

Capítulo 19. Salud Emocional en el CREN "Marcelo Rubio Ruíz": explorando los índices de ansiedad estudiantil

Paola Ailed Rico López
Francisco Javier Chávez Davis
Julia Graciela Arce Mayoral

Centro Regional de Educación Normal "Marcelo Rubio Ruíz"

DOI: [10.46990/iQuatro.2025.04.18.19](https://doi.org/10.46990/iQuatro.2025.04.18.19)

Resumen

Este trabajo de investigación se realizó con el objetivo de analizar los niveles de ansiedad en las y los estudiantes que cursan la Licenciatura en Educación Primaria dentro del Centro Regional de Educación Normal (CREN), Marcelo Rubio Ruiz en la ciudad de Loreto, estado de Baja California Sur, México, durante el ciclo escolar 2023-2024. Para ello se recurrió al método cuantitativo, con un alcance descriptivo, diseño no experimental, de tipo transversal. Los resultados obtenidos tras aplicar el instrumento estandarizado Beck, nos permitieron identificar un alto índice de prevalencia de sintomatología ansiosa en la población abordada.

Palabras clave

Ansiedad, estudiantes, índices, síntomas

Introducción

Conforme avanzan las primeras décadas del siglo XXI, las instituciones educativas de nuestro país han visualizado con mayor claridad el alcance de los desafíos que enfrenta hoy la educación en los distintos tipos y niveles. Fue posterior a la pandemia de COVID-19 cuando el tema de la salud emocional de los estudiantes tomó mayor relevancia en las escuelas, pues con el regreso a clases presenciales después de dos años de confinamiento y una utilización cada vez mayor de redes sociales y plataformas digitales, se hicieron evidentes algunos comportamientos que despertaron la preocupación e interés de docentes y padres de familia, los cuales en muchas ocasiones requieren de apoyo especializado para impedir que se conviertan en un factor que merme su aprovechamiento escolar. De cara a la pandemia se generaron nuevos métodos educativos en todos los niveles, ante esto, las redes sociales jugaron un papel primordial, incidiendo con un cambio de esquema de aprendizaje que puede generar estrés y/o ansiedad (Chávez, 2021). Además, hay que enfatizar que la pandemia de COVID-19 ha provocado un menoscabo en la salud mental de las personas por el miedo a contraer la enfermedad, el confinamiento, la crisis económica asociada, entre otros factores. En población general en diversos países, se ha reportado mayor presencia de síntomas de depresión, ansiedad y mayor estrés (Sánchez et al., 2021).

En lo que se refiere al nivel básico y también a las Escuelas Normales, los nuevos planes y programas vigentes ponen una mayor atención al conocimiento de las emociones, con el fin de sentar las bases para una mejor convivencia en la sociedad (SEP, 2022). Derivado de esto, en los colectivos docentes el tema de la educación emocional ha tomado un lugar muy importante, generando nuevas estrategias y compromisos, lo que derivó en la idea de llevar a cabo este trabajo de investigación, enfocado en cubrir con un primer requisito fundamental, que es explorar esas conductas para determinar los índices de ansiedad y brindar elementos que permitan diseñar acciones a futuro. Como menciona Heredia (2024) “la NEM propone una concepción en la que lo compartido, lo nacional se construye, no verticalmente, sino a través del diálogo, desde la diversidad social, geográfica y cultural del país”.

Para las instituciones formadoras de docentes, es importante contar con información validada que permita identificar dichas conductas, por tanto, el objetivo de esta investigación es recabar elementos que ayuden a identificar los índices de ansiedad, como parte de su salud emocional.

Previo a esto, no existía en el CREN MARCELO RUBIO RUIZ un trabajo de investigación al respecto, por lo que el esfuerzo adquiere mayor compromiso para atender interrogantes como: ¿qué síntomas de ansiedad presentan los estudiantes de la Licenciatura en Educación Primaria? y ¿cuáles fueron los niveles de ansiedad detectados?

Revisión de la Literatura

Para la ansiedad encontramos una amplia lista de definiciones, Santos (2021) explica que “la ansiedad es una respuesta vivencial fisiológica, conductual y cognitiva, caracterizada por un estado generalizado de activación y alerta” (p.82). Existen muchos modelos teóricos donde encuadrarla, y todos están de acuerdo en que es una respuesta emocional compleja, adaptativa y pluridimensional. Por su parte Supe y Gavilanes (2023) consideran que “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” (p.2524). 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 (Supe y Gavilanes, 2023).

En lo que se refiere a estudiantes de nivel superior, en este caso pertenecientes a la Licenciatura en Educación Primaria, del Centro Regional de Educación Normal (CREN) MARCELO RUBIO RUIZ, habría que considerar primeramente que se encuentran en una situación en la que existen muchos factores que generan preocupación, pueden ser de tipo familiar, personal, de pareja, laborales, estudio y hasta de índole social. Al conjugarse todas estas, surgen retos para su salud emocional. Los jóvenes atraviesan una etapa de vida donde convergen búsqueda de identidad, cambios en relaciones sociales, emocionales, trastornos alimenticios y de sueño, sobrecarga académica, carencias socioeconómicas, desempleo, requiriendo que los lleven a adaptarse de la mejor manera para sí mismos (Barrera y Flores, 2020).

Los jóvenes que se encuentran cursando una carrera profesional se enfrentan hoy en día a un escenario complejo que les exige tomar decisiones importantes de manera constante. El trayecto entre el nivel medio superior y superior, es un salto relevante, pero concluir este último lo es aún más, sobre todo en estos tiempos, pues mediante el ingreso al nivel superior los estudiantes tienen una oportunidad de insertarse en un mundo laboral, de manera competente, desarrollar sus capacidades, lo que, a su vez, redundará en una mejora en la calidad de vida. Sin embargo, en la actualidad no se tiene certeza laboral al egresar de una institución de nivel superior, por lo tanto, el joven enfrenta retos, incertidumbre, desafíos y niveles de estrés en todo momento.

Los estudios realizados recientemente sobre temas de ansiedad en estudiantes, refuerzan la idea de que ésta 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 estímulo previo, y 3) generalizada, que se caracteriza por miedos prolongados vagos e inexplicables sin relación con un objeto (Cardona, 2015).

Una vez advertido lo anterior, podemos comentar que en muchas ocasiones los estudiantes pueden estar experimentando sintomatología de ansiedad, este estado de las personas puede reflejarse por medio de sensaciones de incomodidad generalizada, además de algunos signos visibles como respiración agitada, sudoración, falta de atención y concentración, alteraciones del sueño y otras manifestaciones conductuales como irritabilidad, angustia y más. Sin embargo, muchos estudiantes no le dan la importancia debida a este tipo de manifestaciones, ya sea por desconocimiento o desinterés hacia temas de salud emocional, esto según las propias expresiones verbales de nuestros alumnos, posteriores a la aplicación del cuestionario de ansiedad Beck, donde los alumnos refieren haber presentado alguno de estos síntomas, y no haberles brindado relevancia en absoluto.

Los estudiantes se pueden manifestar ansiedad de distintas maneras, por ejemplo: tensión, agotamiento, nerviosismo, sudoración, miedo, angustia y pánico, con un elevado apremio de los contextos académicos, prisa por cumplir metas o incapacidad de afrontar la realidad (Caldera, 2024).

Desde el interior de instituciones educativas de tipo superior, como son las escuelas formadoras de docentes, los estudios indican que los miedos y la ansiedad pueden llegar a enmarcarse dentro de condiciones que ponen en riesgo el buen rendimiento escolar, la ansiedad en niveles moderados contribuye a la preparación y al desempeño, pero al tornarse elevada, interfiere en los procesos motivacionales y cognitivos del aprendizaje, por lo cual es relevante observarla a tiempo y moderarla o eliminarla (Furlán & Martínez, 2023).

Debemos agregar también la idea de que los docentes juegan un papel fundamental para identificar estas situaciones y generar estrategias a favor de los estudiantes, por ello, la confianza entre alumno y docente es fundamental para el proceso de enseñanza y aprendizaje, ya que esta dualidad permitirá que el estudiante aprenda y desarrolle sus potencialidades. (García et al., 2023).

Dentro de las instituciones formadoras de docentes de México, la salud emocional está convirtiéndose en un tema prioritario, por ejemplo, en un estudio reciente se indica que las escuelas normales del país están enfocadas en la formación integral de los futuros profesores y profesoras para lo cual se requiere de una ardua labor y sentido de responsabilidad por parte de todos los actores involucrados en el proceso de enseñanza-aprendizaje, generando oportunidades de desarrollo intelectual, pedagógico y emocional en alumnos (Romero, 2023).

Tal como lo plantea Esquivel (2020) investigaciones diversas afirman que las actitudes, emociones y creencias de los profesores impactan de manera importante en la forma en que sus estudiantes enfrentan distintos retos dentro del aula de clases, ya que pueden transferirles sus miedos y prejuicios del aprendizaje.

Romero (2024) nos comparte que el profesorado realiza un profundo trabajo emocional en la performatividad de la convivencia escolar, mediante la implicación cognitiva, corporal y expresiva al sentir en interacciones relacionadas con la enseñanza, con su alumnado, colegas, padres, madres y autoridades, lo que evalúa directamente el compromiso del docente, frente al reto de la educación socioemocional.

Por otro lado, se vive una fuerte competencia en el terreno laboral y eso se convierte en uno de los principales factores de preocupación para los jóvenes estudiantes, quienes antes de concluir tienen ya una alta carga de angustia por la incertidumbre en la que se encuentra su futuro, sumando así, factores para que los índices de la patología crezcan y prevalezca entre nuestros estudiantes.

Metodología

Por la naturaleza del tema y el interés de buscar respuesta a las preguntas de investigación, partiendo de supuestos teóricos, se determinó utilizar el tipo cuantitativo, con un alcance descriptivo, pues como lo explica Hernández-Sampieri (2014), la intención es sólo identificar, explorar y analizar síntomas relacionados con la ansiedad en jóvenes estudiantes del CREN MARCELO RUBIO RUIZ, sin el interés de ahondar en causas, consecuencias o predecir futuros resultados. No se hizo el planteamiento de una hipótesis, debido a que existe sólo una variable y no es el objetivo de la presente pronosticar ningún hecho. Se optó por el diseño no experimental de la investigación, pues el fenómeno fue observado en su contexto natural, sin realizar intervenciones de ningún tipo; se inclinó hacia el tipo transeccional o transversal, ya que los datos se recolectaron en un solo momento; soportándola finalmente en el apartado descriptivo.

En lo que se refiere a la muestra, se partió de una población de 230 estudiantes normalistas, con un tipo de muestra probabilística, por ser un estudio cuantitativo, bajo el criterio de Muestra Aleatoria Simple (MAS), apoyándonos en el programa STATS, que bajo el esquema de un nivel de confianza del 95% y error máximo aceptable del 5%, nos arrojó una muestra de 144 alumnos considerados cada uno como unidad de análisis.

En la fase de recolección de datos, se eligió un instrumento único de 21 ítems, que fue la escala de ansiedad Beck BAI, con un formato de respuestas en escala Likert. Concep-

tualizando el inventario de ansiedad Beck el cual tiene como propósito evaluar los niveles de ansiedad experimentados por un individuo en el momento actual y se centra en los síntomas de ansiedad, tales como respuestas fisiológicas y emocionales. La operación del instrumento se ejerce con un formato a modo de cuestionario de auto aplicación con 21 ítems, con escala de respuesta Likert de 4 puntos, de 0 a 3, su puntuación total varía entre 0 y 63 puntos, en la que los rangos interpretativos son de 0-7: Ansiedad mínima, 8-15: Ansiedad leve, 16-25: Ansiedad moderada y 26-63: Ansiedad severa. El inventario tiene un tiempo de aplicación mínimo de entre 5 y 10 minutos y un ámbito de aplicación en adultos y adolescentes mayores de 17 años. Con niveles adecuados de validez concurrente, lo cual lo hace confiable para medir el síntoma de la ansiedad en la población estudiada (Padros 2020).

Para la etapa de análisis de los datos, se optó por un nivel de medición ordinal, recurriendo al coeficiente Alfa de Cronbach, para medir confiabilidad y la validez que encontró soporte en SPSS.

Resultados

Se presentan a continuación a manera de tabla los resultados de los ítems pertenecientes al inventario Beck BAI que se encuentran estipulados de la siguiente manera:

Tablas 19.1

Número de ítem dentro del inventario Beck	Cuestionamiento	Porcentaje obtenido del alumnado muestra en el rubro severamente
1	Torpe o entumecido	17.6%
2	Acalorado	34%
3	Con temblor en las piernas	16%
4	Incapaz de relajarse	25%
5	Con temor a que ocurra lo peor	30.6%
6	Mareado o que se le va la cabeza	25.7%
7	Con latidos del corazón fuertes y acelerados	20.8%
8	Inestable	19.4%
9	Atemorizado o asustado	20.3%
10	Nervioso	33.3%
11	Con sensación de bloqueo	29.9%
12	Con temblores en las manos	23.1%
13	Inquieto o inseguro	28.5%
14	Con miedo a perder el control	22.2%
15	Con sensación de ahogo	20.1%

16	Con temor a morir	19.4%
17	Con miedo	18.1%
18	Con problemas digestivos	34.7%
19	Con desvanecimientos	12.5%
20	Con rubor facial	15.4%
21	Con sudores fríos o calientes	20.3%

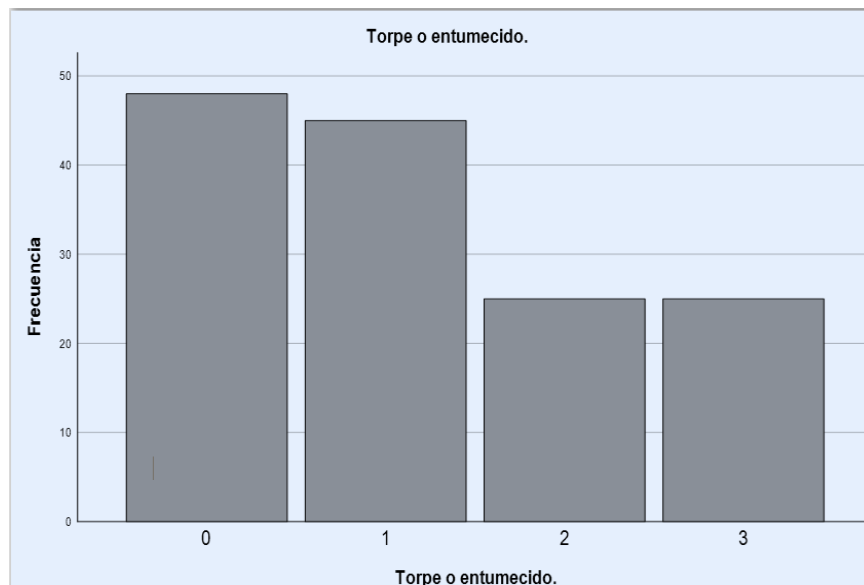
Nota: en la tabla se muestran los ítems del inventario utilizado, así como el porcentaje obtenido en el nivel severo.

De acuerdo con la tabla anterior, es posible brindar los resultados de una escala, donde se observan los síntomas de ansiedad en los alumnos en las áreas cognitivas, conductuales (físicas) y emocionales. Mismas que también se pueden identificar de manera gráfica en las siguientes figuras; donde es preciso verificar las puntuaciones de cada ítem expuesto al alumnado, y donde además, se incluyen las escalas “para nada=0”, “ligeramente=1”, “moderadamente=2”, y por supuesto, la que nos compete evidenciar en la presente investigación que es “severamente=3”.

Se detallan a continuación como una representación visual y parte fundamental de las respuestas brindadas por nuestra población muestra.

Figura 19.1

Primer ítem del inventario de ansiedad Beck, “torpe o entumecido”

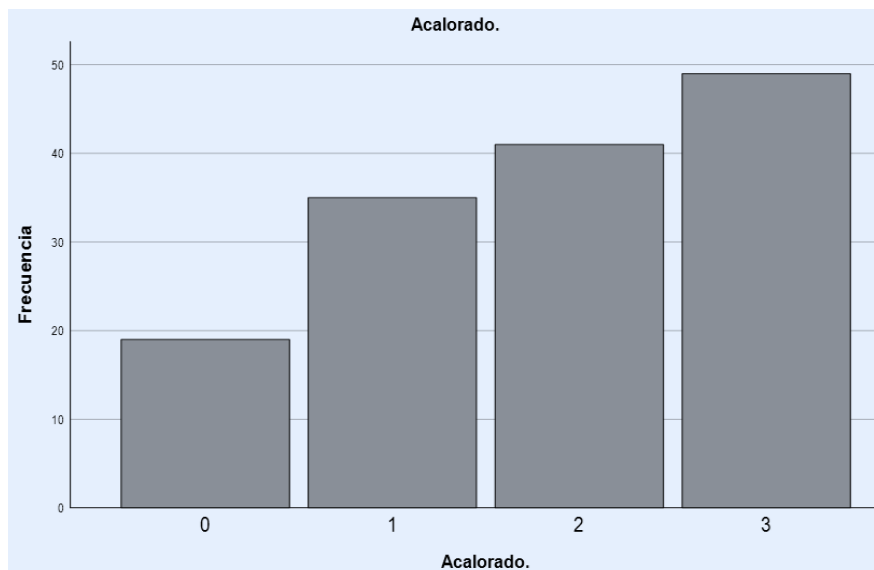


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3

Figura 19.2

Segundo ítem del inventario de ansiedad Beck, “acalorado”

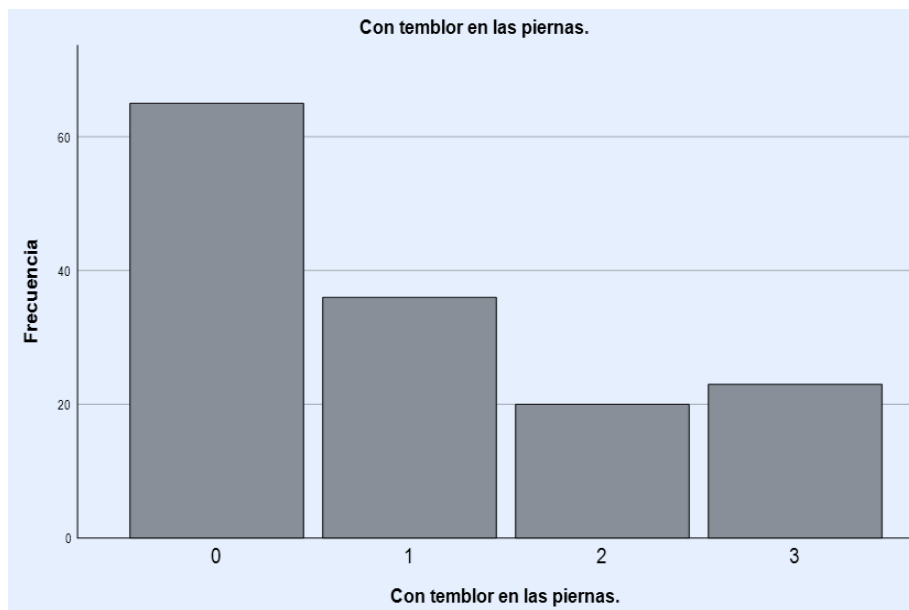


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3

Figura 19.3

Tercer ítem del inventario de ansiedad Beck, “con temblor en las piernas”

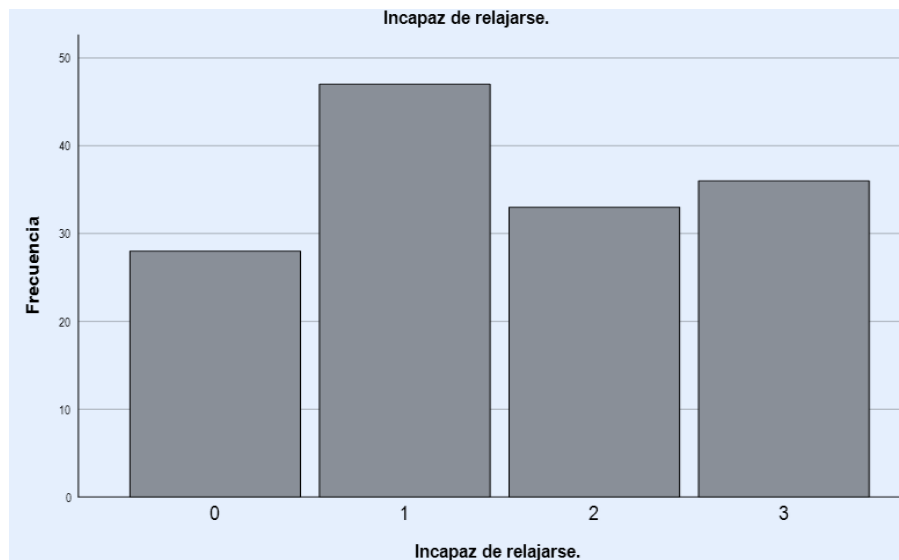


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3

Figura 19.4

Cuarto ítem del inventario de ansiedad Beck, “incapaz de relajarse”

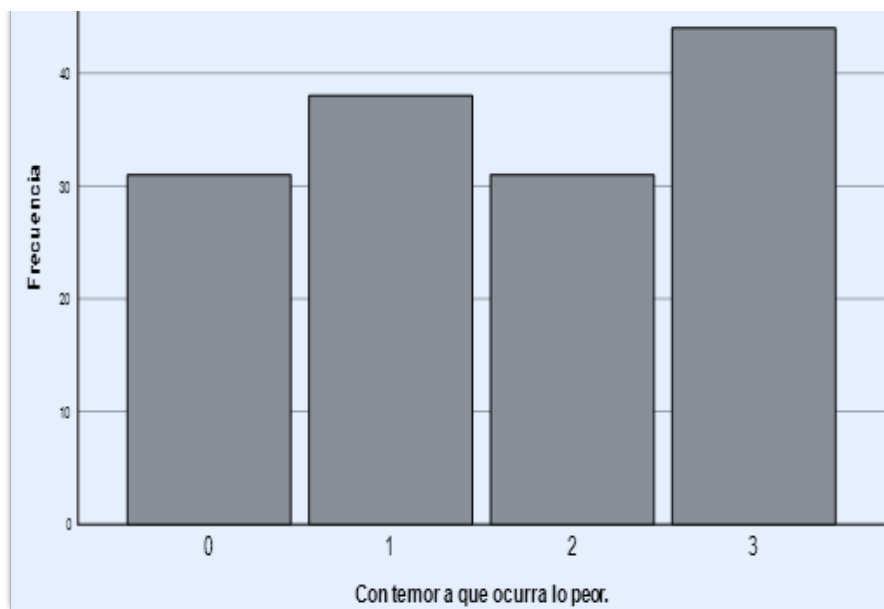


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3.

Figura 19.5

Quinto ítem del inventario de ansiedad Beck, “con temor a que ocurra lo peor”

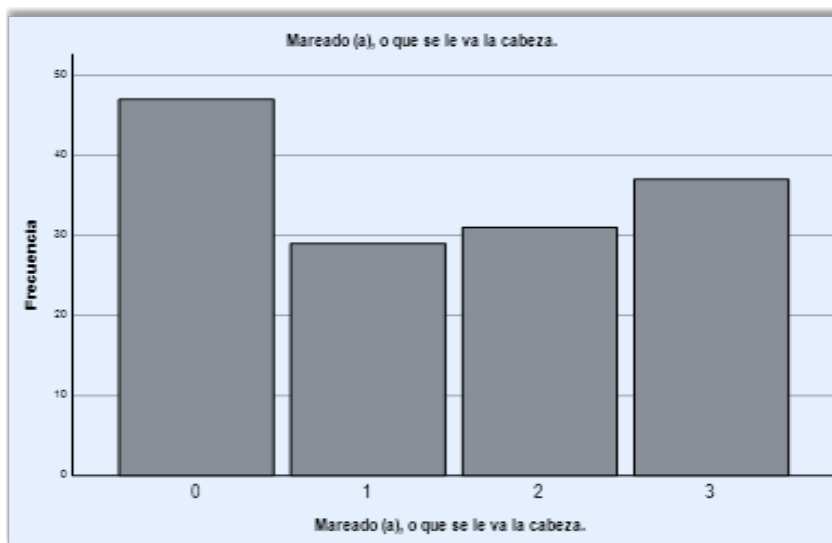


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3.

Figura 19.6

Sexto ítem del inventario de ansiedad Beck, “Mareado, que se le va la cabeza”

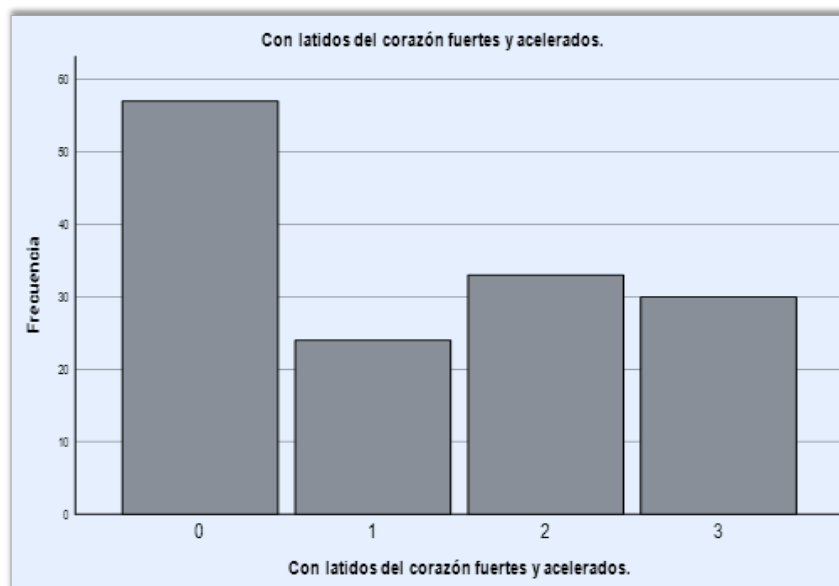


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3

Figura 19.7

Séptimo ítem del inventario de ansiedad Beck, “Latidos fuertes y acelerados”

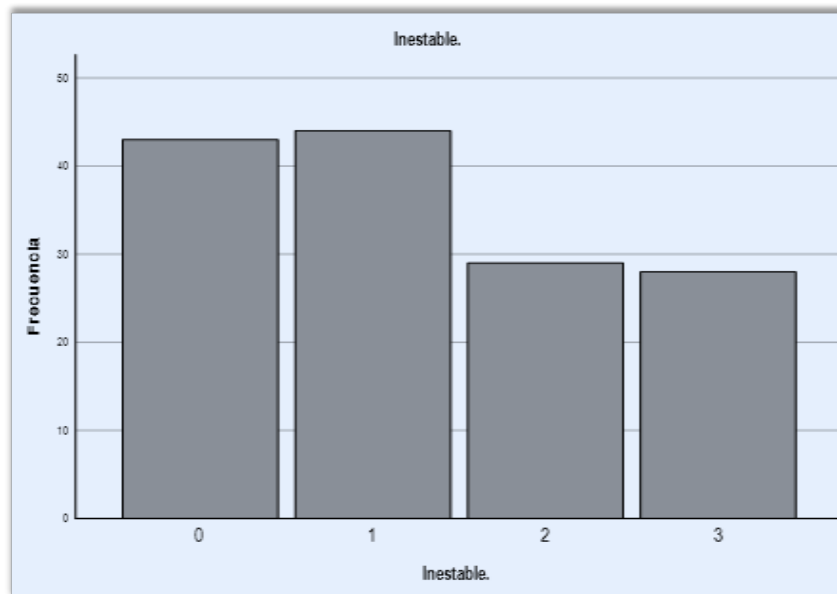


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3.

Figura 19.8

Octavo ítem del inventario de ansiedad Beck, "Inestable"

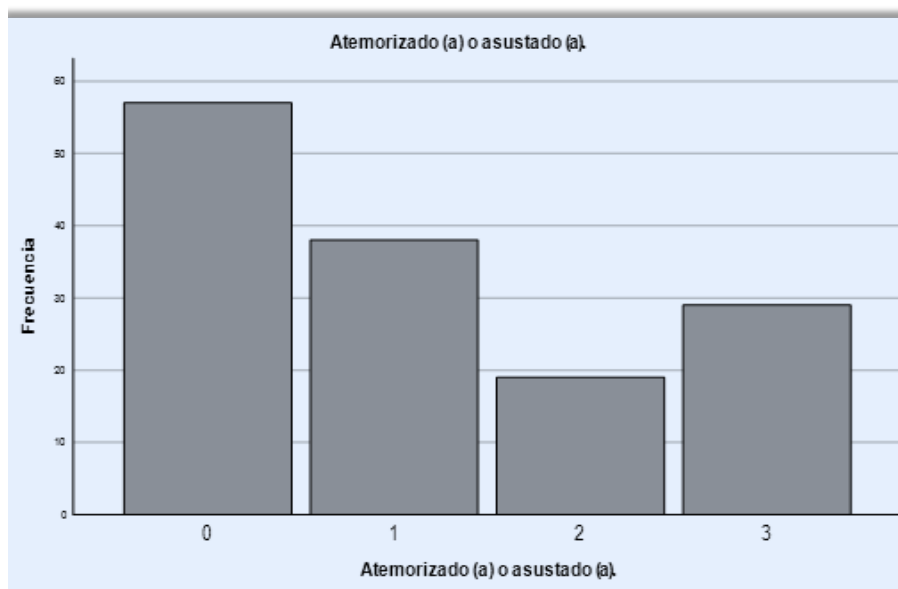


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3

Figura 19.9

Noveno ítem del inventario de ansiedad Beck, "Atemorizado o asustado"

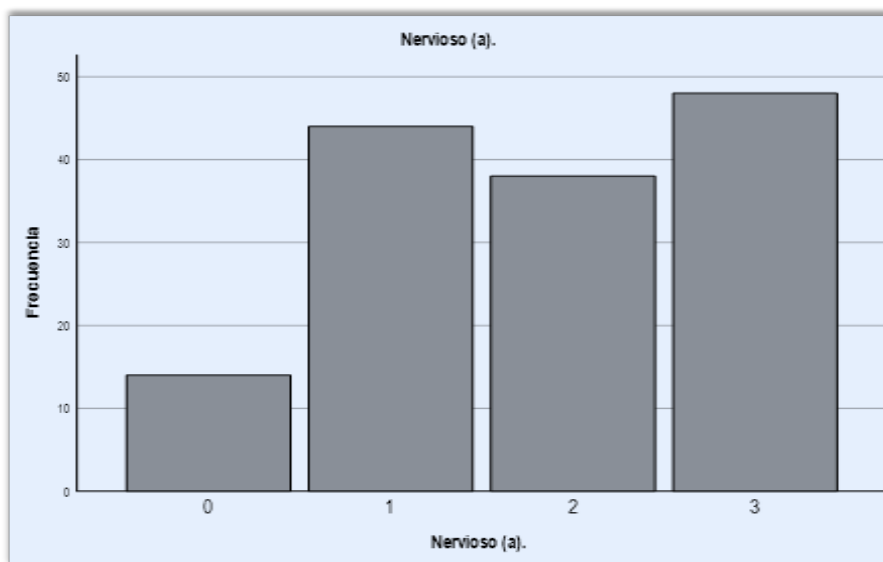


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3

Figura 19.10

Décimo ítem del inventario de ansiedad Beck, “Nervioso”

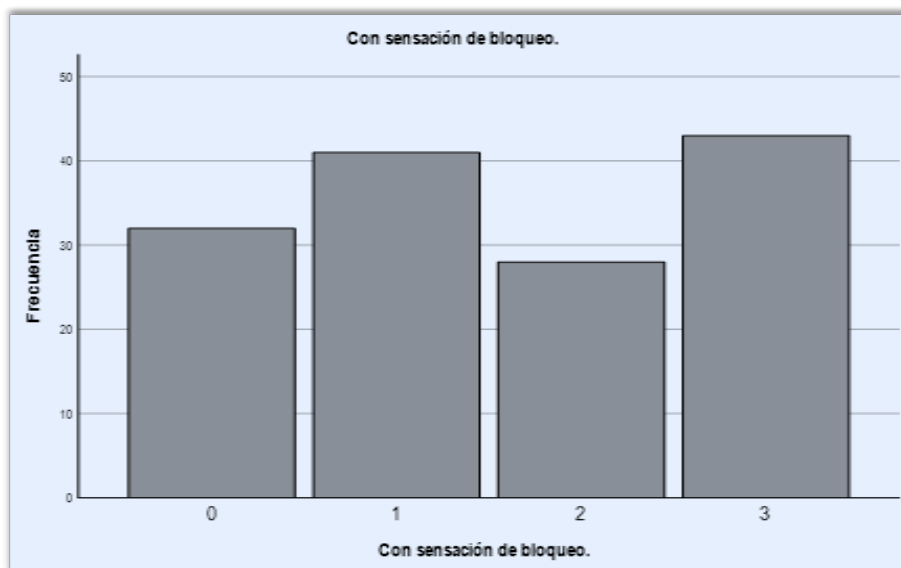


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3.

Figura 19.11

Onceavo ítem del inventario de ansiedad Beck, “Con sensación de bloqueo”

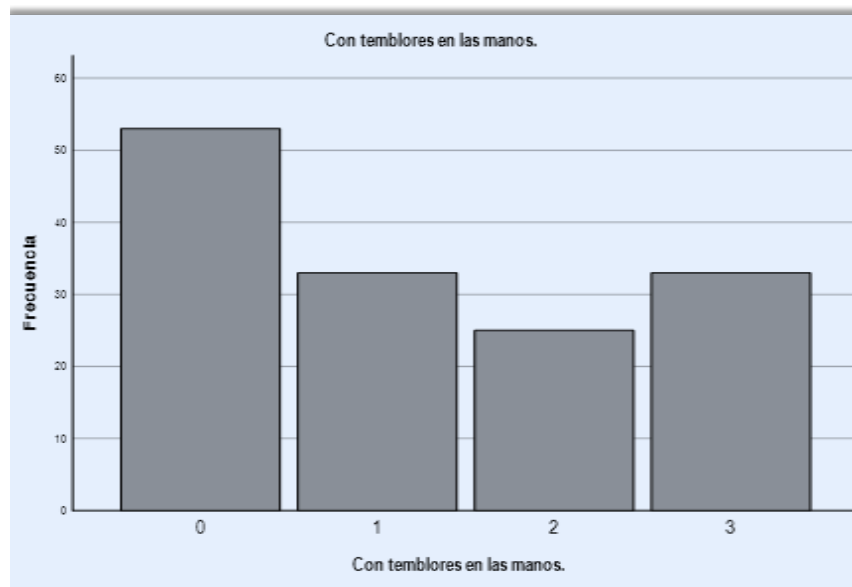


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3.

Figura 19.12

Doceavo ítem del inventario de ansiedad Beck, "Con sensación de bloqueo"

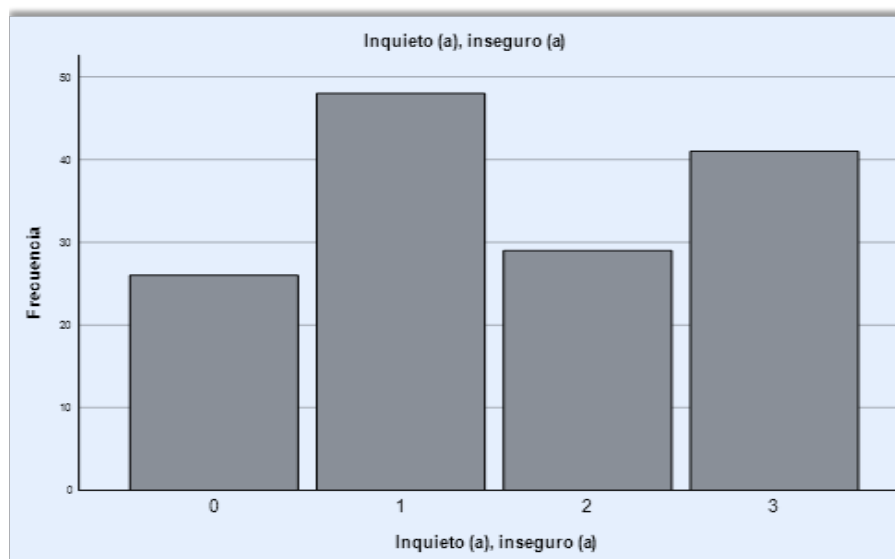


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3

Figura 19.13

Treceavo ítem del inventario de ansiedad Beck, "Inquieto, inseguro"

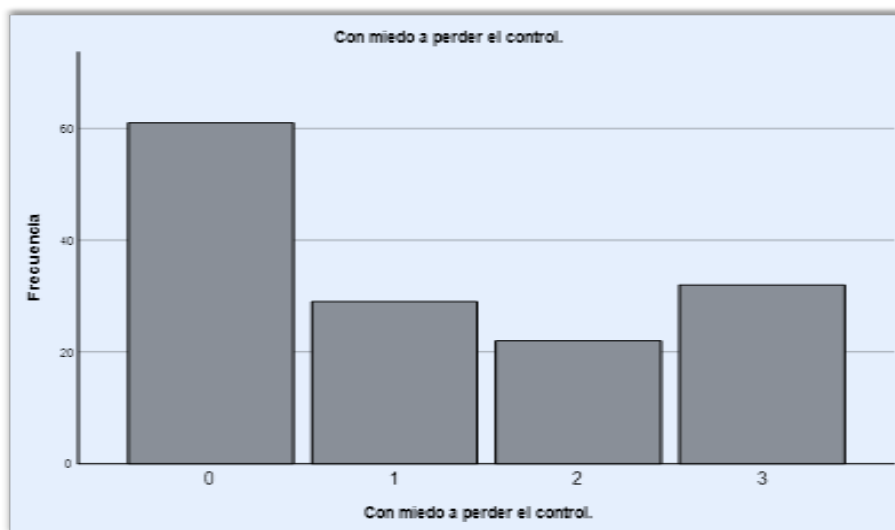


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3.

Figura 19.14

Catorceavo ítem del inventario de ansiedad Beck, “Con miedo a perder el control”

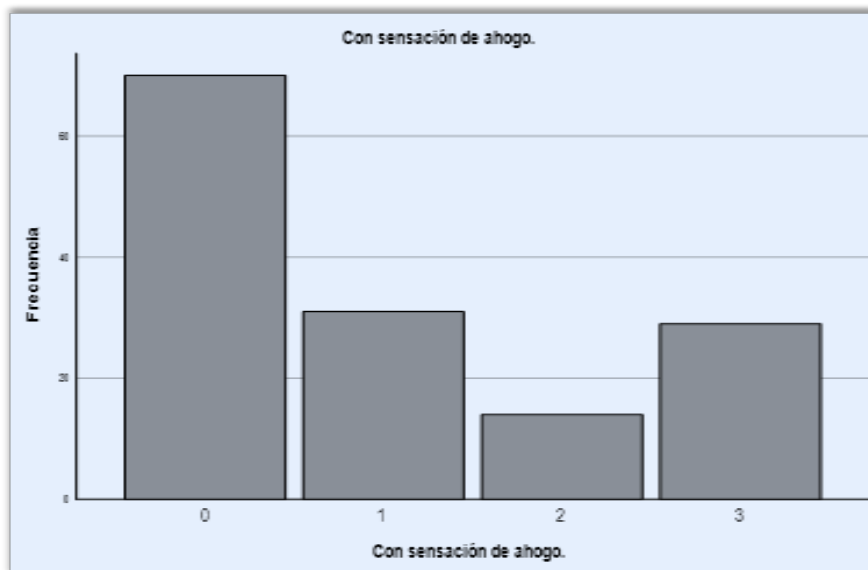


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3.

Figura 19.15

Quinceavo ítem del inventario de ansiedad Beck, “Con sensación de ahogo”

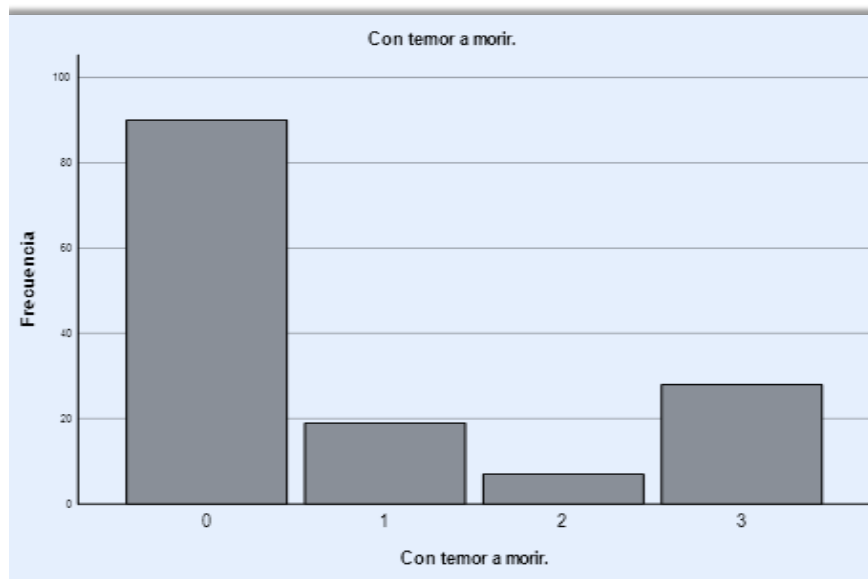


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3.

Figura 19.16

Dieciseisavo ítem del inventario de ansiedad Beck, "Con temor a morir"

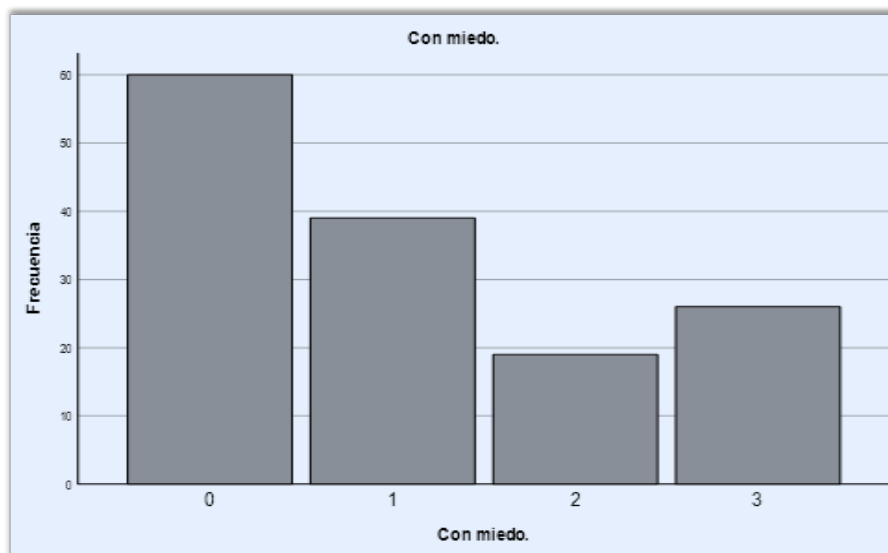


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3.

Figura 19.17

Diecisieteavo ítem del inventario de ansiedad Beck, "Con miedo"

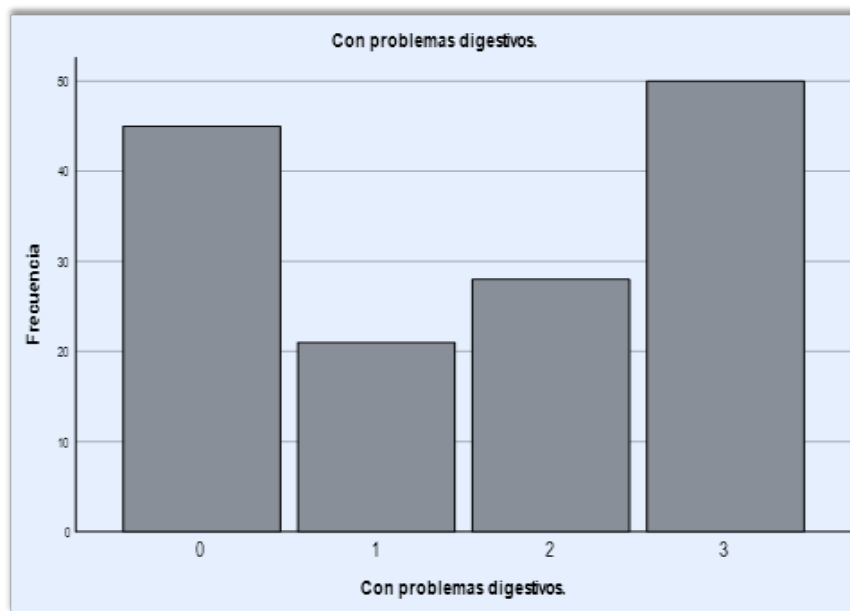


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3.

Figura 19.18

Dieciochoavo ítem del inventario de ansiedad Beck, “Con problemas digestivos”

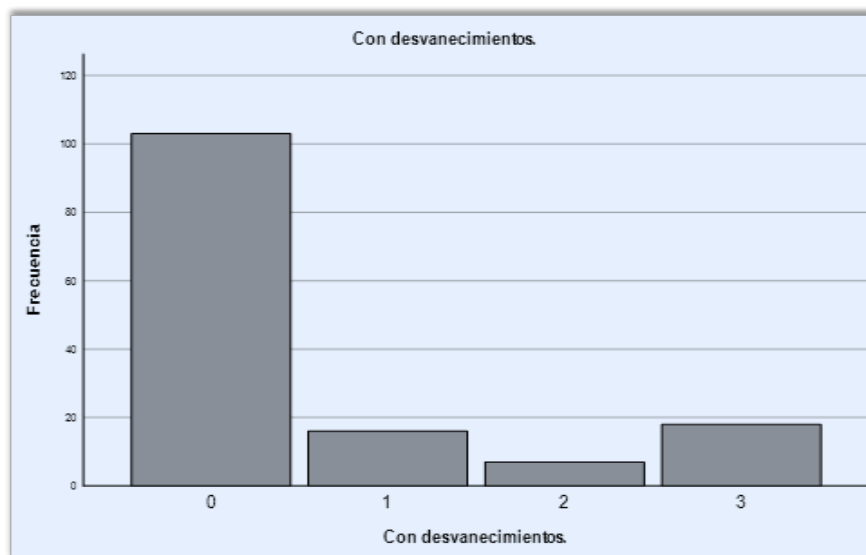


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3.

Figura 19.19

Diecinueveavo ítem del inventario de ansiedad Beck, “Con desvanecimientos”

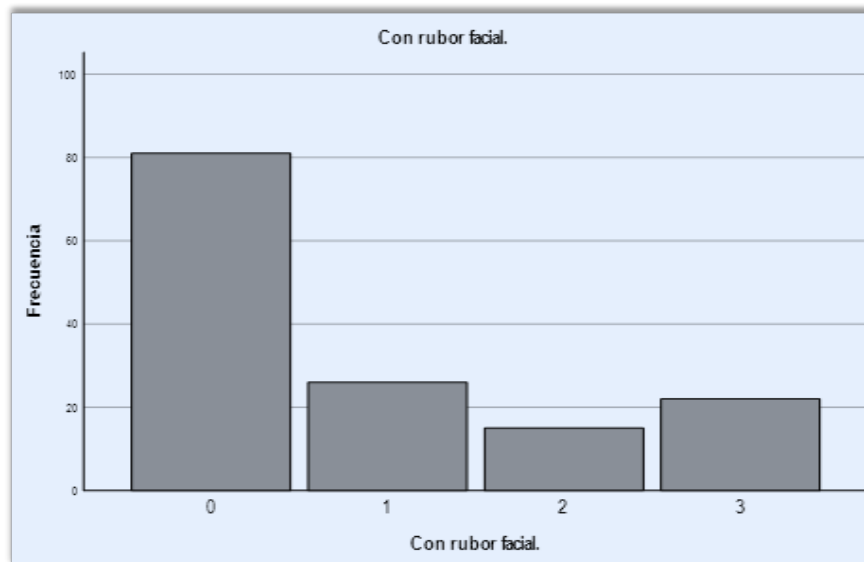


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3

Figura 19.20

Veinteavo ítem del inventario de ansiedad Beck, "Con rubor facial"

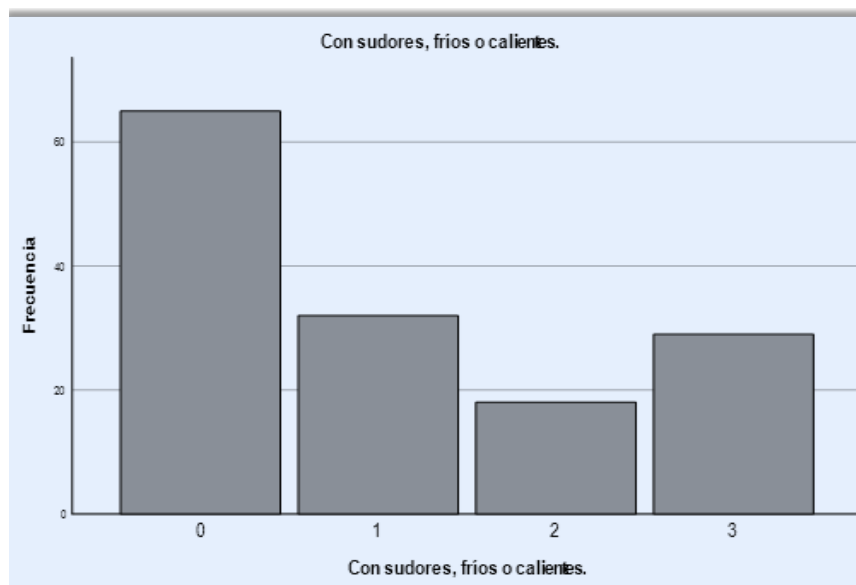


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3.

Figura 19.21

Veintiunavo ítem del inventario de ansiedad Beck, "Con sudores fríos o calientes"

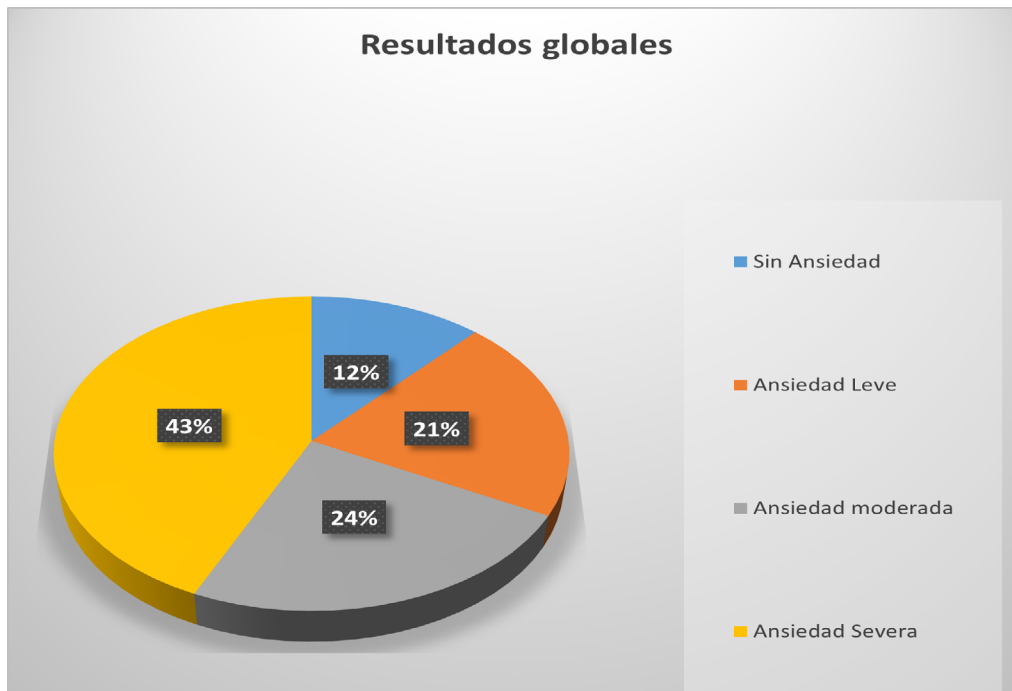


Nota: Respuestas en escala Likert donde:

ausencia=0, ligeramente= 1, moderadamente=2, severamente=3

Figura 19.22

Gráfica de resultados finales del inventario de ansiedad Beck.



Nota: Elaboración propia

Discusión

La investigación arrojó resultados importantes que destacan la alta prevalencia de niveles severos de ansiedad en nuestros futuros docentes. Los resultados revelaron que más del 43% de los estudiantes evaluados presentaron niveles de ansiedad severos, donde el porcentaje menos amplio es de ausencia del síntoma. Los baremos de la prueba que develan mayores puntajes son “problemas digestivos” 34,7%, “acalorado” 34%, y “nervioso” 33,3%. Sin dejar de mencionar otros ítems con significancia emocional, “con temor a que ocurra lo peor” 30,6% y “con sensación de bloqueo” 29,9%. Este hallazgo resalta la urgencia de abordar la salud emocional como un componente crítico en la formación docente y representa una buena propuesta para generar un punto de partida para otras investigaciones futuras.

Además de evidenciarse de manera representativa a modo de gráfica, las evidencias de las respuestas de nuestro alumnado; en las cuales se visualizan los niveles obtenidos en cada escala “para nada=0”, “ligeramente=1”, “moderadamente=2”, y “severamente=3”, que es la que ha sido objeto regente de la investigación.

Haciendo una revisión de los resultados se puede señalar que estos pueden estar vinculados a diversos factores como: falta de recursos adecuados para gestión emocional, poca

sensibilización de la importancia de las problemáticas emocionales, y la falta de identificación o normalización de los síntomas.

Estos hallazgos coinciden con investigaciones previas que señalan la ansiedad como uno de los principales trastornos emocionales en estudiantes universitarios:

Jaen-Cortés (2020) menciona que la ansiedad y la depresión se han convertido en los principales problemas de salud mental que presentan estudiantes universitarios, con porcentajes que oscilan en 46% en hombres y 59% en mujeres. Agregando que el 17% se canalizan a servicios hospitalarios porque los síntomas son severos.

Estos paralelismos sugieren que el fenómeno no es exclusivo del CREN, sino que forma parte de una problemática estructural en la educación superior, por tanto, los índices de ansiedad observados en los estudiantes, deben considerarse una llamada de atención para instituciones educativas y responsables de políticas públicas.

Conclusiones

La investigación realizada en el Centro Regional de Educación Normal (CREN) Marcelo Rubio Ruiz permitió una evaluación precisa, estructurada y metodológica de los índices de ansiedad estudiantil. Este trabajo no solo contribuye al entendimiento del fenómeno en un contexto educativo específico como lo es la institución, sino que también abre una discusión relevante para el ámbito académico en general. Ya que el análisis mostró que una proporción significativa de estudiantes presenta niveles elevados de ansiedad, con manifestaciones evaluables de síntomas fisiológicos y emocionales. Los índices de ansiedad registrados además, se alinean con los reportados en investigaciones globales en contextos de educación superior, confirmando su naturaleza multifactorial.

Con la presente investigación fue detectada la necesidad de incluir la salud mental como un tema fundamental en la mejora de la calidad educativa a nivel institucional ya que los resultados sugieren que abordar la ansiedad estudiantil podría generar grandes beneficios para nuestros estudiantes, puesto que la ansiedad estudiantil es un fenómeno de interés global que afecta a estudiantes en diversas disciplinas y regiones derivando en dar importancia a la salud emocional como un componente esencial del desarrollo integral de los estudiantes.

La investigación confirma que los índices de ansiedad estudiantil son elevados, donde el CREN Marcelo Rubio Ruiz se presenta como un caso de estudio representativo de las dinámicas observadas en muchas de las instituciones de educación superior, por lo que ofrece una pauta importante para investigaciones futuras.

Referencias

- Barrera, M., y Flores, M. (2020). Predictores Psicosociales de Salud Mental Positiva en Jóvenes. *Acta de Investigación Psicológica - Psychological Research Records*, 10(3), 80-92. <https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2020.3.360>
- Caldera-Montes, J., Núñez-Íñiguez, L., Macías-Legaspi, P., Zamora-Betancourt, M., y Reynoso-González, O. (2024). Estrés académico y autoconcepto en estudiantes universitarios mexicanos. *Psicumex*, 1-26. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v14i1.538>
- Cardona-Arias, J., Pérez-Restrepo, D., Rivera-Ocampo, S., Gómez-Martínez, J., y Reyes, Á. (2015). Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 11(1), 79-89. ISSN: 1794-9998
- Chávez Márquez, I. (2021). Ansiedad en universitarios durante la pandemia de COVID-19: un estudio cuantitativo. *Psicumex*. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v11i1.420>
- Esquivel-Gámez, I., Barrios-Martínez, F. L., y Gálvez-Buenfil, K. E. (2020). Memoria operativa, ansiedad matemática y habilidad aritmética en docentes de educación básica en formación. *Educación Matemática*, 32(2), 122-150. <https://doi.org/10.24844/EM3202.05>
- Furlan, L., y Martínez, G. (2023). Intervención en un caso de ansiedad ante exámenes, perfeccionismo desadaptativo y procrastinación. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 17(1), 1-12. <https://doi.org/10.19083/ridu.2023.1633>
- García, J., Guzmán, M., y Monje, F. (2023). Estudio descriptivo de la ansiedad matemática en estudiantes mexicanos de ingeniería. *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 14(), . https://doi.org/10.33010/ie_rie_rediech.v14i0.1619
- Heredia, B., (2024). El para qué de la educación (escolarizada): una mirada desde México. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (México)*, LIV(1), 431-454. <https://doi.org/10.48102/rlee.2024.54.1.615>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández, C., Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (6° ed.). México: McGraw Hill Interamericana Editores S.A. de C.V.
- Jaen-Cortés, C., Rivera S., Wolfgang, P., Guzmán, A., y Ruiz, L. (2020). Ansiedad y depresión en estudiantes universitarios: Factores asociados con estilos de vida no saludables. *Revista latinoamericana de investigación conductual (México)*, 10 (2), 37-38.
- Padros, F. (2020). Propiedades psicométricas del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI, Beck Anxiety Inventory) en población general de México. *Revista Ansiedad y Estrés*, 26. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2020.08.002>
- Romero, M. (2024). El trabajo emocional docente en la dimensión del cuidado. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 29(101), 389-413. ISSN: 1405-6666 ISSN: 2594-2271

- Romero-Gonzaga, R., (2023). Formación del profesorado en la Escuela Normal Superior de México: continuidades, cambios e inercias, 1925-1999. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, XIV(41), 74-92. <https://doi.org/10.22201/issue.20072872e.2023.41.1581>
- Sánchez-Loyo, L. M., Morfín-López, T., y Vega-Michel, C. (2021). Vivencias de ansiedad por la pandemia por covid-19 en llamadas de urgencias psicológicas. *Psicología Iberoamericana*, 29(3),. <https://doi.org/10.48102/pi.v29i3.340>
- Santos-Pazos, D., Ponce-Guerra, C., Pazos-Gálvez, P., & Moya-Silva, T. (2021). Niveles de ansiedad-rasgo en estudiantes de la carrera de Odontología de la Universidad central del Ecuador. *Revista Eugenio Espejo*, 15 (3), 81-89. <https://doi.org/10.37135/ee.04.12.09>
- Secretaría de Educación Pública. (2022). Plan de Estudios de la Educación Básica 2022 (documento de trabajo). Ciudad de México: SEP.
- Supe, R. & Gavilanes, F. (2023). Ansiedad y calidad de vida en estudiantes universitarios. *Revista latinoamericana de ciencias sociales y humanidades*, 2(4), 2522-2530. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.774>