisada del Inventario Alemán de Ansiedad ante Exámenes (GTAT AR) en universitarios argentinos. *Universitas Psychologica*, 11(1), 177-186. <http://hdl.handle.net/10554/33263>
- Piqueras Rodríguez, J. A., Martínez González, A. E., Ramos Linares, V., Rivero Burón, R., García López, L. J., & Oblitas Guadalupe, L. A. (2008). Ansiedad, Depresión y Salud. *Suma Psicológica*, 15(1), 43-73.
- Rodríguez Campuzano, M., Ocampo Juárez, I. Y., & Nava Quiroz, C. N. (2009). Relación entre valoración de una situación y capacidad para enfrentarla. *Summa Psicológica UST*, 6(1), 25-41.
- Salaberría, K., Fernández Montalvo, J., & Echeburúa, E. (1995). Ansiedad normal, ansiedad patológica y trastornos de ansiedad: ¿un camino discontinuo? *Boletín de Psicología*, 48, 67-81. <https://hdl.handle.net/2454/27969>
- Sierra, J. C., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar E Subjetividade*, 3(1), 10-59. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27130102>
- Vásquez Ramírez, E. K. (2017). Diseño, validación y confiabilidad de una escala de adaptación a la vida universitaria en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2017 [Tesis de Grado, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/11361>
- Villavicencio Piña, D. M., & Prado Cabrera, K. D. (2022). Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante los exámenes de los estudiantes de nuevo ingreso de la facultad de ingeniería de la universidad de cuenca [Tesis de Maestría, Universidad de Cuenca].
- Yates, A. J. (1970). La definición de terapia conductual. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 2(2), 113-121.
- Zapata, P. (2021). Ansiedad-estado y estrategias de afrontamiento en los alumnos de la carrera de Psicología [Tesis de Grado, Universidad Católica Argentina "Santa María de los Buenos Aires"].