

Entre profesión e incertidumbre: Escala para medir la Ansiedad Anticipatoria hacia el Futuro Profesional de Estudiantes Universitarios (ESAAFUP-1)

Sarah Isaías-Caballero¹, María Fernanda Santos-Ramírez¹, Leonardo Jiménez-Loza¹

¹Universidad La Salle México, Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales. Ciudad de México, México.

sarah.isaias@lasallistas.org.mx, maria.santos@lasallistas.org.mx,
leonardo.jimenez@lasallistas.org.mx

Resumen. El presente estudio se centró en el diseño de una escala de respuesta tipo Likert orientada a medir los niveles de ansiedad anticipatoria asociados al futuro profesional en estudiantes universitarios, al cual fue nombrada como ESAAFUP-1. Para ello se configuró una estrategia metodológica en dos etapas. La primera etapa consistió en un estudio exploratorio sobre las preocupaciones y expectativas relacionadas con el futuro profesional, utilizando la técnica de Redes Semánticas Modificadas (RSM). Esta fase permitió identificar los elementos y tópicos más significativos que los y las estudiantes asocian con la incertidumbre, la toma de decisiones vocacionales, el acceso al mercado laboral y la autorrealización profesional. La población de estudio estuvo conformada por 100 estudiantes universitarios de universidades públicas y privadas de la CDMX que han cursado el 65% de los contenidos programáticos de la licenciatura a que están adscritos. La segunda etapa se centró en la construcción y validación de la escala. Se generaron un conjunto de reactivos (ítems) de respuesta tipo Likert (150), tomando como base los elementos y tópicos que emergieron en la primera etapa. Los reactivos generados se integraron a una primera versión de la escala que fue aplicada a una muestra de 200 estudiantes universitarios de diversas universidades de la CDMX, que al igual que en la etapa, hubieran cursado el 65% de los contenidos programáticos. Con la información recabada se llevó a cabo la validación estadística del instrumento. Para ello se utilizó: 1) el Análisis Factorial Exploratorio (AFE) y 2) Coeficiente Alfa de Cronbach.

Palabras Clave: Estudiantes universitarios, Futuro profesional, Ansiedad anticipada

1 Descripción de la problemática prioritaria abordada

A medida que los estudiantes universitarios se aproximan al final de su formación, es común que surjan dudas e inquietudes relacionadas con su futuro académico, laboral y personal. Estas preocupaciones suelen desencadenar distintos niveles y formas de ansiedad. Según Londoño et al. (2017), este fenómeno responde al cierre de un ciclo vital y la transición hacia uno nuevo, caracterizado por la asunción de nuevos roles, responsabilidades y exigencias en distintos ámbitos de la vida, especialmente en lo laboral, económico, afectivo y familiar.

Durante esta etapa, los y las estudiantes enfrentan una presión significativa tanto interna como externa, que puede derivar en estados persistentes de ansiedad con consecuencias negativas sobre su rendimiento académico, sus vínculos interpersonales y su salud integral. Esta ansiedad suele verse intensificada por factores como la comparación social, el temor a cometer errores en la elección vocacional, la estabilidad del campo profesional y las expectativas impuestas por el entorno (Bargsted, 2017).

La complejidad creciente del mercado laboral contribuye también a este panorama. De acuerdo con datos de la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo (ENOE), publicados por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) en el primer trimestre de 2025, el 33.4 % de los profesionistas recién egresados no contaba con empleo, mientras que el 25 % trabajaba de manera

independiente. Estos datos reflejan un entorno laboral incierto, marcado por procesos de automatización, precarización del empleo y presión social por alcanzar modelos de éxito profesional idealizados.

Otro factor que agrava la ansiedad relacionada con el futuro profesional es la desconexión entre los contenidos formativos universitarios y las demandas reales del mercado laboral. Motta-Flores et al. (2023) señalan que esta brecha incide de forma negativa en la inserción profesional de los egresados, quienes con frecuencia se sienten poco preparados para afrontar los desafíos del ámbito laboral.

Recientemente, algunos estudios han identificado un conjunto de síntomas físicos, emocionales y espirituales que afectan a jóvenes recién egresados y que han sido denominados como “síndrome del graduado”. Este síndrome impacta directamente la autoestima y el bienestar integral de quienes lo experimentan. No obstante, antes de que este cuadro se manifieste, existen condiciones psicológicas que suelen antecederlo, aunque no lo provocan de forma automática. Entre ellas, destacan el estrés, la depresión y, particularmente, la ansiedad, siendo esta última el objeto de análisis central de la presente investigación.

Frente a este escenario, se vuelve indispensable diseñar e implementar instrumentos válidos y confiables que permitan identificar, medir y comprender los niveles de ansiedad anticipatoria vinculados al futuro profesional. Contar con herramientas de este tipo es esencial para desarrollar intervenciones preventivas orientadas al bienestar psicológico del estudiantado durante el proceso de transición entre la vida universitaria y el ingreso al mundo laboral.

2 Objetivo

Diseñar y validar un instrumento que permita identificar la prevalencia de ansiedad anticipatoria en estudiantes universitarios de la Ciudad de México frente al futuro profesional con el fin de que se pueda generar información útil para la configuración de estrategias de intervención psicoeducativa y vocacional que promuevan el bienestar emocional y fortalezcan una transición saludable hacia la vida posuniversitaria en estudiantes universitarios.

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) con que se vincula esta investigación son: ODS 3 Salud y Bienestar y ODS 4 Educación de Calidad.

3 Propuesta teórico-metodológica

La Asociación Americana de Psicología (APA, 2018) define a la ansiedad como: “*una emoción caracterizada por sentimientos de tensión, pensamientos preocupantes y cambios físicos como el aumento de la presión arterial.*” En algunas ocasiones este término se asocia con el miedo. Sin embargo, son diferentes. La ansiedad opera en el futuro y el miedo en el presente. De acuerdo con la American Psychiatric Association (APA, 2022) existen diferentes tipos de ansiedad: 1) Normal o adaptativa, 2) Patológica o desadaptativa, 3) Existencial, 4) Posttraumática y 5) Anticipatoria.

La American Psychological Association (APA, 2022) define la ansiedad anticipatoria como una forma de ansiedad caracterizada por una preocupación intensa y persistente ante eventos futuros que son percibidos como inciertos o amenazantes. Esta forma de ansiedad se relaciona con la vivencia subjetiva de la incertidumbre, en la cual predominan pensamientos anticipatorios negativos, inquietud constante y dificultad para controlar la preocupación, aun cuando no exista una amenaza inmediata o concreta.

En el marco de la presente investigación, se comprende la ansiedad anticipatoria hacia el futuro profesional como un estado emocional asociado a un conjunto de pensamientos, dudas y temores relacionados con la inserción en el ámbito laboral. Esta se manifiesta a través de la preocupación por el cumplimiento de expectativas personales, sociales y profesionales, así como por la capacidad de adaptación a las dinámicas, procesos y exigencias del mundo del trabajo.

El diseño metodológico que se configuró para elaborar la Escala de Ansiedad Anticipatoria hacia el Futuro Profesional de Estudiantes Universitarios (ESAAFUP-1) fue de tipo cuantitativo, transversal, descriptivo, de campo y no experimental, organizado en dos etapas.

En la primera etapa se aplicó el método de Redes Semánticas Naturales Modificadas (RSNM) para explorar la ansiedad anticipatoria hacia el futuro profesional. Según Reyes-Lagunes (1993), esta técnica permite identificar los significados compartidos por un grupo o comunidad a partir de palabras asociadas a un estímulo. Se encuestó a 100 estudiantes de universidades públicas y privadas que habían cursado al menos el 65 % de su carrera. Cada participante respondió cuatro preguntas abiertas con cinco palabras por pregunta. Los datos fueron analizados tal y como la marca el método RSNM.

Segunda etapa: Diseño, validación y aplicación de la escala. Los tópicos y elementos de mayor peso semántico fueron utilizados para construir los reactivos (ítems) que constituirían la escala de respuesta tipo Likert, la cual estuvo constituida en una primera fase por 150 reactivos con una estructura de respuesta de cinco opciones que iban desde el Muy en desacuerdo hasta el Muy de acuerdo. Una vez que se diseñó la primera versión de la ESAAFUP-1 se llevó a cabo la aplicación a una muestra no probabilística por cuotas de 200 estudiantes universitarios de la CDMX que cursan los últimos tres semestres de sus programas de licenciatura. Las y los participantes firmaron un consentimiento informado para poder responder la escala. La aplicación se hizo de manera virtual a través de una plataforma de diseño y aplicación de instrumentos. El periodo de aplicación se realizó en el mes de marzo de 2025. La información recolectada se analizó con el software estadístico JAMOVI v. 2.6.

4 Discusión de resultados

La herramienta estadística empleada para validar la escala fue el Análisis Factorial Exploratorio (AFE), cuyo propósito fue identificar los factores subyacentes en los reactivos diseñados para medir la ansiedad y la actitud frente al futuro profesional en estudiantes universitarios. Para la construcción de los factores se utilizó el método de Componentes Principales, y se aplicó una rotación Varimax, con el fin de facilitar la clasificación e interpretación de los reactivos.

La versión inicial del instrumento constaba de 150 reactivos. Tras el proceso de análisis, se conservó una versión final compuesta por 68 reactivos, seleccionados con base en los siguientes criterios: cargas factoriales mayores a .40, agrupación consistente en un solo factor y valores de comunalidad superiores a .40, lo que indica su validez dentro del modelo. El modelo final del AFE presentó indicadores de calidad sólidos:

1. Índice KMO = .94, valor muy superior al mínimo aceptable de .50.
2. Prueba de esfericidad de Bartlett, $p < .001$, que confirma la pertinencia del análisis factorial.
3. Varianza total explicada del 78%, el valor ideal es >50%
4. Índice Tucker Lewis (TLI) = .849, cercano al valor ideal de 1.
5. Error Cuadrático Medio de Aproximación (RMSEA) = .0471, con un intervalo de confianza entre .0430 y .0498, lo que indica un buen ajuste del modelo, al encontrarse por debajo del umbral crítico de .05.

Finalmente, todos los reactivos incluidos en la versión definitiva del instrumento presentaron valores de comunalidad superiores a .40, lo que respalda la estabilidad y consistencia de los ítems dentro de la solución factorial obtenida.

Los cinco factores que emergieron del análisis fueron los siguientes: 1) Confianza hacia el futuro profesional (34 reactivos), 2) Inseguridad ante el futuro profesional (10 reactivos), 3) Redes de apoyo y comunicación (10 reactivos), 4) Incertidumbre profesional (7) y 5) Bloqueo emocional (7).

La confiabilidad total del instrumento fue alta, con un alfa de Cronbach de .957 para el total de la escala. Además, cada factor individual mostró índices de consistencia interna satisfactorios: el primer factor obtuvo un alfa de .957, el segundo .904, el tercero .819, el cuarto .785 y el quinto .785, lo que respalda la solidez y precisión del instrumento construido. Los reactivos que conforman la escala, la cual fue nombrada ESAAFUP-1, pueden verse en el QR anexo.

5 Conclusiones y perspectivas futuras

Se logró diseñar y validar un instrumento psicométrico confiable, pertinente y de fácil aplicación para medir la ansiedad anticipatoria hacia el futuro profesional en estudiantes universitarios

de la Ciudad de México. La escala presenta adecuados índices de validez y confiabilidad, lo cual respalda su utilidad tanto para fines diagnósticos como para el seguimiento en contextos educativos.

Este instrumento representa un aporte significativo al campo de la evaluación psicoeducativa, ya que permite identificar con mayor precisión la prevalencia y el nivel de ansiedad que experimentan las y los estudiantes ante la transición al mundo laboral. Su implementación puede orientar el diseño e implementación de estrategias de intervención psicoeducativa y vocacional, encaminadas a fortalecer la salud mental, el bienestar emocional y el sentido de agencia en la toma de decisiones profesionales del estudiantado.

Como línea de investigación futura, se propone validar esta escala en otras regiones del país y en diferentes contextos socioculturales de América Latina, a fin de ampliar su aplicabilidad y generar comparaciones significativas entre poblaciones universitarias.

6 Agradecimientos

Agradecemos a todas y todos los estudiantes que participaron compartiendo su información para el logro de este estudio. A la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales por el apoyo recibido para la realización de esta investigación y a la Universidad La Salle México por lo permisos para poder realizar el trabajo de campo de este proyecto.

7 Referencias

1. American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5^a ed., texto revisado; DSM-5-TR). American Psychiatric Publishing.
2. American Psychological Association. (2022). *Anxiety*. In APA Dictionary of Psychology. <https://dictionary.apa.org/anxiety>
3. Bargsted, M. (2017). *Impact of personal competencies and market value of type of occupation over objective employability and perceived career opportunities of young professionals*. Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones, 33(2), 115–123. <https://doi.org/10.1016/j.rproto.2017.02.003>
4. Bombon Lagua, T. P., & Gaibor González, I. A. (2024). *Resiliencia y ansiedad en estudiantes universitarios*. Pentaciencias, 6, 131–140. <https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v6i4.1151>
5. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2025, 27 de mayo). *Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo, primer trimestre de 2025* [Boletín de prensa]. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2025/enoel/enoel2025_05.pdf
6. Londoño, N. H., Acosta, M. A., & Zuluaga, L. C. (2017). *Estresores y síntomas clínicos en recién egresados en comparación con estudiantes de últimos semestres de universidad*. Universidad de San Buenaventura Medellín, Facultad de Psicología.
7. Motta Flores, M., Vargas Salazar, I., & Barrientos-Felipa, P. (2023). *Factores de la demanda laboral y calidad de la educación universitaria peruana*. Revista Lasallista de Investigación, 20(2), 142–155. <https://doi.org/10.22507/rli.v20n2a8>
8. Reyes-Lagunes, I. (1993). *Las redes semánticas naturales: su conceptualización y su utilización en la construcción de instrumentos*. Revista de Psicología Social y Personalidad, 9(1), 89–97.
9. Urban Marcos, A. J. (2024). *Estrés académico en jóvenes universitarios de Psicología, Derecho e Ingenierías de la zona metropolitana del Valle de México*. Revista Electrónica de Psicología Iztacala, 27(2), 705–733. <https://s443-research-ebsco-com.lasalle.mx.Ispiproxy.net/linkprocessor/plink?id=22ad27d3-72cf-33eb-b319-27eeb3efe119>



Imagen 1. Factores y reactivos de la Escala de Ansiedad Anticipada hacia el Futuro Profesional de Estudiantes Universitarios (ESAAFUP-1).