

**¿Qué es la ansiedad ante exámenes? Revisión sistemática de sus definiciones teóricas***Magalí Agustina Serrudo<sup>1</sup>, Nicolás Alejandro Vizioli<sup>2</sup>***Resumen**

**Antecedentes:** La ansiedad ante exámenes impacta significativamente en el bienestar estudiantil y el rendimiento académico (Chust Hernández et al., 2019; Putwain et al., 2023). No obstante, su definición varía entre estudios. Esta revisión tiene por objetivo analizar las definiciones y descripciones presentes en la literatura científica, con el fin de identificar puntos de convergencia.

**Método:** Se llevó a cabo una revisión sistemática en formato PRISMA 2020. Se analizaron artículos teóricos y empíricos que presentaran una definición clara de ansiedad ante exámenes, en inglés o español, con acceso a texto completo, centrados en población universitaria. Se excluyeron los estudios centrados en instrumentos de medición o intervenciones. La búsqueda se realizó en las bases de datos ScienceDirect, PubMed, SciELO y Dialnet, en enero de 2025. Se realizó un análisis cualitativo del contenido, identificando definiciones, dimensiones y características comunes.

**Resultados:** Se analizaron 22 artículos, identificando 23 definiciones de ansiedad ante exámenes. La mayoría coincide en que se trata de un constructo multidimensional, compuesto por una dimensión emocional fisiológica y otra cognitiva. Tres estudios agregan la distinción entre ansiedad estado y rasgo. Los autores más referenciados son Spielberger y Zeidner.

**Discusión:** Los resultados evidencian un consenso creciente en cuanto a la conceptualización de la ansiedad ante exámenes y sus dimensiones, que se define como una respuesta emocional y cognitiva ante una situación específica -la evaluación-. El acuerdo en la literatura científica otorga mayor precisión teórica y facilitaría así el desarrollo de evaluaciones e intervenciones para este fenómeno.

**Palabras clave:** ansiedad ante exámenes, dimensiones de la ansiedad, universitarios, constructo psicológico, revisión sistemática.

---

<sup>1</sup> Universidad Nacional de Buenos Aires. Email: mmagguiserrudo@gmail.com

<sup>2</sup> Universidad Nacional de Buenos Aires. Email: nicovizzioli@gmail.com

## **What is test anxiety? A systematic review of its theoretical definitions**

### **Abstract**

**Background:** Test anxiety significantly impacts student well-being and academic performance (Chust Hernández et al., 2019; Putwain et al., 2023). However, its definition varies across studies. This review aims to analyze the definitions and descriptions present in the scientific literature in order to identify points of convergence.

**Method:** A systematic review was conducted in PRISMA 2020 format. Theoretical and empirical articles that presented a clear definition of test anxiety, in English or Spanish, with full-text access, and focused on the university population were analyzed. Studies focusing on measurement instruments or interventions were excluded. The search was conducted in the ScienceDirect, PubMed, SciELO, and Dialnet databases in January 2025. A qualitative content analysis was performed, identifying definitions, dimensions, and common characteristics.

**Results:** Twenty-two articles were analyzed, identifying 23 definitions of test anxiety. Most agree that it is a multidimensional construct, composed of an emotional, physiological, and a cognitive dimension. Three studies add the distinction between state and trait anxiety. The most referenced authors are Spielberger and Zeidner.

**Discussion:** The results show a growing consensus regarding the conceptualization of test anxiety and its dimensions, which is defined as an emotional and cognitive response to a specific situation—the test. The consensus in the scientific literature provides greater theoretical precision and would thus facilitate the development of assessments and interventions for this phenomenon.

**Keywords:** test anxiety, dimensions of anxiety, university students, psychological construct, systematic review.

## 1. Introducción

Si bien un cierto nivel de activación neurofisiológica es esperable frente a una situación evaluativa; cuando este se eleva por encima de ciertos niveles perjudica el desempeño de tareas, afectando el funcionamiento atencional y cognitivo (Chust Hernández et al., 2019). La literatura científica estima que entre el 10% y 40% de los estudiantes universitarios presentan cuadros pronunciados y potencialmente perjudiciales de ansiedad ante exámenes (Salgado et al., 2024; Chapell et al., 2005; Segall et al., 2013; Thomas et al., 2018; Maier et al., 2021). En esa línea, varios estudios han mostrado que la ansiedad ante exámenes (AE) está correlacionada negativamente con el rendimiento académico (Khalaila, 2015; Szafranski et al., 2012; Chust Hernández et al., 2019; Soares & Wood, 2020; Núñez Balladares & Gavilanes Gómez, 2023). Asimismo, la AE se relaciona con un menor autoconcepto académico y con una menor motivación intrínseca por los estudios (Chust Hernández et al., 2019; Putwain et al., 2023).

Además del impacto académico, diversas investigaciones han señalado que la ansiedad ante exámenes se correlaciona con puntajes más elevados en los indicadores de trastornos emocionales, como ansiedad y depresión; y otras variables tales como insatisfacción del sueño y burnout

académico (Caballero, Hederich & Palacio, 2010; Fernández-Castillo, 2009; Oaten & Cheng, 2005; Szafranski et al., 2012; Zunhammer et al., 2013; Chust Hernández et al., 2019). Asimismo, la AE correlaciona inversamente con la autoestima (Cabanach et al., 2014; Cikrikci et al., 2018; Croyle et al., 2012; Dan et al., 2014; Fernández-Castillo & Caurcel, 2015; Chust Hernández et al., 2019). Más aún, los estudiantes con ansiedad ante exámenes elevado son más propensos a sufrir presión académica, lo que correlaciona con un mayor riesgo de suicidio (Putwain et al., 2023).

En suma, este tipo de ansiedad configura un riesgo no sólo para el rendimiento académico, sino que afecta directamente el bienestar estudiantil (Soares y Woods, 2020; Núñez Balladares & Gavilanes Gómez, 2023).

Dada la relevancia de la ansiedad ante exámenes y los diversos estudios que la han abordado, resulta necesario, en primera instancia, alcanzar un consenso en su conceptualización. La presente revisión tiene como objetivo general analizar las definiciones presentes en la literatura científica, con el fin de identificar puntos de convergencia en su definición y descripción. En cuanto a objetivos específicos, se propone: 1) Examinar las distintas propuestas presentes en la

literatura científica; 2) Identificar componentes o dimensiones más frecuentemente incluidos; 3) Comparar las potenciales similitudes y diferencias entre autores; 4) Releva propuestas y descripciones adicionales en la definición de este constructo.

## **2. Método**

### **2.1. Tipo de investigación**

El presente artículo es una revisión sistemática, enmarcada en los estándares de la declaración 2020 del Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) (Page et al., 2020).

### **2.2. Criterios de elegibilidad**

Con respecto a los criterios de inclusión, se limitó la búsqueda a: 1) artículos teóricos y estudios empíricos que incluyan una conceptualización clara del término; 2) en inglés o español; 3) donde la ansiedad ante exámenes sea estudiada en población estudiantil universitaria; 4) con acceso a texto completo a través de las bases de datos académicas. Se excluyeron los artículos centrados en herramientas para medir la ansiedad ante exámenes o en programas de intervención.

### **2.3. Fuentes de información y estrategias de búsqueda**

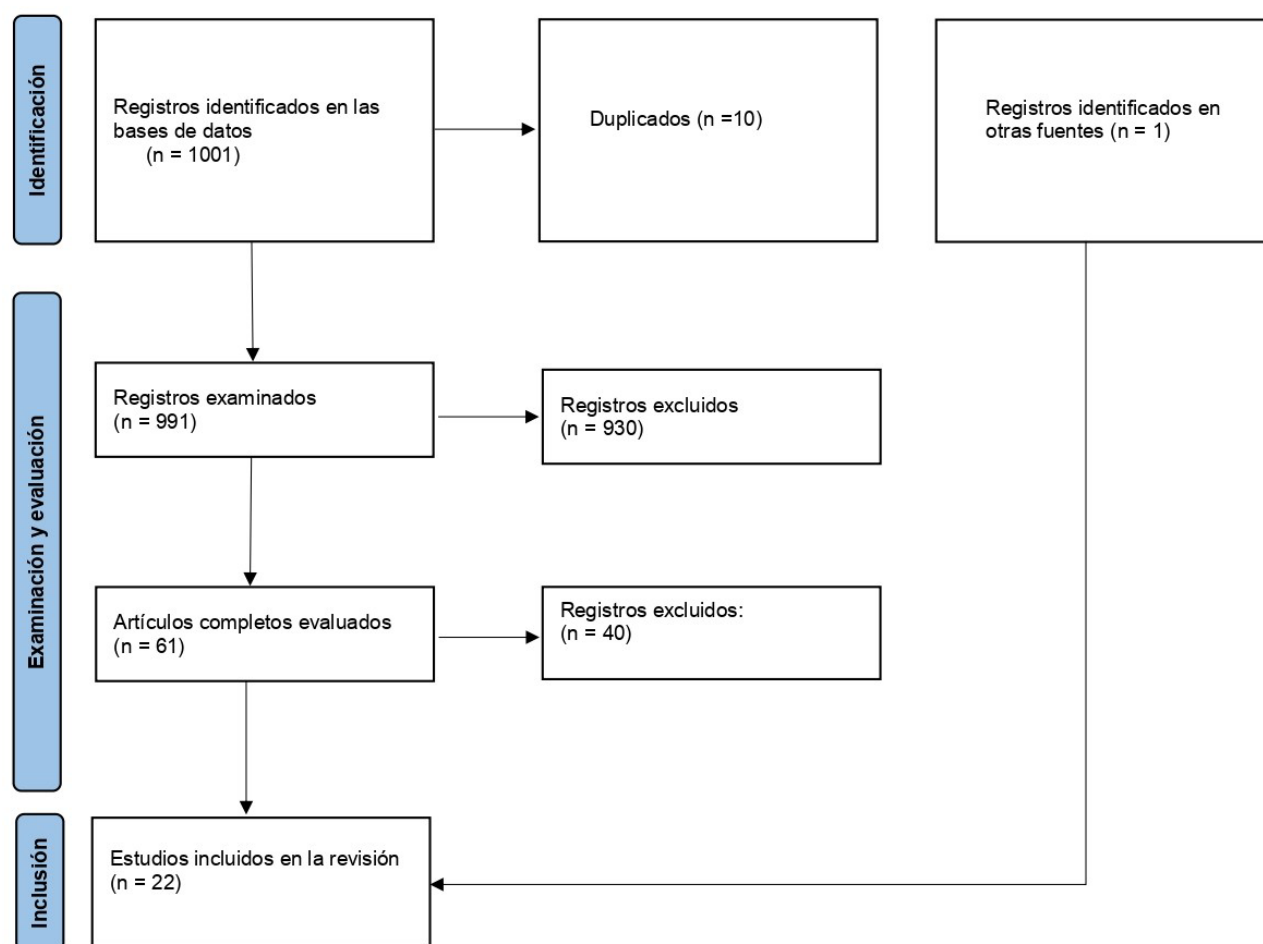
La estrategia de búsqueda consistió en el rastreo a través de las bases de datos ScienceDirect, PubMed, SciELO y Dialnet, de artículos publicados desde cualquier momento hasta enero de 2025 (fecha en que se realizó la revisión). Se combinaron los términos de búsqueda ("test anxiety" OR "exam anxiety" OR "academic anxiety") AND ("definition" OR "conceptualization" OR "model" OR "theoretical model" OR "conceptual framework" OR "construct").

### **2.4. Selección y extracción de los datos**

El procedimiento de selección y extracción de los datos se realizó de la siguiente manera:

1. Se realizó la búsqueda booleana en las bases de datos.
2. Los resultados arrojados fueron extraídos y cargados en el software Mendeley.
3. Se utilizó el software para eliminar duplicados.
4. Se revisaron y eliminaron artículos en función de título y abstract.
5. Se evaluaron los artículos restantes aplicando los criterios de inclusión y exclusión.

Figura 1.



### 3. Resultados

La búsqueda arrojó un total de 1001 resultados. Luego de eliminar duplicados, el total fue de 991 resultados. A partir de la lectura de título y abstract, se descartaron 931 artículos. Se examinó el texto completo de los 61 resultados restantes, de los cuales fueron eliminados 39. Se eliminaron  $n=27$  por comprender muestras de estudiantes no

universitarios,  $n=12$  por no definir ansiedad ante exámenes, y  $n=1$  por no tener acceso al texto completo.

Se agregó 1 artículo encontrado al indagar en el perfil ResearchGate de David W. Putwain.

La muestra final quedó compuesta por 22 artículos.

Tabla 1

Autor y año	Objetivos	Definición de Ansiedad ante Exámenes
Amate-Romera y de la Fuente (2021).	Establecer relaciones de asociación, interdependencia y predicción estructural entre las variables ansiedad evaluativa, autorregulación y estrategias de afrontamiento del estrés.	Definición de Escolar y Serrano (2014). Dos componentes: preocupación y emocionalidad.
Cassady et al. (2024).	Examinar las relaciones entre la ansiedad cognitiva de los estudiantes ante los exámenes, la intolerancia a la incertidumbre, la autolimitación académica y las calificaciones de los estudiantes.	La define en función de sus dos componentes principales: emoción y preocupación.
Chust Hernández et al. (2019).	Determinar si un grupo de variables de tipo psicoemocional (ansiedad-rasgo, autoestima, burnout académico, satisfacción con la vida), de sueño (satisfacción subjetiva de sueño) y sociodemográfico (edad) constituyen predictores significativos de la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de Enfermería.	Definición de Spielberger y Vagg (1995). Definición de Crisan, Albulescu y Copaci (2014). 2 componentes: uno cognitivo y uno fisiológico. Incluye respuestas conductuales.

Crişan et al. (2014).	Investigar la relación entre las percepciones de los estudiantes respecto a los diferentes estilos de enseñanza adoptados por los profesores en clases y la ansiedad de los estudiantes ante exámenes.	Proponen su propia definición. La consideran además una predisposición estable de la personalidad en las situaciones de evaluación. Definición de Zeidner (1992).
Dávila Morán et al. (2021).	Evaluar el efecto de los exámenes supervisados en línea sobre la ansiedad y el rendimiento académico de los estudiantes.	2 elementos: preocupación y emocionalidad. Distingue entre ansiedad ante exámenes de rasgo y de estado.
Ewell et al. (2022).	Investigar cómo el cambio al aprendizaje en línea durante la pandemia afectó la ansiedad ante los exámenes como rasgo y estado y si hubo variación entre diferentes grupos demográficos que ya eran vulnerables a brechas de desempeño en cursos de ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas.	Definición de Gerwing et al. (2015) y Fournier et al. (2017) Dos componentes: cognitivo (pensamientos negativos y preocupación) y afectivo-fisiológico (emoción). Dos percepciones de la ansiedad ante

		exámenes: AE de rasgo y AE de estado.
Gómez Paniagua et al. (2023).	Examinar las relaciones de causa y efecto de la ansiedad en la clase de lengua extranjera, la disposición para comunicarse, la ansiedad ante exámenes, las estrategias comunicativas y las estrategias de aprendizaje.	Definición de Zeidner (1998). Toma las consideraciones de Cakici (2016) y Manipuspika (2018).
Huntley et al. (2022).	Este estudio tuvo como objetivo realizar la primera investigación preliminar de los modelos IUM y S-REF aplicados a la ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios.	Definición de Zeidner (1998). Plantea que “preocupación” es el componente central de la ansiedad ante exámenes, acompañado de los síntomas somáticos.
Jarso et al. (2023)	Evaluar los niveles de ansiedad ante exámenes y sus factores determinantes en estudiantes de ciencias de la salud en la Universidad de Mattu.	Definición de Mashayekh y Hashemi (2011). Síntomas emocionales, fisiológicos y comportamentales.
Jendryczko et al. (2019).	Ampliar un modelo de ecuación estructural diseñado específicamente para probar las hipótesis de interferencia	La considera una faceta de la ansiedad general, de situación específica.



	y déficit en la relación entre la ansiedad y el desempeño en pruebas para su uso en estudios longitudinales.	Distingue entre ansiedad ante exámenes de rasgo y de estado.
Khaira et al. (2024).	Determinar la prevalencia y el nivel de ansiedad ante exámenes experimentados por los estudiantes de enfermería en todas las instituciones de enfermería privadas en Selangor (un estado de Malasia) y la asociación entre las características sociodemográficas y el nivel de ansiedad entre los estudiantes de enfermería.	Definición de Zeidner (1998).
Mashayekh y Hashemi (2011).	Definir la ansiedad ante exámenes y revisar sus posibles causas y estrategias de abordaje.	Sobre la definición general de ansiedad, plantean a la ansiedad ante exámenes como un tipo de ansiedad de desempeño. Dos componentes: mental y físico.
Möcklinghoff et al. (2024).	Investigar la ocurrencia del procesamiento posterior al evento en el contexto de la ansiedad ante los exámenes.	Definición de Spielberger y Vagg (1995) Dos grandes componentes: componente fisiológico-afectivo y preocupación y la interferencia como componentes

		cognitivos. Etapas de la ansiedad ante exámenes de Folkman y Lazarus (1985).
Mohamadi et al. (2014).	Explorar la relación entre la ansiedad ante los exámenes y la autorrealización, así como la puntuación en los exámenes.	Definición de Nemati (2012).
Mohammadyari (2012).	Estudio comparativo de la relación entre la autoeficacia general percibida y la ansiedad ante los exámenes en el rendimiento académico de estudiantes hombres y mujeres.	Definición de Spielberger (1995).
Mur et al. (2023).	Analizar la asociación entre la autoeficacia para el afrontamiento del estrés, la ansiedad cognitiva ante exámenes y la sintomatología física y psicoemocional del estrés en estudiantes universitarios en contexto de pandemia.	Definición de Von der Embse et al (2018). Fenómeno emocional y cognitivo.
Núñez Balladares, y Gavilanes Gómez (2023).	Analizar la procrastinación académica y la ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios de las carreras de Enfermería y Nutrición.	Definición de Zeidner (1998). Dos dimensiones: cognitiva y afectiva.
Putwain et al. (2023).	Definir ansiedad ante exámenes y entusiasmo académico, y analizar el impacto del entusiasmo sobre la ansiedad, teniendo en cuenta el modelo de función	Definición de Spielberger y Vagg (1995). Retoma la conceptualización de

	ejecutiva autorreguladora de la ansiedad ante los exámenes.	<p>Spielberger (1966) en tanto “amenaza al ego”.</p> <p>Dos componentes: emocional-afectivo y cognitivo (que incluye preocupación e interferencia cognitiva).</p> <p>Incluye respuestas de evitación.</p>
Putwain y Symes (2020).	Revisar la importancia del constructo de ansiedad ante los exámenes y su posible relación como factor de riesgo para la ansiedad clínica, los antecedentes teóricos con énfasis en el Modelo de procesamiento de la función ejecutiva autorreguladora y las intervenciones en adolescentes, destacando la intervención cognitivo-conductual.	<p>Definición de Spielberger y Vagg (1995).</p> <p>Su enfoque propio plantea dos componentes cognitivos y dos componentes afectivo-fisiológicos.</p>
Sánchez Llanos (2021).	Conocer la bondad de ajuste a los datos empíricos del modelo explicativo integrado propuesto, basado en ecuaciones estructurales, para explicar la procrastinación académica asociado a la ansiedad ante exámenes y la autoeficacia académica en estudiantes de una universidad particular de Lima.	<p>Definición de Spielberger (1995).</p> <p>Dos dimensiones: una fisiológica y otra cognitiva.</p>

Stan y Oprea (2015).	Investigar las relaciones entre las metas académicas de los estudiantes y la ansiedad ante los exámenes.	Definición de Zeidner (1998). Definición de Spielberger et al. (1978). Dos factores: cognitivos y fisiológicos.
Zhang y Henderson (2014).	Analizar la influencia de la inteligencia emocional de los estudiantes universitarios sobre su resiliencia, estrés académico, ansiedad ante los exámenes, y hábitos alimentarios relacionados con la dieta mediterránea en la etapa universitaria.	Definición de Spielberger y Sarason (1989). Dos dimensiones: preocupación y emocionalidad.

En un total de 22 artículos, se identificaron 23 definiciones de ansiedad ante exámenes. Mientras que algunos estudios citan a varios autores para explicar este constructo, en otros casos la ansiedad ante exámenes es definida en función de sus características - lo que sucede en 2 de los 22 artículos-.

La definición más citada -en total, 8 veces- es la de Spielberger y colaboradores (1978; 1989; 1995) quienes la plantean “*como un rasgo de ansiedad de situación específica*” (Möcklinghoff et al., 2024, p.1) que se manifiesta cuando una situación de

evaluación es interpretada como amenazante, provocando estados excesivos de ansiedad.

Seguidamente, la definición propuesta por Zeidner (1992; 1998) es citada en 6 oportunidades. Según el autor, se trata de “una serie de respuestas fenomenológicas, fisiológicas y comportamentales que acompañan la preocupación sobre las posibles consecuencias negativas o el fracaso en un examen o situación evaluativa similar” (p.2, Khaira et al., 2024).

Crisan et al. (2014) formula su propia definición, posteriormente citada por Chust Hernández et al. (2019). Se trata de un estado de angustia, causado porque el estudiante percibe la situación evaluativa como amenazante (Chust Hernández et al., 2019; Crisan et al., 2014).

Amate-Romera y de la Fuente (2021) citan a Escolar y Serrano (2014), conceptualizando la ansiedad ante exámenes como una emoción desagradable que se experimenta ante la situación evaluativa, semejante a un miedo excesivo e irracional. Además, señalan que este miedo intenso implica un deterioro en el rendimiento académico.

Ewell et al. (2022), parafraseando a Gerwing et al. (2015) y a Fournier et al. (2017), explica que la ansiedad ante exámenes se define por un nivel alto de preocupación e incomodidad en las evaluaciones. Asimismo, señala que repercute en el desempeño y, en última instancia, afecta el conocimiento de los estudiantes.

Gomez Paniagua et al. (2023) cita a Zeidner (1998), pero también contempla a Cakici (2016) planteando que la ansiedad ante exámenes se relaciona con el miedo del estudiante a reprobado la evaluación, a pesar de haberse preparado para el mismo. Además, siguiendo a Manipuspika (2018),

en este estudio la ansiedad ante exámenes queda englobada como parte de la ansiedad en la clase de lengua extranjera, parte que se hace presente al momento de la evaluación.

Otra conceptualización es planteada por Jendryczko et al. (2019). En este caso, la ansiedad ante exámenes es considerada como una *faceta* de la ansiedad general, que se caracteriza por activarse ante una situación específica -la evaluación-. De manera similar, Mashayekh & Hashemi (2011) definen primeramente la ansiedad como un constructo psicológico, que se distingue por un estado de aprehensión y miedo asociado de forma indirecta a un objeto (Hilgard, Atkinson y Atkinson, 1971; Scovel, 1991). Partiendo de esta base, plantean que la ansiedad ante exámenes es una forma de ansiedad por el desempeño, que se da cuando el rendimiento de una persona es realmente importante o existe una presión por “hacerlo bien.” Mencionan también que se trata de una emoción que se experimenta antes, durante o después de la evaluación (Mashayekh & Hashemi, 2011). Posteriormente, esta definición es parafraseada por Jarso et al. (2023), explicando que se trata de un trastorno psicológico que incluye respuestas emocionales, fisiológicas y

comportamentales (tanto de conducta motora como de índole cognitivo).

En la misma línea, Nemati (2012), citado por Mohamadi et al. (2014), plantea a la ansiedad ante exámenes como un aspecto de la ansiedad que ocurre cuando se experimenta inquietud y aprehensión antes, durante, y después de una prueba.

Mur et al. (2023) retoma a Von der Embse et al. (2018), presentando este constructo como un fenómeno emocional y cognitivo, que evoca respuestas de anticipación ante un daño potencial –el examen–, con el fin de evitarlo o mantenerlo bajo control. Según los autores, la ansiedad ante exámenes puede deberse a factores externos –el tipo de examen, por ej.– o personales –como la percepción del individuo sobre la situación evaluativa–.

Como se mencionó, algunos artículos no plantean una definición tan delimitada del constructo, aunque sí la caracterizan de manera clara. En el estudio de Cassady et al. (2024) se enfocan en la ansiedad cognitiva ante exámenes. Siendo así, definen la ansiedad ante exámenes de acuerdo a sus dos componentes principales: “emocionalidad” y “preocupación” –éste último haciendo referencia al factor cognitivo–. Dávila Morán et al. (2021), en cambio, utiliza una definición que directamente distingue entre ansiedad rasgo

y estado. Mientras que la ansiedad ante examen de estado alude a la condición emocional-fisiológica que se presenta frente a una situación de examen determinada, el rasgo implica una tendencia o predisposición a la ansiedad en cualquier tipo de situación evaluativa (Hong y Karstensson, 2002).

Los factores señalados por Cassady et al. (2024) y Dávila Morán et al. (2021) demuestran ser relevantes. Tres estudios de la muestra sostienen esta distinción entre ansiedad ante exámenes de estado y ansiedad ante exámenes de rasgo. A su vez, 15 de los 22 artículos tomados como muestra en la presente investigación, es decir, un 68%, sostiene que la ansiedad ante exámenes no es unidimensional, configurándose por al menos un factor emocional-fisiológico –“emocionalidad”– y un factor cognitivo –“preocupación”–. Ewell et al. (2022) divide la dimensión cognitiva en dos factores, pensamientos negativos y preocupación. Möcklinghoff et al. (2024) por su parte, divide tal dimensión en preocupación e interferencia. Putwain et al. (2020) plantea su propio enfoque, con dos factores cognitivos -preocupación e interferencia cognitiva- y dos factores emocional-fisiológicos -los indicadores de activación fisiológica, por un lado; y tensión, por el otro, como la cara más “afectiva” de esta dimensión–.

En síntesis, la dimensión emocional-fisiológica involucra: dificultad para respirar, elevada frecuencia cardíaca, náuseas, temblores, tensión muscular, malestar gastrointestinal, dolor de cabeza y de espalda, sentimientos de tensión, inquietud, miedo excesivo y pánico. La dimensión cognitiva engloba procesos cognitivos ineficientes, preocupaciones excesivas, rumiación, pensamientos intrusivos, desorganización mental, distracción atencional y dificultades en la concentración, y obstáculos e interferencias en la memoria de trabajo.

Finalmente, se identificaron también algunas consideraciones propuestas por varios autores. Möcklinghoff et al. (2024) señala las etapas de la ansiedad ante exámenes formulada por Folkman y Lazarus (1985). Estas son tres: el tiempo previo al examen, el periodo entre el examen y el anuncio de las calificaciones, y el tiempo posterior al anuncio de las notas. Paralelamente, Putwain et al. (2023) retoma la noción de “amenaza al ego” de Spielberger (1966). Es decir, el examen es amenazante en tanto aparece una anticipación de que el propio desempeño será perjudicial para la visión de sí mismo, autoimagen o autoestima. Un ejemplo que menciona el autor es que la visión de sí como “triunfador académico” podría verse perjudicada por un rendimiento bajo en un

examen. Por último, Escolar y Serrano (2014), Chust Hernández et al. (2019), y Putwain et al. (2023) mencionan que la ansiedad ante exámenes provoca respuestas conductuales de evitación y escape.

#### **4. Discusión**

Si bien la ansiedad ante exámenes ha sido objeto de estudio desde los años 60, sus teorizaciones han evolucionado con el tiempo, alcanzando en la actualidad cierto grado de consenso respecto a su conceptualización (Dávila Morán et al., 2021). La presente revisión tuvo por objetivo registrar ese consenso.

La presente revisión tiene como objetivo general analizar las definiciones presentes en la literatura científica, con el fin de identificar puntos de convergencia en su definición y descripción. En cuanto a objetivos específicos, se propone: 1) Examinar las distintas propuestas presentes en la literatura científica; 2) Identificar componentes o dimensiones más frecuentemente incluidos; 3) Comparar las potenciales similitudes y diferencias entre autores; 4) Releva propuestas y descripciones adicionales en la definición de este constructo.

Uno de los objetivos específicos propuestos planteaba examinar las diferentes definiciones presentes en la literatura

científica. A lo largo de los 22 artículos revisados se identificaron 23 definiciones de ansiedad ante exámenes, lo que permitió ubicar ciertos puntos de convergencia. La muestra evidencia que autores como Zeidner (1992; 1998) y Spielberger (1978; 1989; 1995) siguen vigentes en el siglo XXI y con un relevante grado de citación. Spielberger (1978; 1989; 1995) es el más citado, presente en 8 de los 22 artículos analizados (Chust Hernández et al., 2019; Möcklinghoff et al., 2024; Mohammadyari, 2012; Putwain et al., 2023; Putwain & Symes, 2020; Sánchez Llanos, 2021; Stan & Oprea, 2015; Zhang & Henderson, 2014). Por su parte, la definición propuesta por Zeidner (1992; 1998) figura en 6 artículos de la muestra (Crişan et al., 2014; Gómez Paniagua et al., 2023; Huntley et al., 2022; Khaira et al., 2024; Núñez Balladares & Gavilanes Gómez, 2023; Stan & Oprea, 2015). Otro de los objetivos del presente artículo consistió en ubicar las principales similitudes y diferencias entre los autores. En general, las definiciones analizadas señalan, en primera instancia, que se trata de una *emoción displacentera*. Se menciona reiteradas veces que se trata de un *tipo*, *faceta* o *aspecto* de ansiedad. Asimismo, los autores coinciden en que se trata de una respuesta ante una situación específica: la evaluación. Esta respuesta no es exclusivamente de índole emocional; algunos autores, como Zeidner (1992;

1998) o Von der Embse (2018), aluden a esta mayor complejidad en sus definiciones.

En esa línea, cabe mencionar que como objetivo específico se propuso también identificar componentes o dimensiones más frecuentemente incluidos. Si bien los pioneros en el estudio de la ansiedad ante exámenes la consideraron un fenómeno unidimensional, actualmente predomina un consenso -presente en el 68% de la muestra- en que este constructo posee al menos dos dimensiones: una emocional-fisiológica y otra cognitiva (Amate-Romera & de la Fuente, 2021; Cassady et al., 2024; Chust Hernández et al., 2019; Dávila Morán et al., 2021; Ewell et al., 2022; Huntley et al., 2022; Jarso et al., 2023; Mashayekh & Hashemi, 2011; Möcklinghoff et al., 2024; Mur et al., 2023; Núñez Balladares, & Gavilanes Gómez, 2023; Putwain et al., 2023; Putwain & Symes, 2020; Sánchez Llanos, 2021; Stan & Oprea, 2015; Zhang & Henderson, 2014). Los factores que se tienen en cuenta en cada dimensión son diversos. En la presente elaboración, el modelo más amplio es el presentado por Putwain (2020; 2023), quien distingue cuatro factores: tensión y sensaciones de activación fisiológica, por un lado, y preocupación e interferencia cognitiva por el otro.



Una distinción importante entre los autores se relaciona con el componente comportamental. En términos generales, las respuestas conductuales no se presentan como parte del fenómeno en sí, sino más bien como consecuencias del mismo. En este punto es que las formulaciones de Zeidner (1992; 1998) y Jarso et al. (2023) se diferencian de la de los demás autores, puesto que incluyen un componente comportamental que alude a respuestas de conducta motora.

En cuanto al último objetivo específico propuesto, se ha logrado relevar algunas descripciones adicionales en relación a la ansiedad ante exámenes. Desde las teorizaciones de Folkman y Lazarus (1985), Möcklinghoff et al. (2024) menciona que este fenómeno se presenta en tres etapas cronológicas. Como una futura línea de investigación, se podría trabajar la identificación de la sintomatología prevalente en cada momento. En la misma línea, podrían elaborarse abordajes e intervenciones acordes a cada nivel. Por su parte, Putwain et al. (2023) menciona la “amenaza al ego” que propone Spielberger (1966). Desde este punto de vista, se sugiere investigar las ideas o creencias previas en torno al examen como potenciales predictores de ansiedad ante exámenes.

En conclusión, si bien persisten mínimas diferencias en la definición de la ansiedad ante exámenes, el presente análisis refleja la tendencia actual hacia una conceptualización multidimensional, que integra aspectos cognitivos y emocionales. Estos avances permiten una mayor precisión, aspecto que resulta fundamental para el desarrollo de estrategias de evaluación e intervención más eficaces. Aún así, los resultados de esta revisión sistemática han de ser interpretados con prudencia dadas las limitaciones del estudio. Principalmente, debe tenerse en consideración que uno de los criterios de inclusión para la muestra suponía el acceso libre y gratuito al texto completo de los artículos, lo que deja por fuera incluso a los autores clásicos como Zeidner y Spielberger. De la misma manera, sólo fueron incluidos estudios que trabajaran sobre estudiantes universitarios, a pesar de que la ansiedad ante exámenes no se define por su población, sino más bien por la situación evaluativa -que puede darse en diversos niveles y edades-. Futuras investigaciones podrían ampliar el rango de búsqueda incluyendo literatura de acceso más restringido o bien que involucren situaciones de examen diferentes a las del ámbito universitario.

## Referencias bibliográficas

- Amate Romera, J. y de la Fuente, J. (2021). Relationships between test anxiety, self-regulation and strategies for coping with stress, in professional examination candidates. *Anales de psicología*, 37 (2), 276-286. <https://doi.org/10.6018/analesps.411131>
- Cassady, J., Helsper, A., y Quagliano, Q. (2024). The Collective Influence of Intolerance of Uncertainty, Cognitive Test Anxiety, and Academic Self-Handicapping on Learner Outcomes: Evidence for a Process Model. *Behav Sci (Basel)*, 14(2), 96. [10.3390/bs14020096](https://doi.org/10.3390/bs14020096)
- Chust Hernández, P., Castellano Rioja, E., Fernández García, D., y Chust Torrent, J. (2019). Ansiedad ante los exámenes en estudiantes de Enfermería: factores de riesgo emocionales y de sueño. *Ansiedad y estrés*, 25 (2), 125-131. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.05.001>
- Crişan, C., Albulescu, I., y Copaci, I. (2014). The Relationship between Test Anxiety and Perceived Teaching Style. Implications and Consequences on Performance Self-evaluation. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 142, 668-672. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.07.683>
- Dávila Morán, R., Agüero Corzo, E., y Tinoco Plasencia, C. (2021). Efecto de los exámenes en línea sobre la ansiedad y el rendimiento académico en estudiantes. *Conrado*, 17 (83), 281-286.
- Ewell, S., Josefson, C., y Ballen, C. (2022). Why Did Students Report Lower Test Anxiety during the COVID-19 Pandemic? *Journal of Microbiology & Biology Education*, 23(1). <https://doi.org/10.1128/jmbe.00282-21>
- Gómez Paniagua, J., Emiro Restrepo, J., y Díaz Larenas, C. (2023). Causas y efectos de la ansiedad en clase de inglés: Factores cognitivos y afectivos. *Revista Fuentes*, 25(1), 101-110. <https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2023.22097>
- Huntley, C., Young, B., Tudur Smith, C., Jha, V., y Fisher, P. (2022). Testing times: the association of intolerance of uncertainty and metacognitive beliefs to test anxiety in college students. *BMC Psychology*, 10(6). <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00710-7>

- Jarso, M., Tariku, M., Mamo, A., Tsegaye, T., y Gezimu, W. (2023). Test anxiety and its determinants among health sciences students at Mattu University: a cross-sectional study. *Frontiers in psychiatry*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1241940>
- Jendryczko, D., Scharfen, J., y Holling, H. (2019). The Impact of Situational Test Anxiety on Retest Effects in Cognitive Ability Testing: A Structural Equation Modeling Approach. *Journal of Intelligence*, 7(4). [10.3390/jintelligence7040022](https://doi.org/10.3390/jintelligence7040022)
- Khaira, M., Raja Gopal, R., Mohamed Saini, S., y Md Isa, Z. (2024). Prevalence of test anxiety and its determinants among nursing students in Selangor, Malaysia. *Heliyon*, 10(4). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e26236>
- Mashayekh. M., y Hashemi, M. (2011). Recognizing, Reducing and Copying with Test Anxiety: Causes, Solutions and Recommendations. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 2149-2155. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.417>
- Möcklinghoff, S., Rapoport, O., y Neidhardt, E. (2024). Examining the role of post-event processing in test anxiety—Pilot testing in three student samples. *International Journal of Educational Research Open*, 7. <https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2024.10036>
- Mohamadi, M., Alishahi, Z., y Soleimani, N. (2014). A Study on Test Anxiety and its Relationship to Test Score and Self-actualization of Academic EFL Students in Iran. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 98, 1156-1164. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.03.529>
- Mohammadyari, G. (2012). Comparative Study of Relationship between General Perceived Self-efficacy and Test Anxiety with Academic Achievement of Male and Female Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 69, 2119-2123. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.12.175>
- Mur, J., Pereyra Girardi, C., y Ciriaco, L. (2023). Asociación de la autoeficacia para el afrontamiento del estrés y la ansiedad cognitiva ante exámenes con la sintomatología del estrés de estudiantes universitarios. *Liberabit*, 2023, 29(2). <https://doi.org/10.24265/liberabit.2023.v29n2.704>
- Núñez Balladares, K., y Gavilanes Gómez, D. (2023). Procrastinación académica y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. *Latam: Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 1550-1559. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.358>

- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P., M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., Alonso-Fernández, S. (2020) Declaración PRISMA 2020: una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas. *Revista Española de Cardiología*, 74(9),790-799. <https://doi.org/10.1016/j.recesp.2021.06.016>
- Putwain, D. W., Jansen in de Wal, J., y van Alphen, T. (2023). Academic Buoyancy: Overcoming Test Anxiety and Setbacks. *Journal of Intelligence*, 11(3). <https://doi.org/10.3390/jintelligence11030042>
- Putwain, D. W., y Symes, W. (2020). The four Ws of test anxiety: What is it, why is it important, where does it come from, and what can be done about it? *Psychologica*, 63(2), 31-52. [https://doi.org/10.14195/1647-8606\\_63-2\\_2](https://doi.org/10.14195/1647-8606_63-2_2)
- Salgado, J. M., Rojas, R. Celleri, M., Cultraro, F., y Vizioli, N. (2024). Estudio exploratorio de un taller basado en el Protocolo Unificado para el manejo de ansiedad ante exámenes. *Vertex Revista Argentina de Psiquiatría*, 35, 32-41. <https://doi.org/10.53680/vertex.v35i163.525>
- Sánchez Llanos, K. (2021) *Procrastinación académica, ansiedad ante exámenes y autoeficacia académica en estudiantes de una universidad particular de Lima* [Tesis de Doctorado, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. <https://repositorio.unife.edu.pe/items/81b00d53-561e-4b5d-8c20-1ebb50df24f9>
- Stan, A., y Oprea, C. (2015). Test Anxiety and Achievement Goal Orientations of Students at a Romanian University. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 180, 1673-1679. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.05.066>
- Zhang, N., y Henderson, C. (2014). Test anxiety and academic performance in chiropractic students. *The Journal of Chiropractic Education*, 28(1), 2-8. [10.7899/JCE-13-20](https://doi.org/10.7899/JCE-13-20)

Fecha de recepción: 14 de mayo de 2025

Fecha de aceptación: 03 de diciembre de 2025