

XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVIII Jornadas de Investigación. XVII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. III Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. III Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2021.

Autoeficacia para el afrontamiento del estrés, Ansiedad ante exámenes y sintomatología del estrés físico y psicoemocional en contexto de pandemia. Un estudio en estudiantes universitarios.

Pereyra Girardi, Carolina, Paez Vargas, Natalia y Mur, Julian Andres.

Cita:

Pereyra Girardi, Carolina, Paez Vargas, Natalia y Mur, Julian Andres (2021). *Autoeficacia para el afrontamiento del estrés, Ansiedad ante exámenes y sintomatología del estrés físico y psicoemocional en contexto de pandemia. Un estudio en estudiantes universitarios. XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVIII Jornadas de Investigación. XVII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. III Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. III Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-012/872>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/even/HKy>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

AUTOEFICACIA PARA EL AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS, ANSIEDAD ANTE EXÁMENES Y SINTOMATOLOGÍA DEL ESTRÉS FÍSICO Y PSICOEMOCIONAL EN CONTEXTO DE PANDEMIA. UN ESTUDIO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Pereyra Girardi, Carolina; Paez Vargas, Natalia; Mur, Julian Andres
Universidad del Salvador. Facultad de Psicología y Psicopedagogía. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

Según los datos de la UNESCO, el COVID-19 afectó a más de 20 millones de estudiantes de educación superior en América Latina y el Caribe durante el año 2020. La pandemia provocó consecuencias psicológicas en los estudiantes universitarios, evidenciándose un incremento de problemas vinculados al estrés y la ansiedad y la necesidad del estudio de variables protectoras como la autoeficacia. Objetivo: indagar la relación entre la autoeficacia para el afrontamiento del estrés, la ansiedad cognitiva ante exámenes y la sintomatología del estrés físico y psicoemocional en estudiantes universitarios durante el contexto de pandemia. Método: estudio descriptivo correlacional transversal. Muestra: 244 estudiantes regulares de universidades públicas y privadas. Resultados: se encontraron correlaciones estadísticamente significativas entre todas las variables de estudio. Discusión: los resultados evidenciaron una relación inversa entre los niveles de autoeficacia respecto a la ansiedad y la sintomatología del estrés. Se sugiere profundizar el estudio de estas variables en muestras más amplias y heterogéneas, con foco en diferencias de género, e implementar estrategias orientadas a disminuir la ansiedad y el estrés favoreciendo la autoeficacia (técnicas de relajación, mindfulness). Se destaca la importancia de propiciar espacios de reflexión para detectar, controlar y disminuir efectos psicológicos adversos producto de la pandemia.

Palabras clave

Autoeficacia - Ansiedad ante exámenes - Estrés - Alumnos universitarios

ABSTRACT

COPING WITH STRESS SELF-EFFICACY, TEST ANXIETY AND SYMPTOMS OF PHYSICAL AND PSYCHO-EMOTIONAL STRESS IN THE CONTEXT OF A PANDEMIC. A STUDY IN COLLEGE STUDENTS According to the UNESCO, COVID-19 affected more than 20 million higher education students in Latin America and the Caribbean during 2020. The pandemic caused psychological consequences in university students, showing an increase in

problems related to stress and anxiety and the need to study protective variables such as self-efficacy. Objective: to investigate the relationship between coping with stress self-efficacy, cognitive test anxiety and the symptoms of physical and psycho-emotional stress in university students during the pandemic context. Method: descriptive cross-sectional correlational study. Sample: 244 regular students from public and private universities. Results: statistically significant correlations were found between all the study variables. Discussion: the results showed an inverse relationship between levels of self-efficacy regarding anxiety and stress symptoms. It is suggested to extend the study of these variables in larger and more heterogeneous samples, with focus on gender differences, and to implement strategies aimed at reducing anxiety and stress favoring self-efficacy (relaxation techniques, mindfulness). The importance of providing spaces for reflection to detect, control and reduce adverse psychological effects resulting from the pandemic is highlighted.

Keywords

Coping with stress self-efficacy - Test anxiety - Stress - University students

BIBLIOGRAFÍA

- Apaza P., C. M., Seminario Sanz, R. S., & Santa-Cruz Arévalo, J. E. (2020). Factores psicosociales durante el confinamiento por el covid-19 - Perú. *Revista Venezolana de Gerencia*, 25(90), 402-413.
- Asayesh, H., Hosseini, M. A., Shariffard, F., & Kharameh, Z. T. (2016). The relationship between self-efficacy and test anxiety among the paramedical students of Qom University of medical sciences. *Journal Of Advances In Medical Education (JAMED)*, 1(3), 14-21.
- Bandura, A. (1995). Exercise of personal and collective efficacy in changing societies. In *Self-Efficacy in Changing Societies*.
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920.

- Caballero D., C. C., Abello L.L., R., & Palacio S., J. (2007). Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 25(2), 98-111.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287, 1-5.
- Cassady, J. C., & Johnson, R. E. (2002). Cognitive test anxiety and academic performance. *Contemporary Educational Psychology*, 27(2), 270-295.
- Chau, C., & Vilela, P. (2017). Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios de Lima y Huánuco. *Revista de Psicología (Peru)*, 35(2), 387-422. <https://doi.org/10.18800/psico.201702.001>
- Espinoza Ortiz, A. A., Pernas Álvarez, I. A., & González Maldonado, R. de L. (2018). Consideraciones teórico metodológicas y prácticas acerca del estrés. *Humanidades Médicas*, 18(3), 697-717.
- Furlan, L., Pérez, E., Moyano, M., & Cassady, J. (2010). Propiedades psicométricas y estandarización de la Escala de Ansiedad Cognitiva frente a los Exámenes a la población universitaria argentina. *Evaluar*, 10, 22-31.
- Godoy Izquierdo, D., Godoy García, J. F., López-Chicheri García, I., Martínez Delgado, A., Gutiérrez Jiménez, S., & Vázquez, L. (2008). Propiedades psicométricas de la Escala de Autoeficacia para el Afrontamiento del Estrés (EAEAE). *Psicothema*, 20(1), 155-165.
- Huarcaya-Victoria, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(2), 327-334.
- IESALC-UNESCO. (2020). COVID-19 y educación superior: De los efectos inmediatos al día después. En Unesco (p. 57).
- Lazarus, R. S. (2000). Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud. Bilbao: Descleé de Brouwer.
- Oros de Sapia, L. B., & Neifert, I. (2006). Construcción y Validación de una Escala para evaluar Indicadores Físicos y Psicoemocionales de Estrés. *Evaluar*, 6, 1-14.
- Ozamiz-Etxebarria, N., Dosil-Santamaria, M., Picaza-Gorrochategui, M., & Idoaga-Mondragon, N. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cadernos de Saude Publica*, 36(4), 1-10.
- Pereyra Girardi, C. I., Páez Vargas, N., Ronchieri Pardo, C. del V., & Trueba, D. A. (2019). Validación de la Escala de Autoeficacia para el Afrontamiento del Estrés en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología*, 37(2), 473-493.
- Piemontesi, S. E., Heredia, D. E., Furlan, L. A., Sánchez-Rosas, J., & Martínez, M. (2012). Ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios. *Anales de Psicología*, 28(1), 89-96.
- Torrecillas, C. (2020). El reto de la docencia online para las universidades públicas españolas ante la pandemia del Covid-19. *ICEI Papers COVID-19*, 16, 4.
- Vélez, A. y Roa, C. (2005). Factores asociados al rendimiento académico de los estudiantes de medicina. *Educación Médica*, 8(2), 74-82.
- Von der Embse, N., Jester, D., Roy, D., & Post, J. (2018). Test anxiety effects, predictors, and correlates: A 30-year meta-analytic review. *Journal of Affective Disorders*, 227, 483-493.