

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.774>

## Ansiedad y calidad de vida en estudiantes universitarios

Anxiety and quality of life in university students

**Ricardo Vinicio Supe Landa**

rsupe9070@uta.edu.ec  
Universidad Técnica de Ambato  
Ambato – Ecuador

**Fanny Rocío Gavilanes Manzano**

fr.gavilanes@uta.edu  
Universidad Técnica de Ambato  
Ambato – Ecuador

Artículo recibido: 17 de junio de 2023. Aceptado para publicación: 01 de julio de 2023.  
Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

### Resumen

Actualmente los adolescentes universitarios se encuentran en riesgo de desarrollar ansiedad como consecuencia de las diversas exigencias que viven dentro del ámbito académico, lo que repercute en el bienestar físico, emocional y social. Por tal motivo el propósito del estudio fue determinar la relación entre ansiedad y calidad de vida en estudiante universitarios, mediante un diseño no experimental de tipo cuantitativo, de alcance descriptivo, correlacional y de corte transversal en una muestra constituida por 264 participantes, 66 (25%) hombres y 198 (75%) mujeres elegidas a través de criterios de inclusión y muestreo no probabilístico intencionado. Se aplicó la Escala de Ansiedad de Hamilton y la Escala de calidad de vida WHOQOL-BREF. Los resultados mostraron que con un 99% de confianza existe correlación inversa leve entre ansiedad y calidad de vida ( $Rho=-0.56$ ,  $p<0.001$ ), también se encontró prevalencia de sintomatología de ansiedad leve con el 43.6%, grave con el 28.4%, moderada con el 21.2% y ausencia con el 6.8%. en cuanto a la calidad de vida el 79.2% de la población presentó un nivel medio, el 15.5% nivel bajo y el 5.3% nivel alto. Identificando que no existió diferencias estadísticamente significativas entre las puntuaciones medias del sector urbano ( $M=18.1$ ) y rural ( $M=18.7$ ). Mediante los datos obtenidos conocer que cuanto mayor sean los niveles de ansiedad, la calidad de vida de los estudiantes será menor.


*Palabras clave:* ansiedad, calidad de vida, estudiantes

### Abstract

Currently, university adolescents are at risk of developing anxiety because of the various demands they experience in the academic environment, which affects their physical, emotional, and social well-being. For this reason, the objective of the study was to determine the relationship between anxiety and quality of life in university students, through a non-experimental quantitative design, descriptive, correlational, and cross-sectional in a sample of 264 participants, 66 (25%) men and 198 (75%) women chosen through inclusion criteria and non-probabilistic purposive sampling. The Hamilton Anxiety Scale and the WHOQOL-BREF Quality of Life Scale were applied. The results showed that with 99% confidence there is a slight inverse correlation between anxiety and quality of life ( $Rho=-0.56$ ,  $p<0.001$ ), also found prevalence of mild anxiety symptomatology

with 43.6%, severe with 28.4%, moderate with 21.2% and absence with 6.8%. As for the quality of life 79.2% of the population presented a medium level, 15.5% low level and 5.3% general level. There were no statistically significant differences between the mean scores of the urban (M=18.1) and rural (M=18.7) sectors. Through the data obtained, it was found that the higher the levels of anxiety, the lower the quality of life of the students.

*Keywords:* anxiety, quality of life, students

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons . 

Como citar: Supe Landa, R. V., & Gavilanes Manzano, F. R. (2023). Ansiedad y calidad de vida en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 4(2), 2522–2530. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.774>

## **INTRODUCCIÓN**

La ansiedad es un problema de salud pública a nivel mundial, debido a que todas las personas pueden llegar a experimentar sintomatología ansiosa en el transcurso de su vida. En el caso de los estudiantes universitarios, la presión académica, situación laboral, la falta de recursos económicos, responsabilidades personales y sociales pueden ser fuentes de ansiedad que afecten de manera significativa la calidad de vida de estos.

La población universitaria se encuentra en riesgo de desarrollar ansiedad como consecuencia de las diversas exigencias que viven dentro del ámbito académico, lo que repercute en el bienestar físico, emocional y social de los jóvenes que se encuentran cursando sus estudios de tercer nivel (Bojorques, 2023).

Para Resnik y Cascardo (2016), la ansiedad es un estado emocional que presenta turbaciones e inquietudes desagradables ante la presencia de estímulos internos o externos que se consideren amenazantes. Así mismo puede manifestarse con sintomatología fisiológica de acuerdo con el sistema nervioso autónomo, que influye negativamente en la calidad de vida de las personas. En el caso de los estudiantes, puede ser una preocupación importante, ya que la transición a la vida universitaria tiende a ser estresante y desafiante (Bojorques, 2023). Además, la presión académica, la incertidumbre sobre el futuro laboral y las relaciones interpersonales pueden contribuir a aumentar los niveles de ansiedad en los estudiantes.

La ansiedad es un problema frecuente que hoy en día aumenta en jóvenes universitarios puesto que pueden sentir una presión considerable para obtener buenas calificaciones y cumplir con las expectativas académicas, cuyo malestar se ve en aumento durante los periodos de exámenes (Araoz, (2019) La investigación de Riquelme (2021) destaca que la ansiedad no tratada puede llevar a problemas más graves de salud mental como la depresión, trastorno de estrés postraumático o ideación suicida y afectar de manera significativa la calidad de vida personal y familiar.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) en todo el mundo el 29% de las personas presentan ansiedad relacionada a diferentes factores psicosociales, mientras que la Organización Panamericana de la Salud (OPS,2020) menciona que el 77% de mujeres y el 3,6% de hombres sufre de ansiedad, donde la presencia de este malestar tiene lugar antes de los 18 años.

La sintomatología suele ser importante en investigaciones sobre ansiedad debido a que provoca reacciones emocionales y conductuales de forma negativa que influye en el funcionamiento motor e intelectual del individuo. La OMS (2021) menciona que alrededor del 41,6% de los estudiantes sufren de ansiedad a nivel mundial, mientras que en América Latina el 32%, en Ecuador el 19,4% tiene niveles altos de síntomas de ansiedad que afecta la calidad de vida de la persona que lo padece. La OPS (2020) destaca que los adolescentes universitarios tienen una tasa de ansiedad más alta en comparación a la población general. Del mismo modo señala que las mujeres tienen una mayor tasa de ansiedad que los hombres entre los estudiantes universitarios.

La investigación de Mosqueira Soto (2021) sobre la relación entre el nivel de ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de enfermería concluye que los niveles de ansiedad se encontraron entre los rangos bajos y medios. De igual forma, en el estudio de Martínez (2021) acerca de los niveles de ansiedad en universitarios menciona que se debe conocer el grado de ansiedad de los participantes, analizar la posible relación que existe entre los niveles y las variables sociodemográficas relacionadas con el ámbito educativo. De acuerdo con lo expuesto, se obtuvo como resultado que el sexo femenino posee déficit de horas de sueño, así también se

observó la dificultad en el rendimiento académico del estudiante universitario asociado con un mayor nivel de ansiedad-estado y ansiedad-rasgo, producto que se obtuvo mediante el cuestionario de Ansiedad Estado- rasgo (STAI), además el nivel de ansiedad-rasgo tuvo relación con la edad de los participantes.

En diferentes universidades de Ecuador ha sido estudiada la variable ansiedad; así, por ejemplo, Vivar (2020) en la Universidad de Cuenca determinó que el 60% de la población evaluada experimentan niveles moderados y graves de ansiedad. Por otra parte, Moposita Caisaguano (2022) expone que en la Universidad Técnica de Ambato el 36,3% de estudiantes de psicología clínica y enfermería reportaron tener niveles elevados de ansiedad.

La ansiedad ha sido estudiada conjunto a otros constructos más amplios como la depresión, el estrés, procrastinación académica, entre otras, con la finalidad de observar la relación que puede existir o de qué manera influye (González-Aguilar, 2021), donde Patiño Villada (2019) en su estudio acerca de la depresión, ansiedad y calidad de vida relacionada con la salud física y mental en estudiantes de la educación superior reveló que el estado de depresión, ansiedad y calidad de vida está relacionado con la salud de cada persona, asimismo, menciona que existió prevalencia de síntomas de ansiedad con el 10% y depresión con el 22%.

Por otra parte, la calidad de vida de acuerdo con La (OMS, 2021) se define como la percepción que posee cada una de las personas sobre su posición en la vida, dentro de su sistema de valores y el contexto sociocultural. La calidad de vida de los jóvenes universitarios es un argumento que en la actualidad se viene discutiendo en las áreas de salud pública y la educación (Alvarado-Aravena et al., 2021). Freitas et al., (2023) en su investigación menciona que los estudiantes experimentan cambios significativos en sus emociones y comportamiento antes y durante el ingreso a la universidad, el hecho de dejar el entorno familiar como social y mudarse a diferentes ciudades para iniciar su trayectoria universitaria, puede generar sintomatología ansiosa u otras patologías como; estrés y depresión, lo que puede afectar la salud y calidad de vida.

La investigación sobre la calidad de vida, Souza Martins y Figueroa Angel (2023) mencionan que los niveles bajos en factores psicológicos como la autoestima, autopercepción y el optimismo afectan el crecimiento desarrollo emocional? de los estudiantes. Cisternas (2020) en su estudio sobre la comparación de la calidad de vida en estudiantes universitarios según nivel de actividad física donde participaron 126 estudiantes de las facultades de salud, educación e ingeniería de tres universidades de Talca (Chile) los cuales fueron evaluados mediante la escala de calidad de vida WHOQOL-BREF se obtuvo como resultados que los jóvenes universitarios activos presentan una mejor calidad de vida global y en salud, además presentan una mejor puntuación en los dominios físico, psicológico y medio ambiente al compararlos con estudiantes inactivos.

En relación con el tema de estudio, se busca conocer la relación que puede tener la ansiedad y calidad de vida en estudiantes universitarios, para lo cual se estableció la pregunta de investigación: ¿Existe relación entre ansiedad y calidad de vida en estudiantes universitarios? Además, se espera evaluar el nivel de ansiedad que predomina en los estudiantes universitarios, así también valorar la calidad de vida en la población de estudio. Para finalmente comparar los niveles de ansiedad en estudiantes de acuerdo con el lugar de residencia (sector urbano o rural).

## **METODOLOGÍA**

La investigación tiene un enfoque cuantitativo debido a que posibilita obtener medidas a través de la aplicación de instrumentos validados y estandarizados: Escala de Ansiedad de Hamilton y la Escala WHOQOL-BREF para evaluar calidad de vida. El diseño trata de un estudio no experimental ya que no se manipuló ni se controló las variables. con un corte transversal, se aplicaron los instrumentos psicológicos en una sola ocasión. Finalmente, se considera de

alcance descriptivo porque se describen las variables: Ansiedad y Calidad de Vida, y correlacional porque se buscó medir la forma de relación y el grado de intensidad que existe entre las variables.

La muestra estuvo conformada por un total de 264 participantes de una Universidad Ambato - Ecuador, quienes fueron elegidos mediante un muestreo no probabilístico intencionado a conveniencia. Se contabilizó a 66 (25%) Hombres y 198 (75%) mujeres quienes cumplían con los criterios de inclusión: Estar legalmente matriculado en el período Abril – septiembre 2023, haber aceptado y firmado la carta de consentimiento informado, y criterio de exclusión: una vez firmado el consentimiento informado, deseen por voluntad propia y libre de coacción dejar de participar en el estudio. Con respecto a los datos sociodemográficos que se tomaron en cuenta para la ficha fueron: sexo, carrera universitaria, condición económica y lugar de residencia.

Para evaluar la ansiedad se empleó la Escala de Ansiedad de Hamilton, el mismo que consta de 14 ítems, con una escala tipo Likert con opciones de respuesta que van desde 0 puntos (ausente) hasta 4 puntos (muy grave). El instrumento ofrece una valoración de cuatro niveles: ausencia de ansiedad con una puntuación de 0 a 5, ansiedad leve puntuación de 6 a 17, ansiedad moderada puntuación de 18 a 24 y ansiedad grave puntuación de 24 en adelante. Con un alfa de Cronbach que oscila de 0,79 y 0,86 que muestra una excelente consistencia (HAMILTON, 1959).

Para evaluar calidad de vida se administró la Escala de Calidad de Vida WHOQOL-BREF traducido al idioma español por Iris Espinoza (2011) del instrumento original (WHOQOL-100) de la Organización mundial de la salud (OMS), mismo que permite evaluar a la población a partir de 18 años. Consta de 26 ítems con una escala tipo Likert con opciones de respuesta que van desde 1 punto (nada) hasta 5 puntos (totalmente). El instrumento ofrece una valoración de cuatro dimensiones: salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente. Con un alfa de Cronbach de 0.88.

En cuanto al procedimiento se inició solicitando la autorización y la carta de compromiso al Sr. Decano de la Facultad Ciencias de la Salud para la respectiva investigación. Asimismo, se realizó el acercamiento de manera presencial en los diferentes salones de clase de los estudiantes quienes fueron seleccionados para la evaluación, misma que realizó de forma colectiva donde el investigador estuvo presente para solventar inquietudes a los participantes. El estudio se trabajó considerando los aspectos éticos de Helsinki para garantizar la confidencialidad, autonomía, anonimato y bienestar de los participantes.

Para el análisis de datos (resultados) se utilizó el programa estadístico Jamovi 2.3.21; para determinar la correlación entre las variables antes mencionadas, se empleó la prueba no paramétrica Rho de Spearman debido que incumplió con los supuestos de normalidad, así como la prueba T de Welch para comparar las medias, ya que la muestra no cumplía con los supuestos de normalidad y homogeneidad.

## **RESULTADOS**

**Tabla 1**

*Distribución de nivel de ansiedad*

<b>Nivel de ansiedad</b>	<b>Frecuencias</b>	<b>% del Total</b>
Ausencia	18	6.8 %
Leve	115	43.6 %
Moderado	56	21.2 %
Grave	75	28.4 %

En el presente estudio los resultados que se encontraron en la muestra de 264 estudiantes universitarios en relación con los niveles de ansiedad (tabla 1). Se determinó prevalencia de ansiedad leve con el 43,6%, grave con el 28,4%, moderada con el 21,2% y ausencia con el 6.8%

**Tabla 2**

*Distribución de Nivel Calidad de Vida*

Nivel calidad de vida	Frecuencias	% del Total
Bajo	41	15.5 %
Medio	209	79.2 %
Alto	14	5.3 %

La tabla 2 muestra que de los 264 el 79,2% de la población presentó un nivel medio en la calidad de vida, el 15,5% bajo nivel y el 5,3% alto nivel.

**Tabla 3**

*Sector de Procedencia*

Grupo		N	Media
Ansiedad	Urbano	148	18.1
	Rural	116	18.7

Estadístico		GI	P
Ansiedad	T de Welch	-0.509	235
			0.611

Dado que la distribución de las puntuaciones de ansiedad no fue normal se aplicó la prueba t de Welch (tabla 3), encontrando que no existen diferencias estadísticamente significativas entre las puntuaciones medias del sector urbano (M=18.1) y rural (M=18.7).

**Tabla 4**

*Correlación entre Ansiedad y Calidad de Vida*

Calidad de vida		Ansiedad
	Rho de Spearman	-0.546
	valor p	< .001

La distribución de las puntuaciones al no ser normal ( $p < 0.001$ ), se aplicó la prueba de correlación de Spearman (tabla 4). y se determinó que con un 99% de confianza existe una correlación inversa leve entre ansiedad y calidad de vida ( $Rho = -0.546$ ,  $p < 0.001$ ) por tanto se acepta la hipótesis nula.

### **DISCUSIÓN**

En cuanto a los resultados alcanzados, en el estudio se pudo evidenciar como la ansiedad es un factor que incide de manera directa en la calidad de vida de los estudiantes universitarios. Con relación a la ansiedad, se determinó la prevalencia del nivel leve (43,6%) y con el 28,4% grave, resultados que coinciden con los presentados por (Alpi, 2020) en su estudio sobre las variables asociadas a la ansiedad-depresión, menciona que los puntajes de salud mental son relativamente bajos, el resultado que se obtuvo mediante una escala de PROMIS fue que el 55,7 % de los participantes presentaron síntomas de ansiedad entre leves y moderados el 27,8% y solo

graves el 2,3%. sin embargo, (Alves et al., 2021) en su estudio "Prevalence and factors with anxiety among university students of health science" indica que los estudiantes mostraron un grado de ansiedad moderado 29,8%, grave 28,0% y leve 27,0% debido a diversos factores psicosociales propios de la vida universitaria. Asimismo, (Reyes, 2021) manifiesta que el 66,7% de los adolescentes universitarios resultaron con problemas de ansiedad derivado de varios factores como el mal uso del internet, problemas personales, baja autoestima y rendimiento académico deficiente.

Se considera que una tercera parte de encuestados menciona tener un grado de síntomas ansiedad severo debido a factores propios que existen en la vida universitaria. Que pueden afectar la salud mental de los estudiantes, cabe señalar que no todos los estudiantes viven la trayectoria académica de la misma forma, hay quienes se esfuerzan por tener las mejores calificaciones y llegan a sentirse frustrados si cometen algún error, mientras que otros entienden que no siempre se puede tener las mejores calificaciones y esto no le genera sintomatología ansiosa.

Los resultados con respecto a los niveles de calidad de vida posibilitaron apreciar que los estudiantes de educación superior se encuentran en un nivel medio con el 79,2%, estadísticas que se asocian a los observados por (Chávez, 2020) quien menciona que existe un nivel promedio en relación de la calidad de vida: desde el punto global se encuentra que el 78% cuentan con una calidad de vida estable. Así mismo, (Alonso Patiño et al., 2019) destaca que el porcentaje de calidad de vida se encuentra entre 70% y 100% en diferentes dimensiones que se evaluó la calidad de vida, asimismo manifiesta que estas se asocian con síntomas ansiosos y depresivos dando como resultado un nivel medio en la calidad de vida de estudiantes.

En contra postura con los resultados identificados en este estudio, (Argote, 2020) menciona que los estudiantes pueden sentirse abrumados, presentar problemas para dormir, experimentar dificultades para concentrarse y relacionarse con los demás, debido que existen factores externos que impiden su tranquilidad o se encuentren en un ambiente familiar o educativo donde prevalezca la hostilidad, por lo que concluye que no se puede hablar de una calidad de vida adecuada, ya que los factores antes mencionados pueden generar un rendimiento académico deficiente y una actitud de desinterés, síntomas de ansiedad, depresión e incluso ideación suicida.

Al comparar la variable ansiedad respecto al sector urbano y rural, se evidencia que no existe una diferencia estadísticamente significativa en ambos grupos, sector urbano (M=18.1) y rural (M=18.7), datos que coinciden con los expuestos por (Díez-Gutiérrez, 2022) en entornos rurales un 9,2% piensa que el curso escolar no se puede seguir de forma adecuada debido a factores en su mayoría económicos y solo el 3,5% de la zona urbana consideran tener dificultades para estudiar adecuadamente, lo que determina que ambos sectores existen la probabilidad que niveles leves o moderados de síntomas de ansiedad, mientras que (Llerena, 2022) en su estudio destaca que la personas del sector rural al no tener una facilidad para relacionarse interpersonalmente pueden estar a la defensiva y en pocos casos ser agresivos si alguien los molesta, esto puede generar ansiedad o frustración al tratar de ingresar a la universidad.

Finalmente, se determinó que existe una correlación inversa leve entre ansiedad y calidad de vida, es decir, de acuerdo con la gravedad de los síntomas de ansiedad se puede determinar bajas o altas puntuaciones de calidad de vida, aspectos que guarda relación con el estudio de (Freitas et al., 2023) donde menciona que las puntuaciones expresadas destacan que existe una alta prevalencia de síntomas de ansiedad, nivel grave con el 31,4% y leve con el 21,1% lo que repercute directamente en la calidad de vida, ya que disminuyen su valorización, en especial la presencia de síntomas graves, que determina que existe una correlación inversa.

En relación con los resultados detallados se puede deducir que la ansiedad es un factor que está presente en la formación académica de los estudiantes universitarios, este problema no discrimina género o etnia, y puede generar daños clínicamente significativos en áreas académicas y de salud, por lo que se debería generar estrategias que permitan evaluar a estudiantes que presenten problemas en el ámbito académico, de esta manera prevenir sintomatología de ansiosa, asimismo brindar apoyo psicológico para que este factor no sea una causa de la deserción académica universitaria.

### **CONCLUSIONES**

La prevalencia de ansiedad que existe en los estudiantes universitarios es moderada en su mayoría, aunque también se pudo conocer la existencia de casos que se encuentran en un nivel preocupante de ansiedad.

La calidad de vida de los estudiantes universitarios destaca la prevalencia de un nivel moderado, debido que no existen factores que influyen con gravedad y desencadenan en malestares clínicamente significativos e impacten de manera negativa a la calidad de vida.

En cuanto a la comparación del nivel de ansiedad en estudiantes universitarios del sector urbano y rural, no se establece una diferencia significativa, por lo que se infiere que las problemáticas universitarias que pueden generar ansiedad no son diferentes en estos dos tipos de estudiantes.

Finalmente, se estableció una correlación inversa leve entre las variables ansiedad y calidad de vida, donde a mayor ansiedad menor será la calidad de vida presente en estudiantes universitarios.

**REFERENCIAS**

Alonso Patiño-Villada, F., Hugo Arboleda-Serna, V., Fernando Arango-Vélez, E., Botero-Restrepo, S., & Mario Arango-Paternina, C. (2019). Depresión, ansiedad y calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes universitarios de educación física y deportes. *Dialnet*, 38(2), 4. <https://doi.org/10.17533/udea.efyd.v38n2a02>

Alvarado-Aravena, C., Estrada-Goic, C., Núñez-Espinosa, C., Alvarado-Aravena, C., Estrada-Goic, C., & Núñez-Espinosa, C. (2021). Sintomatología depresiva y calidad de vida en estudiantes de medicina en alta latitud sur. *Revista Médica de Chile*, 149(3), 357–365. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872021000300357>

Alves, J. V. de S., de Paula, W., Netto, P. R. R., Godman, B., Do Nascimento, R. C. R. M., & Coura-Vital, W. (2021). Prevalence and factors associated with anxiety among university students of health sciences in Brazil: findings and implications. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 70(2), 99–107. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000322>


Souza Martins, M., & Figueroa Angel, M. X. (2023). Factores psicológicos de los estudiantes universitarios y calidad de vida: Una revisión sistemática prepandemia. *Interdisciplinaria: Revista de Psicología y Ciencias Afines = Journal of Psychology and Related Sciences*, ISSN 0325-8203, Vol. 40, No. 1, 2023, Págs. 25-41, 40(1), 25–41. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8818428&info=resumen&idioma=SPA>

Freitas, P. H. B. de, Meireles, A. L., Ribeiro, I. K. da S., Abreu, M. N. S., Paula, W. de, & Cardoso, C. S. (2023). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes del área de la salud e impacto en la calidad de vida. *Revista Latino-Americana de Enfermasen*, 31, e3884. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.6315.3884>

González-Aguilar, D. W. (2021). Bienestar psicológico, resiliencia y ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Guatemalteca de Educación Superior*, 4(1), 43–58. <https://doi.org/10.46954/revistages.v4i1.53>

HAMILTON, M. (1959). THE ASSESSMENT OF ANXIETY STATES BY RATING. *British Journal of Medical Psychology*, 32(1), 50–55. <https://doi.org/10.1111/J.2044-8341.1959.TB00467.X>

Iris Espinoza. (2011). Validación del cuestionario de calidad de vida (WHOQOL-BREF). Scielo. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rmc/v139n5/art03.pdf>

Todo el contenido de **LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades**, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) .