

ANSIEDAD ANTE EXÁMENES EN ESTUDIANTES DE VETERINARIA: UN ESTUDIO EXPLORATORIO

Flamini, Mirta Alicia; Barbeito Claudio Gustavo; González, Norma Viviana.

Cátedra de Histología y Embriología. Facultad de Ciencias Veterinarias. UNLP.

aflamini@fcv.unlp.edu.ar; barbeito@fcv.unlp.edu.ar; nvgonzal@hotmail.com

Eje temático: 2 c

Palabras claves: ansiedad, examen, factores cognitivos, manifestaciones fisiológicas, comportamiento de evitación.

Resumen

La ansiedad ante los exámenes (AE) comprende un conjunto de respuestas fisiológicas y conductuales que acompañan a la preocupación sobre posibles consecuencias negativas o fracaso en un examen o situación de evaluación similar. El presente trabajo es un estudio exploratorio sobre la AE en una muestra de estudiantes del curso de Histología. Se empleó una adaptación del Cuestionario de Ansiedad Frente a los Exámenes Universitarios (CAFEU) consistente en 33 ítems que discriminan factores cognitivos, manifestaciones fisiológicas y comportamientos de evitación. Fue contestado por 56 estudiantes voluntarios, de acuerdo a la escala nunca, casi nunca, a veces, con frecuencia o siempre. Los resultados fueron analizados empleando la moda y frecuencia porcentual. Los alumnos encuestados manifestaron diversos tipos de respuestas ante la AE; las más frecuentes fueron entre los factores cognitivos la anticipación del fracaso y como respuesta fisiológica el aumento de la frecuencia cardíaca. Fue reducido el número de alumnos que adoptarían comportamientos de evitación. Nuestros resultados, además de aportar información para llevar a cabo una investigación más extensa, muestran que, de manera global, este grupo de estudiantes reconoce experimentar, en diferente grado, los factores comportamentales que conforman la AE. El conocimiento generado permitirá implementar acciones para mejorar la enseñanza.

Introducción

La ansiedad ante los exámenes (AE) es un constructo que ha sido definido desde diversas perspectivas (Zeidner, 1998; Chappel et al, 2005; Furlán, 2006). Zeidner en su obra de 1998 lo define como “*un conjunto de respuestas fenomenológicas, fisiológicas y conductuales que acompañan a la preocupación sobre posibles consecuencias negativas o fracaso en un examen o en una situación de evaluación similar*” (Zeidner, 1998, p. 17). De acuerdo a Sarason y Sarason (1990) algunos de los principales criterios atribuibles a la ansiedad son:

- El individuo evalúa una situación como una dificultad, una amenaza o un desafío.

- El individuo se percibe a si mismo como ineficaz o inadecuado para la tarea en cuestión, carece de respuestas de afrontamiento necesarias para resolverla abiertamente con acciones o restricción de la situación o de la oportunidad.
- El individuo se centra en las consecuencias indeseables de su insuficiencia personal o en los resultados no deseados.
- El individuo se preocupa con pensamientos de auto desaprobación que compiten con la actividad cognitiva relacionada con la tarea.
- El individuo supone y anticipa el fracaso y la pérdida de la autoestima o el respeto de los demás.

La investigación sobre la AE se inicia en la década de 1950 y desde entonces se han desarrollado varios modelos explicativos que sentaron las bases conceptuales a partir de las cuales se generaron múltiples instrumentos psicométricos (Furlán, 2006). Sin embargo, hasta el presente ninguno de los modelos propuestos explican la totalidad de los complejos factores que promueven la AE o bien resultan consistentes con los resultados de la investigación (Chapell et al, 2005).

Tradicionalmente los instrumentos empleados para investigar la ansiedad ante los exámenes abordan dos dimensiones: la cognitiva y la emocional (Cassady y Johnson, 2002). La dimensión cognitiva de la AE está compuesta por las reacciones cognitivas individuales a la situación de evaluación como también por los diálogos internos en relación a dicha situación, en los momentos previos, durante y después del examen. Los pensamientos habituales de las personas que presentan altos niveles de AE se enfocan en: a) la comparación de si mismos con sus pares; b) las consecuencias del fracaso; c) los bajos niveles de confianza al realizar el examen; d) la excesiva preocupación acerca de los exámenes; e) el sentirse poco o nada preparado para el examen; e) la pérdida de la autovaloración y aun f) apenar a sus padres (Cassady y Johnson, 2002). La dimensión emocional incluye las respuestas fisiológicas -por ejemplo, mareos, nauseas y taquicardia- como también la conciencia subjetiva respecto de esas respuestas autónomas -por ejemplo, la aprensión y el miedo- (Cassady y Johnson, 2002).

Otras posibles dimensiones componentes de la AE han sido estudiados por Furlán (2006) quien revisa diversos instrumentos de medición de la AE, entre ellos los pensamientos irrelevantes y la anticipación del fracaso. Estas potenciales dimensiones adicionales corresponden a la dimensión cognitiva, considerada de mayor incidencia en la relación entre la AE y el rendimiento académico (Cassady y Johnson, 2002) o brindan información adicional acerca de un rango mayor de emociones asociadas con los exámenes (Furlán, 2006).

Histología, en el marco del nuevo plan de estudios implementado a partir del año 2006 en la Facultad de Ciencias Veterinarias (Universidad Nacional de La Plata), es un curso obligatorio del primer año junto a Biología Celular, Embriología, Bioestadística, Biofísica, Bioquímica, Anatomía I y Microbiología (<http://fcv.unlp.edu.ar/secretarias/asuntos-academicos/svnpn/general.php>). Cuenta con una carga horaria de 84 horas y se dicta en el segundo cuatrimestre. Los docentes de este curso contamos con una extensa experiencia en las evaluaciones de exámenes parciales y finales tanto escritos como orales, situaciones en las cuales encontramos alumnos y alumnas que comentan “me quedé en blanco”, “a lo mejor estudié mal” y “no se como me fue en el examen”.

Esta experiencia docente y nuestras inquietudes personales nos motivaron a buscar formas para ayudar a nuestros alumnos a superar su AE. Encontramos, en la revisión de la literatura internacional un extenso cuerpo teórico –referido a los modelos antes mencionados- junto a la formulación de nuevos instrumentos que indagan distintas facetas de la AE abarcando poblaciones de estudiantes de distintos niveles educativos en tanto en grupos reducidos como numerosos (Furlán, 2006; Chapell et al, 2005). En nuestro país solo hemos encontrado algunos estudios aislados; uno de ellos es el trabajo de Leibovich (2003) quien realiza una adaptación para nuestro país del Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad (ISRA). Respecto del nivel superior de educación una investigación de la Universidad Nacional de San Luis indaga sobre las situaciones de ansiedad en alumnos ingresantes (Correché et al, 2002). Más recientemente una Tesis Doctoral realizada en la Universidad Nacional de Córdoba (Grandis, 2009) abordó la AE en alumnos de primero a quinto año de diferentes carreras de dicha casa de estudios.

Nuestro objetivo fue implementar acciones exploratorias acerca de la AE en los alumnos del curso de Histología tendientes a sentar las bases de futuras estrategias de intervención.

Metodología

El presente trabajo, según Hernández Sampieri (2010), es un estudio exploratorio por cuanto, ante la falta de antecedentes en nuestra Unidad Académica, buscamos examinar la AE en una muestra de estudiantes de nuestro curso de Histología. En este estudio pretendemos obtener información sobre la posibilidad de llevar a cabo una investigación más completa sobre un contexto particular de la vida real, por ejemplo, la relación entre la AE, el rendimiento académico y el desgranamiento y deserción en el primer año de la carrera de Ciencias Veterinarias.

Por tratarse de un estudio exploratorio, se efectuó un análisis estadístico básico, mediante el cálculo de la moda y de porcentajes.

Participantes

En este estudio participaron 56 estudiantes (27 mujeres y 29 varones) de la Universidad de La Plata inscriptos en el curso de Histología de la Facultad de Ciencias Veterinarias durante el año académico 2010. El promedio de edad era de 20 años.

El momento en que se implementó la encuesta fue en la última clase del ciclo lectivo 2010, días previos a rendir el examen parcial. Los estudiantes participaron de manera voluntaria y respondieron la encuesta en forma presencial o domiciliaria; en la primera situación sin límite de tiempo.

Instrumento

Se utilizó una versión adaptada del instrumento designado Cuestionario de Ansiedad Frente a los Exámenes Universitarios (CAFEU) que permite recoger información específica de distintas respuestas en los sujetos ante las situaciones de examen, a través de 33 ítems (Grandis, 2009). Su validez, consistencia y fiabilidad fueron evaluadas en el estudio de Grandis (2009).

Para cada uno de los ítems o situaciones que se describen el alumno debe indicar la frecuencia con que nota las manifestaciones, de acuerdo a la siguiente escala:

- 1) nunca,
- 2) casi nunca,
- 3) a veces,
- 4) con frecuencia,
- 5) siempre.

Los tres factores evidenciados frente a la situación de examen son:

- 1) un primer factor con 22 ítems que revela pensamientos y preocupaciones de tipo cognitivo sobre el examen (ítems 1,2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 11, 13, 17, 18, 20, 21, 23, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 33);
- 2) un segundo factor con 9 ítems que reúne las manifestaciones fisiológicas que surgen en las respuestas de ansiedad (ítems 6, 12, 14, 15,16, 19, 22, 24, 29);
- 3) un tercer factor con 2 ítems, el cual congrega los comportamientos de evitación (ítems 10 y 32).

Resultados

Se presentan a continuación los resultados más destacados, discriminados en los factores cognitivos, manifestaciones fisiológicas y comportamientos de evitación.

Factores cognitivos. Entre otros aspectos, cabe destacar que el análisis de las modas permite inferir que (Tabla 1):

- la anticipación del fracaso (ítems 17 y 28) se produciría frecuentemente ya que, considerando en conjunto la escala “a veces, con frecuencia, siempre” 44 y 49 alumnos (78,57% y 87,50% para los ítems 17 y 28, respectivamente) refieren experimentar sensación de fracaso o presentimiento de obtener una baja nota;
- para la autoevaluación del desempeño (ítem 20), los estudiantes pueden hacerlo con diversa frecuencia pero solo 8 de ellos (14,28%) refieren hacerlo siempre;
- respecto de la confianza en sus conocimientos (ítem 27), 42 de los estudiantes (75,00%) sienten seguridad en ellos;
- la comparación de los estudiantes con sus pares (ítem 11) y sus sentimientos frente a las expectativas de su familia (ítem 21) los alumnos encuestados muestran una aparente despreocupación por cuanto las frecuencias modales para ambos ítems se registran como “nunca” (75,00 y 42,85% para los ítems 11 y 21, respectivamente); por otra parte ningún alumno (0,00%) se preocupa por su lugar en el grupo, pero 7 estudiantes (12,50%) reconocen temor ante las expectativas familiares;
- atendiendo a las preocupaciones vinculadas al desarrollo del examen (ítems 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 13, 23, 25, 26, 30, 31 y 33), la moda se registró para la opción “a veces” en el 67,00% de los ítems lo que permitiría sugerir que estos aspectos tienen una baja incidencia en la AE, al menos para este grupo de alumnos;
- solo el ítem 18 muestra una distribución bimodal (opciones “con frecuencia” y “siempre”) lo que permitiría inferir que la sensación de inquietud contribuye a la AE de estos alumnos.

Manifestaciones fisiológicas. Resulta llamativo que para algunas de estas manifestaciones como las alteraciones en la respiración (ítem 6) y el dolor de estómago (ítem 24) la moda se localiza en la opción “nunca”. Los estudiantes refieren como manifestación fisiológica de mayor ocurrencia al aumento de la frecuencia cardíaca (38 alumnos; 67,85%).

Comportamiento de evitación. Este aspecto, evaluado a través de los ítems 10 y 32, muestra que una alta proporción de los estudiantes (75,00 y 71,42%, respectivamente) no adoptarían estas conductas siendo solo dos estudiantes (3,57%) los que recurrirían siempre a estos procedimientos.

Tabla 1. Resultados de las respuestas de los alumnos encuestados.

N ^o		Nunca	Casi nunca	A veces	Confrecuencia	Siempre
1	Tengo dificultad con la distribución del tiempo	3	9	30	5	9
2	Me perturba el recuerdo de una mala actuación en exámenes anteriores	20	14	15	4	3
3	No puedo expresar claramente mis ideas	5	15	24	7	5
4	Tengo problemas para razonar cuando me encuentro con una pregunta	8	21	22	4	0
5	Mi pensamiento es lento y dificultoso	19	20	15	2	0
6	Respiro rápida y entrecortadamente	35	5	12	3	1
7	Me es difícil responder en forma precisa porque la información se me presenta	9	12	25	8	2
8	Siento vergüenza	41	6	4	3	2
9	No tengo seguridad al dar mis respuestas	8	15	30	1	2
10	Deseo romper la puerta y escapar	42	3	7	2	2
11	Me perturbo pensando en el lugar que ocuparé dentro de mi grupo	43	6	7	0	0
12	Me duele la cabeza	19	13	17	2	5
13	Se me blanquea la mente	10	16	22	6	2
14	Se me acelera el ritmo cardíaco	12	6	18	9	11
15	Sufro tensión muscular (calambres en las piernas, dolor de cuello, de espalda,	23	7	11	6	9
16	Padezco insomnio	25	10	11	5	5
17	Tengo la sensación de que voy a fracasar	5	7	28	9	7
18	Me siento inquieto	2	4	14	18	18
19	Tiemblo	23	7	17	6	3
20	No puedo autoevaluar mi desempeño	22	7	18	1	8
21	Siento miedo ante lo que mi familia espera de mi	24	10	11	4	7
22	Transpiro intensamente (cara, palma de manos, etc)	18	8	14	6	10
23	Se me hace difícil elegir entre distintas respuestas	7	15	28	4	2
24	Me duele el estómago	29	6	12	5	4
25	No puedo emitir juicios firmes	16	11	23	3	3
26	Coloco respuestas en lugar equivocado	17	9	29	1	0
27	Estoy inseguro ante los conocimientos adquiridos	13	14	15	8	6
28	Presiento que obtendré una baja nota	4	4	37	9	2
29	Se alteran mis hábitos alimentarios (siento inapetencia o mucho apetito)	16	7	10	12	11
30	Cometo errores al responder preguntas fáciles	10	18	17	8	3
31	Me cuesta comprender las instrucciones o consignas	17	21	16	1	1
32	Deseo escapar	40	4	7	1	4
33	Tengo dificultad en recordar mis respuestas	4	22	27	2	1

Blanco: factores cognitivos; Gris claro: manifestaciones fisiológicas; Gris oscuro: comportamientos de evitación. Resaltado en negrita: moda.

Discusión

El estudio presentado en esta comunicación fue de carácter exploratorio para recabar información acerca de la AE de un grupo reducido de estudiantes del curso de Histología (Facultad de Ciencias Veterinarias, Universidad Nacional de La Plata). Nuestra intención fue indagar, de una forma que supere la mera intuición, acerca de los posibles factores que originan y desencadenan la AE en nuestros estudiantes. Para ello, de entre muchos posibles, seleccionamos un instrumento validado y aplicado en una investigación previa realizada con estudiantes de nuestro país y del mismo nivel educativo.

En tanto el estudio realizado es exploratorio, hemos buscado hechos sin el objetivo de predecir relaciones entre variables. Así, nuestros resultados al mismo tiempo que aportan información para llevar a cabo una investigación más extensa, muestran que, de manera global, este grupo de estudiantes reconoce experimentar, en diferente grado, los factores comportamentales que conforman la AE y que se evaluaron mediante el instrumento CAFEU. Podemos entonces solo sugerir que estos hallazgos mostrarían coincidencia con los resultados de Grandis (2009) en lo referente a la asiduidad de la manifestación de la AE en alumnos universitarios de nuestro país. De igual manera, y considerando ahora las diferencias etarias, el país de procedencia, nivel educativo, los instrumentos empleados y el número de participantes, encontramos algunos aspectos que difieren con los resultados encontrados en estudios realizados por investigadores de otros países. Así por ejemplo, en un estudio sobre el estrés académico de estudiantes de la Universidad de Sevilla, se encontró que en el 89,00% de los encuestados, aparecieron variaciones en el número de horas de sueño y en sus hábitos alimenticios (Martín Monzón, 2007). Para nuestro grupo de estudiantes tales manifestaciones fisiológicas, de acuerdo a su frecuencia modal, resultaron excluidas y cuando ocurren se encuentran en la escala “a veces - siempre” solo para 33 y 26 de ellos (59,00 y 46,42% para los ítems 16 y 29, respectivamente). La explicación a tales diferencias requiere de estudios adicionales, proyectados en el marco de las acciones futuras.

Acciones futuras

Los resultados obtenidos y los comentarios de los alumnos, nos alientan a continuar investigando en la AE. Es importante observar que los alumnos se encuentran bien predisuestos para realizar este tipo de encuestas ya que sienten la necesidad de contar lo que les ocurre cuando encuentran un interlocutor interesado. Dada la complejidad de este constructo, nos proponemos:

- ampliar y profundizar el campo conceptual como forma de generar un equipo de trabajo docente capacitado en esta temática lo cual redundará en una mejor calidad de enseñanza;
- implementar la selección, validación, aplicación y análisis de instrumentos variados que nos permitan abordar otras facetas de la AE;
- en función de lo anterior, ofrecer a nuestros estudiantes otras opciones para sus necesidades que complementen y trasciendan los aspectos académicos en vistas de una formación integral, al tiempo que contribuya a incidir favorablemente en el rendimiento académico, el desgranamiento y la deserción en el primer año de la carrera de Ciencias Veterinarias.

Bibliografía

- Chapell MS; Blanding ZB; Silverstein ME; Takahashi M; Newman B; Gubi A; McCann N. 2005. Test- anxiety and academic achievement in undergraduate and graduate students. *Journal of Education Psychology*, 97(2), 268-278.
- Correché S; Solares E; Barbenza M y Penna F. 2002. Situaciones de Ansiedad en Ingresantes a la Universidad Nacional de San Luis. *Revista IDEA*, 36, 19, 16-23.
- Furlán L. 2006. Ansiedad ante los exámenes. Qué se evalúa y cómo? *Evaluar*, 6 32 – 51
- Grandis MA. 2009. Evaluación de la ansiedad frente a los exámenes universitarios. Tesis Doctoral. Universidad Nacional de Córdoba.
- Hernández Sampieri R. 2010. Metodología De La Investigación Mc Graw-Hill México ISBN: 6071502918 ISBN 13: 9786071502919. 368 pp.
- Leibovich NB. 2001. Inventario de situaciones y respuestas de ansiedad (ISRA). Manual. Adaptación argentina. Madrid: TEA.
- Martín Monzón IM. 2007. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología* 25(1): 87-99.
- Sarason IG y Sarason BR. 1990. Test anxiety, en: H. Leitenberg (Ed.) *Handbook of Social and Evaluation Anxiety*, New York: Plenum Press. 553 pp.
- Yousefi F; Talib MA; Mansor MB; Juhari RB; Redzuan M. 2010. The Relationship between Test-Anxiety and Academic Achievement among Iranian Adolescents *Assian Social Science* 6 (5): 100-105. Disponible en: ccsenet.org/journal/index.php/ass/article/view/5979.
- Zeidner M. 1998. Test anxiety: The state of the art. New York: Plenum Press. 440 pp.