

Ansiedad en estudiantes de ciencias médicas de primer y último año en exámenes finales

Anxiety in first- and last-year medical science students during final exams

Valerie Vanessa Zambrano-Enríquez¹, Lesly Mariana Delgado-Treviño¹, Guillermo Cano-Verdugo^{2*},
Margarita María Reyna-Maldonado¹, Sanjuana Alejandra Tello-Medrano¹,
María Argelia Akemi Nakagoshi-Cepeda¹

¹ Universidad Autónoma de Nuevo León, Facultad de Odontología. CP. 64460, Monterrey, Nuevo León, México.

² Universidad Autónoma de Nuevo León, Facultad de Salud Pública y Nutrición. CP. 64460, Monterrey, Nuevo León, México.

guillermo.canovrd@uanl.edu.mx, Tel. +52 81 8329-4000 ext.3046

*Autor de correspondencia

Resumen

Palabras clave:

Ansiedad;
estudiantes;
educación; salud
mental.

La ansiedad es una respuesta natural ante una amenaza percibida o un peligro, que se caracteriza por tensión, preocupación y cambios físicos. Este estudio evaluó la ansiedad en estudiantes de ciencias médicas de primer y último año durante exámenes finales. Se utilizó un diseño transversal en el que se aplicó el inventario de ansiedad de Beck (BAI, por sus siglas en inglés) a 117 estudiantes. Para el análisis de datos se emplearon pruebas de chi-cuadrado y Fisher. Los resultados mostraron que estudiantes de último año presentaron niveles más altos de ansiedad moderada, mientras que los de primer año tuvieron niveles más altos de ansiedad severa. Factores como carga académica y situación económica no mostraron diferencias significativas entre los grupos. La autodeclaración de ansiedad fue mayor en estudiantes de último año, sugiriendo mayor conciencia de su salud mental. Se recomienda apoyo psicológico y estudios longitudinales para explorar su evolución.

Abstract

Keywords: Anxiety;
students; education;
mental health.

Anxiety is a natural response to a perceived threat or danger, characterized by tension, worry, and physical changes. This study evaluated anxiety in first- and last-year medical students during final exams. A cross-sectional design was used where the Beck Anxiety Inventory (BAI) was applied to 117 students. The chi-square and Fisher's exact tests were applied for the analysis of data. Results showed that final-year students exhibited higher levels of moderate anxiety, while first-year students showed higher levels of severe anxiety. Factors such as academic workload and economic situation did not show significant differences between groups. Self-reported anxiety was higher among final-year students, suggesting greater awareness of their mental health. Psychological support and longitudinal studies are recommended to explore the progression.

Recibido: 11 de julio de 2024

Aceptado: 06 de agosto de 2025

Publicado: 11 de marzo de 2026

Cómo citar: Zambrano-Enríquez, V. V.; Delgado-Treviño, L. M.; Cano-Verdugo, G.; Reyna-Maldonado, M. M.; Tello-Medrano, S. A.; & Nakagoshi-Cepeda, M. A. A. (2026). Ansiedad en estudiantes de ciencias médicas de primer y último año en exámenes finales. *Acta Universitaria*, 36, e4312. doi: <http://doi.org/10.15174/au.2026.4312>

Introducción

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud no solo como la ausencia de enfermedad o dolencia, sino como un estado de completo bienestar físico, mental y social. Según esta definición, el bienestar de un individuo depende del equilibrio entre sus funciones físicas, mentales y sociales (Andersson *et al.*, 2023; World Health Organization [WHO], 2023). En el campo de la psicología, la salud mental se reconoce como un aspecto crucial del desarrollo individual, pues esta influye en sus acciones y comportamientos, de ahí que la falta de equilibrio en este aspecto puede llevar a estados de ansiedad (Steenen *et al.*, 2024; Vo *et al.*, 2023; Weber *et al.*, 2023).

La ansiedad se refiere a una preocupación por amenazas futuras, a menudo causando periodos prolongados de malestar. Se ha definido de varias maneras, pero se reconoce como un trastorno neurológico y subjetivo que se manifiesta en respuesta al estrés continuo o como una forma de defensa personal ante situaciones de alerta que alteran al individuo (Haykal *et al.*, 2022). Literatura relacionada con el tema ha reportado altos niveles de ansiedad en jóvenes, especialmente en estudiantes universitarios (Lasheras *et al.*, 2020; Sinval *et al.*, 2025).

En estudiantes de ciencias médicas, la ansiedad podría manifestarse como una respuesta innata de protección ante el estrés diario, evolucionando con el transcurso de su formación académica debido a factores personales, a la carga académica y a los periodos de exámenes finales (Deyo *et al.*, 2024; Meeks *et al.*, 2023). Específicamente, la literatura generada en estudiantes de primer y último año es difusa, ya que contextualiza el enfoque práctico de estos dos grupos de estudiantes; es decir, se da mayor peso a la práctica clínica a estudiantes de último año, mientras prevalece un enfoque teórico en los de primero. Por lo tanto, el propósito de este estudio es evaluar el nivel de ansiedad en estudiantes de ciencias médicas de primer y último año durante los exámenes finales, con el fin de obtener datos que guíen decisiones futuras.

Materiales y métodos

Se adoptó un diseño transversal comparativo siguiendo los lineamientos de la declaración Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology (STROBE) (Cuschieri, 2019). Se incluyó a todos los estudiantes de primer y último año de ciencias médicas de una institución pública de estudios superiores con matrícula vigente en nivel pregrado, quienes voluntariamente aceptaron participar. Se excluyó de la investigación a alumnos que cursaran unidades de aprendizaje diferentes a las de primer o último año y a aquellos que se encontraran recursando materias. También se eliminaron registros incompletos.

Durante mayo de 2023, en la semana posterior a la aplicación de exámenes finales, se llevó a cabo la recolección de datos en un solo día utilizando un muestreo no probabilístico por conveniencia mediante una encuesta electrónica autoadministrable en el aula. El instrumento se puso a disposición de los participantes mediante un código QR, quienes accedieron y contestaron la encuesta desde su dispositivo móvil. Para determinar el nivel de ansiedad, se utilizó el inventario de ansiedad de Beck (BAI, por sus siglas en inglés) (Beck *et al.*, 1988), una herramienta comúnmente empleada para evaluar la severidad de los síntomas de ansiedad en adultos y adolescentes durante la última semana, evaluando cómo el sujeto se ha sentido en ese periodo reciente. Este instrumento unidimensional consiste en una lista de 21 ítems que describen diferentes síntomas de ansiedad, como nerviosismo, temor inexplicable, mareos y dificultad para relajarse. Los participantes calificaron la frecuencia con la que experimentaron cada síntoma en una escala de cuatro puntos. Los puntajes obtenidos se sumaron para proporcionar una medida global de la gravedad de la ansiedad experimentada por el individuo. El BAI cuenta con un $\alpha = 0.92$, y ha sido validado en contextos latinos.

En este estudio, se empleó la siguiente escala para clasificar el nivel de ansiedad: puntajes de 0 a 9 como nivel de ansiedad normal, de 10 a 18 como leve, de 19 a 29 como moderada y de 30 a 62 como severa. Además, se aplicó un cuestionario sociodemográfico que incluyó edad, sexo, semestre, autorreporte de ansiedad y sus niveles, y factores considerados desencadenantes de ansiedad.

Para el análisis de datos, se utilizó estadística descriptiva para describir frecuencias y porcentajes de variables sociodemográficas y de control, se aplicó estadística inferencial mediante la prueba de chi-cuadrado (χ^2) para comparar datos demográficos y se implementó la prueba exacta de Fisher en casos de frecuencias menores a 5. Para este análisis se empleó el programa SPSS v25, y los valores ≤ 0.05 se consideraron significativos.

Este proyecto fue registrado ante el Comité de Bioética de la Facultad de Odontología de la Universidad Autónoma de Nuevo León con número de registro 00276. Se obtuvo el consentimiento informado de todos los participantes, se explicó el alcance del estudio y se garantizó el anonimato total de las respuestas.

Resultados

El levantamiento de datos reflejó la participación de 117 estudiantes con una tasa de respuesta del 100%. La media de edad de los participantes fue de 20.1 años (DE 2.6). La Tabla 1 proporciona una descripción detallada del perfil sociodemográfico de los participantes por año escolar.

Tabla 1. Perfil sociodemográfico de la población encuestada por año escolar.

Variable	Frecuencia (%)	
	Primer año	Último año
Sexo		
Hombre	17 (14.5)	12 (10.3)
Mujer	55 (47)	33 (28.2)
Edad		
17-19	48 (41)	0 (0)
19-20	17 (14.5)	0 (0)
21-22	6 (5.2)	17 (11.1)
23-24	0 (0)	26 (22.2)
25-o más	1 (.9)	2 (1.8)
Año escolar	72 (61.5)	45 (37.5)

Nota. N = 117.

Fuente: Elaboración propia.

La Tabla 2 muestra los resultados del autorreporte de ansiedad entre los estudiantes de primer y último año, los cuales fueron clasificados en los niveles: normal, leve, moderada y severa. Se observaron diferencias significativas en los niveles de ansiedad, con una prevalencia destacada de ansiedad severa en primer año (34%) comparado con último año (22%) ($p < 0.05$). También se encontró una diferencia significativa entre el autorreporte y el reporte de ansiedad en ambos grupos ($p < 0.05$).

Tabla 2. Nivel reportado y autorreportado de ansiedad por año escolar.

Año escolar	Autorreporte de Ansiedad (%)								Valor	Valor p
	Sí (n = 89)				No (n = 28)					
	Normal	Media	Moderada	Severa	Normal	Media	Moderada	Severa		
Primero	4 (4.49)	10 (11.23)	5 (5.61)	34 (38.20)	9 (32.14)	2 (7.14)	2 (7.14)	6 (21.45)	15.55	0.001
Último	2 (2.24)	1 (1.12)	11 (12.35)	22 (24.76)	4 (14.28)	2 (7.14)	3 (10.71)	0 (0)	17.76	0.000

Nota. N = 117. Porcentajes respecto al total de autorreporte de ansiedad (sí/no).

Fuente: Elaboración propia.

Los estudiantes de último año mostraron una disminución en los niveles de ansiedad severa y moderada, con un incremento en los niveles de ansiedad normal y leve, cambios también significativos estadísticamente ($p < 0.05$). La Tabla 3 detalla los factores desencadenantes de ansiedad reportados por los participantes, los cuales fueron relacionados con cargas académicas, situaciones familiares, económicas y adaptación postpandemia. Entre los factores evaluados, "Recursar la materia" mostró una asociación significativa con niveles de ansiedad en ambos grupos, siendo más mencionada en primer año ($p = 0.020$).

Tabla 3. Nivel de ansiedad por año escolar y factores desencadenantes en los participantes.

Factores desencadenantes de ansiedad	Frecuencia nivel de ansiedad (%)								X ²	Valor p
	Normal		Media		Moderada		Severa			
	1er año	Último año	1er año	Último año	1er año	Último año	1er año	Último año		
Carga académica	3 (8.10)	0 (0)	2 (5.40)	1 (2.70)	4 (10.81)	5 (13.51)	15 (40.54)	7 (18.92)	3.072	0.408
Recursar la materia	2 (8.69)	0 (0)	3 (13.04)	0 (0)	0 (0)	2 (8.69)	16 (60.89)	2 (8.69)	9.882	0.020
Readaptación post-pandemia	2 (22.22)	1 (11.11)	1 (11.11)	0 (0)	0 (0)	1 (11.11)	2 (22.22)	2 (22.22)	2.287	1
Situación familiar	0 (0)	0 (0)	1 (8.33)	1 (8.33)	1 (8.33)	1 (8.33)	4 (33.33)	4 (33.33)	0.504	1
Situación económica	2 (10)	3 (15)	3 (15)	1 (5)	1 (5)	1 (5)	5 (25)	4 (21)	1.411	0.910
No lo declaró	4 (28.57)	2 (14.28)	1 (7.14)	0 (0)	1 (7.14)	3 (21.42)	2 (14.28)	1 (7.14)	2.698	0.540

Nota. N = 117. Porcentajes respecto al total por factor desencadenante de ansiedad.

Fuente: Elaboración propia.

Se observó una diferencia significativa en la presencia de ansiedad normal y severa entre los estudiantes de primer y último año, con una mayor proporción de estudiantes de primer año reportando niveles normales de ansiedad y una mayor proporción de estudiantes de último año reportando niveles severos de ansiedad ($p = 0.023$) (Tabla 4).

Tabla 4. Nivel de ansiedad por año escolar en los participantes.

Nivel de ansiedad	Frecuencia (%)		χ^2	Valor p
	Primer año	Último año		
Normal	13 (68.4)	6 (31.6)	0.455	0.557
Media	12 (80)	3 (20)	2.47	0.030
Moderada	7 (33.3)	14 (66.7)	8.58	0.023
Severa	40 (64.5)	22 (35.5)	0.300	0.580

Nota. N = 117. Porcentajes respecto al total por nivel de ansiedad.

Fuente: Elaboración propia.

En la Tabla 4 se presentan los resultados de la comparación de niveles de ansiedad entre estudiantes de primer y último año. Se encontraron diferencias significativas en los niveles de ansiedad en los grupos de primer y último año en los niveles de leve ($p = 0.030$) y moderada ($p = 0.023$), lo que indica una variación notable entre los grupos estudiados. No se encontraron diferencias significativas en los niveles de ansiedad en los grupos de con niveles normal y severa entre el primer y último año.

Discusión

El propósito de este estudio fue evaluar el nivel de ansiedad en estudiantes de ciencias médicas de primer y último año durante exámenes finales con el objetivo de proporcionar datos para orientar decisiones futuras. Como principales resultados, se encontró que los estudiantes de último año presentan niveles más altos de ansiedad moderada, mientras que en estudiantes de primer año predominó la ansiedad severa. Este hallazgo es consistente con investigaciones previas que sugieren que el estrés puede incrementar los niveles de ansiedad a medida que los estudiantes avanzan en su formación académica (Bertani *et al.*, 2020; Moreira *et al.*, 2018). Lo anterior es consistente con lo reportado por autores como Azad *et al.* (2017), quienes encontraron niveles mayores en ansiedad media a moderada con estudiantes de ciencias médicas.

Un dato relevante aquí recuperado es no considerar la pandemia por covid-19 como factor desencadenante de ansiedad, lo cual fue previamente reportado por Lasheras *et al.* (2020). En concordancia con Nikolic *et al.* (2023) y Santander-Hernández *et al.* (2022), los resultados aquí presentados podrían atribuirse al uso excesivo de tecnologías, como los celulares. Estos autores identificaron asociaciones significativas entre adicción a celulares y ansiedad en estudiantes de ciencias médicas. En nuestro estudio no se midió el uso de dispositivos móviles para identificar causalidades, por lo que existen variables a considerar en estudios próximos. De igual manera, algunos datos como la existencia de tratamientos psicológicos previos en la población no fueron recuperados, tal como en el estudio de Shafiee *et al.* (2024). El indagar en variables que podrían explicar el resultado puede dar mayor claridad en la interpretación de estos.

Desde otra perspectiva, autores como Aloufi *et al.* (2021) y Fazia *et al.* (2023) midieron el nivel de ansiedad en estudiantes en conjunto con otras variables psicológicas como el estrés, la depresión y el estado de ánimo. En ambos estudios se realizaron correlaciones para identificar asociaciones entre ellas. En el caso específico de Fazia *et al.* (2023), se propuso una intervención de *mindfulness* en la población estudiada, revelando mejoría general en los aspectos evaluados. Esta podría ser una sugerencia de intervención en la población del presente estudio.

Por otro lado, los resultados aquí reportados son contrarios a lo reportado por Quek *et al.* (2019), quienes no reportan diferencias significativas en ansiedad por año escolar. También difieren con lo estipulado por Shao *et al.* (2020), quienes declaran mayor nivel de ansiedad en años escolares más avanzados. Adicionalmente, nuestros resultados se oponen a lo encontrado por Juul *et al.* (2022), quienes reportan niveles más altos de ansiedad en médicos jóvenes que están próximos a graduarse, mientras que en el presente estudio los estudiantes de último año reportaron niveles más bajos de ansiedad que los de primer año.

Es interesante notar que, aunque la carga académica y la situación económica fueron factores desencadenantes reportados por ambos grupos, no se encontraron diferencias significativas en estos factores entre estudiantes de primer y último año. Esto sugiere que otros factores como las preocupaciones sobre la inserción laboral y el desempeño en exámenes finales podrían ser más relevantes en los últimos años de estudio.

La autodeclaración de ansiedad fue significativamente más alta entre los estudiantes de último año, lo que podría indicar una mayor conciencia sobre su propia salud mental y una posible sobrecarga emocional. Este aumento en la percepción propia de ansiedad resalta la necesidad de intervenciones específicas para estudiantes en etapas avanzadas de su formación.

La principal fortaleza de nuestro estudio radica en su enfoque integral y detallado sobre los niveles de ansiedad en estudiantes al comparar grupos de primer y último año, permitiendo identificar patrones específicos y diferencias significativas en la presencia y factores desencadenantes de ansiedad. Esta perspectiva no solo mejora la comprensión sobre cómo evolucionan los niveles de ansiedad durante la formación académica, sino que también identifica áreas críticas para la intervención.

La principal limitación de este estudio es su diseño transversal, lo que limita la capacidad para establecer relaciones causales entre las variables analizadas. Aunque se identificaron asociaciones significativas entre los niveles de ansiedad y diversos factores desencadenantes, no se puede afirmar con certeza que estos factores causen directamente cambios en los niveles de ansiedad.

Los resultados de esta investigación pueden servir como base para la toma de decisiones y la implementación futura de estrategias destinadas a reducir los niveles de ansiedad en estudiantes. Además, se abre la puerta para futuras investigaciones que desarrollen estudios longitudinales con el fin de evaluar cómo evolucionan los niveles de ansiedad a lo largo de un ciclo escolar.

Conclusiones

El presente estudio evidenció diferencias significativas en los niveles de ansiedad entre estudiantes de primer y último año de ciencias médicas durante los exámenes finales. Los estudiantes de primer año presentaron mayor prevalencia de ansiedad severa, mientras que los de último año mostraron niveles más altos de ansiedad moderada y mayor autoconciencia emocional. Estos hallazgos subrayan la necesidad de implementar estrategias de apoyo psicológico diferenciadas según el año académico, así como fomentar el seguimiento longitudinal del bienestar emocional en contextos académicos exigentes.

Agradecimientos

Los autores agradecen el apoyo de los participantes involucrados en el estudio.

Conflictos de interés

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

Referencias

- Aloufi, M. A., Jarden, R. J., Gerdzt, M. F., & Kapp, S. (2021). Reducing stress, anxiety and depression in undergraduate nursing students: systematic review. *Nurse Education Today*, *102*, 104877. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2021.104877>
- Andersson, M. J., Kenttä, G., Moesch, K., Borg, E., Claesdotter-Knutsson, E., & Håkansson, A. (2023). Symptoms of depression and anxiety among elite high school student-athletes in Sweden during the COVID-19 pandemic: a repeated cross-sectional study. *Journal of Sports Sciences*, *41*(9), 874–883. <https://doi.org/10.1080/02640414.2023.2241783>
- Azad, N., Shahid, A., Abbas, N., Shaheen, A., & Munir, N. (2017). Frequency of anxiety and depression in medical students of a private medical college. *Journal of Ayub Medical College, Abbottabad*, *29*(1), 123–127. <https://jamc.ayubmed.edu.pk/index.php/jamc/article/view/850/883>
- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R. A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *56*(6), 893–897. <https://doi.org/10.1037//0022-006x.56.6.893>
- Bertani, D. E., Mattei, G., Ferrari, S., Pingani, L., & Galeazzi, G. M. (2020). Anxiety, depression and personality traits in Italian medical students. *Rivista di psichiatria*, *55*(6), 342–348. <https://doi.org/10.1708/3503.34892>
- Cuschieri, S. (2019). The STROBE guidelines. *Saudi Journal of Anesthesia*, *13*(1), 31–34. https://doi.org/10.4103/sja.SJA_543_18
- Deyo, A., Wallace, J., & Kidwell, K. M. (2024). Screen time and mental health in college students: time in nature as a protective factor. *Journal of American College Health*, *72*(8), 3025–3032. <https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2151843>
- Fazia, T., Bubbico, F., Nova, A., Buizza, C., Cela, H., Iozzi, D., Calgan, B., Maggi, F., Floris, V., Sutti, I., Bruno, S., Ghilardi, A., & Bernardinelli, L. (2023). Improving stress management, anxiety, and mental well-being in medical students through an online Mindfulness-Based Intervention: a randomized study. *Scientific Reports*, *13*(1), 8214. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-35483-z>
- Haykal, K. A., Pereira, L., Power, A., & Fournier, K. (2022). Medical student wellness assessment beyond anxiety and depression: a scoping review. *PloS One*, *17*(10), e0276894. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0276894>
- Juul, M. V., Fast, A. T., Lassen, A. T., & Laugesen, S. (2022). Anxiety among medical students and junior doctors in Denmark. *Danish Medical Journal*, *69*(11), A03220162. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36331149/>
- Lasheras, I., Gracia-García, P., Lipnicki, D. M., Bueno-Notivol, J., López-Antón, R., de la Cámara, C., Lobo, A., & Santabárbara, J. (2020). Prevalence of anxiety in medical students during the COVID-19 pandemic: a rapid systematic review with meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(18), 6603. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186603>
- Meeks, K., Peak, A. S., & Dreihaus, A. (2023). Depression, anxiety, and stress among students, faculty, and staff. *Journal of American College Health*, *71*(2), 348–354. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1891913>
- Moreira, J., Moreira, C. A., & Telles-Correia, D. (2018). Anxiety, depression and academic performance: a study amongst Portuguese medical students versus non-medical students. *Acta Medica Portuguesa*, *31*(9), 454–462. <https://doi.org/10.20344/amp.9996>
- Nikolic, A., Bukurov, B., Kocic, I., Vukovic, M., Ladjevic, N., Vrhovac, M., Pavlović, Z., Grujicic, J., Kistic, D., & Sipetic, S. (2023). Smartphone addiction, sleep quality, depression, anxiety, and stress among medical students. *Frontiers in Public Health*, *11*, 1252371. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1252371>
- Quek, T. T., Tam, W. W., Tran, B. X., Zhang, M., Zhang, Z., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2019). The global prevalence of anxiety among medical students: a meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *16*(15), 2735. <https://doi.org/10.3390/ijerph16152735>

- Santander-Hernández, F. M., Peralta, C. I., Guevara-Morales, M. A., Díaz-Vélez, C., & Valladares-Garrido, M. J. (2022). Smartphone overuse, depression & anxiety in medical students during the COVID-19 pandemic. *PloS one*, 17(8), e0273575. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0273575>
- Shafiee, A., Teymouri, M. M., Seighali, N., Amini, M. J., Hajjishah, H., Arabazadeh, R., Akhoundi, A., Beiky, M., Sarvipour, N., Maleki, S., & Bakhtiyari, M. (2024). The prevalence of depression, anxiety, and sleep disturbances among medical students and resident physicians in Iran: a systematic review and meta-analysis. *PloS One*, 19(8), e0307117. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0307117>
- Shao, R., He, P., Ling, B., Tan, L., Xu, L., Hou, Y., Kong, L., & Yang, Y. (2020). Prevalence of depression and anxiety and correlations between depression, anxiety, family functioning, social support and coping styles among Chinese medical students. *BMC Psychology*, 8(1), 38. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00402-8>
- Sinval, J., Oliveira, P., Novais, F., Almeida, C. M., & Telles-Correia, D. (2025). Exploring the impact of depression, anxiety, stress, academic engagement, and dropout intention on medical students' academic performance: A prospective study. *Journal of Affective Disorders*, 368, 665–673. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.09.116>
- Steenen, S. A., Linke, F., van Westrhenen, R., & de Jongh, A. (2024). Interventions to reduce adult state anxiety, dental trait anxiety, and dental phobia: a systematic review and meta-analyses of randomized controlled trials. *Journal of Anxiety Disorders*, 105, 102891. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2024.102891>
- Vo, T. N., Chiu, H. Y., Chuang, Y. H., & Huang, H. C. (2023). Prevalence of stress and anxiety among nursing students: a systematic review and meta-analysis. *Nurse Educator*, 48(3), 90–95. <https://doi.org/10.1097/NNE.0000000000001343>
- Weber, S. R., Winkelmann, Z. K., Monsma, E. V., Arent, S. M., & Torres-McGehee, T. M. (2023). An examination of depression, anxiety, and self-esteem in collegiate student-athletes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(2), 1211. <https://doi.org/10.3390/ijerph20021211>
- World Health Organization (WHO). (27 de septiembre de 2023). *Anxiety disorders* [Hoja informativa]. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>