



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Trabajo de fin de Carrera titulado:

Ansiedad social y su impacto en el rendimiento académico en estudiantes de educación superior.

Realizado por:

Maria Belen Minchalo Arias

Director del proyecto:

Ariela Denise Orbea Cevallos

Como requisito para la obtención del título de:

Licenciatura en psicología

QUITO, 30 de Marzo del 2026

DECLARACIÓN JURAMENTADA

Yo, María Belén Minchalo Arias, ecuatoriana, con Cédula de ciudadanía N° 0106630825, declaro bajo juramento que el trabajo aquí desarrollado es de mi autoría, que no ha sido presentado anteriormente para ningún grado o calificación profesional, y se basa en las referencias bibliográficas descritas en este documento.

A través de esta declaración, cedo los derechos de propiedad intelectual a la UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK, según lo establecido en la Ley de Propiedad Intelectual, reglamento y normativa institucional vigente.



Maria Belen Minchalo Arias

C.I.: 0106630825

DECLARACIÓN DEL DIRECTOR DE TESIS

Declaro haber dirigido este trabajo a través de reuniones periódicas con el estudiante, orientando sus conocimientos y competencias para un eficiente desarrollo del tema escogido y dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación.



**Ariela Denise Orbea
Cevallos**



Mg.Ariela Orbea

LOS PROFESORES INFORMANTES:

Mg.Michelle Medina

PhD. Gabriela Llanos

Después de revisar el trabajo presentado lo han calificado como apto para su defensa oral ante el tribunal examinador.



Mg.Michelle Medina



PhD. Gabriela Llanos

Quito, 30 de marzo de 2026

DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL ESTUDIANTE

Declaro que este trabajo es original, de mi autoría, que se han citado las fuentes correspondientes y que en su ejecución se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes.



María Belén Minchalo Arias

C.I.: 0106630825

Artículo de tesis

Ansiedad social y rendimiento académico en la educación superior

Maria Belen Minchalo Arias

Tutora: Ariela Denise Orbea Cevallos

Resumen

En el ámbito de la educación superior, el proceso de adaptación académica ocurre en paralelo con una exigencia social constante: presentaciones orales, trabajo colaborativo, participación en clase, evaluaciones prácticas y construcción de redes académicas. En este contexto, la ansiedad social puede operar como un obstáculo silencioso, ya que su núcleo no se limita a la timidez, sino que involucra miedo intenso o persistente a la evaluación negativa en situaciones sociales o de desempeño. La clasificación clínica suele referirse a fobia social o trastorno de ansiedad social, términos que aparecen como equivalentes en encabezamientos MeSH (National Library of Medicine, 2022) y en manuales diagnósticos ampliamente utilizados (American Psychiatric Association, 2013).

Desde un enfoque funcional, la ansiedad social puede afectar tareas académicas que dependen de la interacción, como preguntar dudas, negociar criterios de evaluación, solicitar retroalimentación, exponer avances y sostener discusiones. En la educación superior, estas tareas suelen ser evaluativas y frecuentes, por lo que el malestar social puede acumularse y afectar la toma de decisiones, la planificación del estudio y la participación. En una cohorte poblacional, el trastorno de ansiedad social se describió como una condición con curso crónico y con inicio temprano, lo cual implica que muchas personas ingresan a la universidad con síntomas previos y con estrategias de afrontamiento ya consolidadas (Vilaplana-Pérez et al., 2021).

Más allá de la prevalencia, la preocupación central para la investigación educativa es si la ansiedad social se relaciona con el rendimiento académico y, en caso afirmativo, por qué vías. En un seguimiento

longitudinal de estudiantes de primer año, se reportó que la ansiedad social y las habilidades sociales contribuyen a predecir el promedio académico y la persistencia universitaria a lo largo de dos años, junto con variables académicas y de ajuste (Strahan, 2003). En la práctica, esta relación puede manifestarse como menor asistencia a clases participativas, dificultades para pedir retroalimentación, retrasos en tareas que requieren interacción y un uso reducido de servicios institucionales de apoyo.

Palabras clave

Ansiedad social; rendimiento académico; educación superior; integración social; autoeficacia académica.

Abstract

In higher education, the process of academic adjustment takes place alongside constant social demands, such as oral presentations, collaborative work, class participation, practical assessments, and the construction of academic networks. In this context, social anxiety can function as a silent obstacle, as it is not limited to shyness but involves an intense or persistent fear of negative evaluation in social or performance situations. Clinical classification usually refers to social phobia or social anxiety disorder, terms that are considered equivalent in MeSH headings (National Library of Medicine, 2022) and in widely used diagnostic manuals (American Psychiatric Association, 2013).

From a functional perspective, social anxiety can affect academic tasks that depend on interaction, such as asking questions, negotiating evaluation criteria, requesting feedback, presenting academic progress, and participating in discussions. In higher education, these tasks are often frequent and evaluative, which means that social discomfort can accumulate and influence decision-making, study planning, and participation. In a population-based cohort, social anxiety disorder has been described as a condition with a chronic course and early onset, suggesting that many students enter university with pre-existing symptoms and already established coping strategies (Vilaplana-Pérez et al., 2021).

Beyond prevalence, the main concern for educational research is whether social anxiety is related to academic performance and, if so, through which pathways. In a longitudinal follow-up of first-year

students, social anxiety and social skills were found to predict grade point average and university persistence over two years, together with academic and adjustment variables (Strahan, 2003). In practice, this relationship may appear as lower attendance in participatory classes, difficulties in asking for feedback, delays in tasks that require interaction, and reduced use of institutional support services.

Keywords

Social anxiety; academic performance; higher education; social integration; academic self-efficacy.

Introducción

La ansiedad social se caracteriza por miedo a la evaluación negativa y por evitación o malestar intenso en situaciones sociales o de desempeño. En educación superior, gran parte de la evaluación y del aprendizaje ocurre en contextos con exposición social, como participación en clase, trabajo en equipo, presentaciones y búsqueda de ayuda académica. Por ello, es plausible que la ansiedad social se asocie con un peor rendimiento académico, ya sea de manera directa o a través de mecanismos como menor integración social, menor autoeficacia académica o menor compromiso académico (Brook & Willoughby, 2015; Hood et al., 2021; Russell & Topham, 2012). A escala poblacional, el trastorno de ansiedad social se ha asociado con menor probabilidad de iniciar y completar estudios universitarios, incluso tras controlar covariables y factores familiares compartidos (Vilaplana-Pérez et al., 2021).

Justificación

El rendimiento académico en la educación superior suele evaluarse mediante indicadores como promedio de calificaciones, créditos aprobados, permanencia en el programa y satisfacción académica. Sin embargo, estos indicadores se ven influenciados por experiencias menos visibles, como la facilidad para comunicarse con docentes, negociar roles en equipos de trabajo y participar en discusiones. Un estudio con estudiantes de licenciatura planteó y evaluó un modelo donde la ansiedad social se relacionó negativamente con la comunicación académica, especialmente con docentes, y con experiencias estudiantiles como compromiso, conexión y satisfacción; además, la comunicación explicó parte del vínculo entre ansiedad social y dichas experiencias (Archbell & Coplan, 2022). Estas vías son especialmente importantes porque, en muchos planes de estudio, la evaluación incluye participación oral y trabajo colaborativo.

Las instituciones de educación superior enfrentan desafíos simultáneos: mejorar retención, favorecer experiencias educativas significativas y cuidar el bienestar del estudiantado. En ese marco, la ansiedad social es relevante porque puede contribuir a deserción indirecta, no necesariamente por incapacidad académica, sino por reducción de oportunidades de aprendizaje que requieren exposición social. Los hallazgos longitudinales que conectan ansiedad social con rendimiento y persistencia

sugieren que el problema tiene consecuencias educativas y no solo clínicas (Strahan, 2003). Por ello, abordarlo desde un enfoque académico permite diseñar estrategias de acompañamiento que no estigmaticen ni patologicen, sino que reduzcan barreras a la participación y al acceso a recursos.

En los últimos años, los entornos híbridos y en línea han ampliado oportunidades de interacción, pero también han introducido nuevas formas de exposición social, como foros asincrónicos y sesiones sincrónicas con cámara. En un estudio sobre participación en foros asincrónicos, la ansiedad social predijo estilos de participación menos activos y, mediante esa vía, se asoció con el rendimiento académico, resaltando que el componente afectivo puede condicionar el aprendizaje incluso cuando la interacción no es presencial (Demir et al., 2023). Esta dimensión es relevante para universidades que han adoptado modelos híbridos, ya que la ansiedad social puede expresarse como lectura pasiva, evitación de intervenciones o miedo a dejar registro público de errores.

Finalmente, existen razones aplicadas para examinar intervenciones centradas en componentes específicos de la ansiedad social con alta relevancia académica. El miedo a hablar en público es uno de los temores sociales más frecuentes y un desafío común en educación superior. Un metaanálisis de intervenciones psicológicas para este miedo mostró efectos globales significativos, con tamaños de efecto que, en promedio, se ubican en rangos moderados a grandes, y reportó también beneficios sobre ansiedad social general (Ebrahimi et al., 2019). Esto sugiere que programas breves, integrados o derivaciones oportunas, podrían mejorar tanto la experiencia académica como el desempeño evaluativo.

Objetivos

Objetivo general

Analizar la relación entre la ansiedad social y el rendimiento académico en estudiantes de educación superior, a partir de la evidencia científica disponible, con el fin de orientar el diseño de intervenciones educativas y estrategias de apoyo institucional basadas en evidencia.

Objetivos específicos

- Analizar la forma en que la ansiedad social ha sido operacionalizada en estudios realizados con población universitaria.
- Describir las medidas de rendimiento académico utilizadas en la literatura y la dirección de la asociación reportada con la ansiedad social.
- Sintetizar las variables mediadoras y moderadoras propuestas para explicar la relación entre ansiedad social y rendimiento académico.
- Identificar las principales limitaciones metodológicas de los estudios revisados y sus implicaciones prácticas para las instituciones de educación superior.

Pregunta de investigación

¿Cuál es la relación entre la ansiedad social y el rendimiento académico en estudiantes de educación superior, y qué mecanismos pueden explicar dicha relación?

Materiales y métodos

Esta investigación se orienta como una revisión sistemática de literatura, enfocada en recopilar evidencias relacionadas con la ansiedad social y su influencia en el rendimiento académico en la educación superior. Para estructurar el trabajo se empleó la declaración PRISMA 2020, conocida como *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*. Este esquema metodológico organiza cada etapa de la revisión desde la formulación de la pregunta de investigación, la búsqueda en bases de datos y la selección de los estudios hasta la fase en la que se extrae la información y se desarrolla el análisis (Morales, 2022; Page et al., 2021).

La aplicación de PRISMA asegura que el procedimiento pueda seguirse de forma trazable, además posibilita que distintos investigadores repliquen la búsqueda y verifiquen si los hallazgos se mantienen consistentes o si surgen variaciones ante modificaciones mínimas. La relevancia del protocolo radica en que cada fase queda documentada, incluso cuando se presentan discrepancias o diferencias interpretativas, lo cual permite valorar la solidez del estudio y también fortalece la transparencia de lo expuesto en el informe final (Morales, 2022; Page et al., 2021).

Criterios de elegibilidad

Tabla 1

Criterios de inclusión y exclusión aplicados en la revisión sistemática

Criterios considerados para la inclusión	Criterios considerados para la exclusión
Publicaciones científicas editadas a partir de 2015.	Revisiones de tipo narrativo o textos que no describan claramente su procedimiento metodológico.
Investigaciones originales con enfoque cuantitativo, cualitativo o mixto.	Informes técnicos elaborados por entidades gubernamentales o multilaterales.
Revisiones sistemáticas y estudios de alcance que detallen su método de búsqueda y análisis.	Documentos catalogados como literatura gris.
Artículos publicados en revistas académicas indexadas.	Trabajos de titulación o investigaciones desarrolladas como requisito de grado.

Criterios considerados para la inclusión

Criterios considerados para la exclusión

Textos disponibles en idioma español o inglés.

Protocolos aún en fase de registro o resúmenes de congresos sin acceso a texto completo.

Estudios desarrollados en población universitaria que aborden ansiedad social y desempeño académico.

Investigaciones enfocadas exclusivamente en intervenciones clínicas sin vínculo con el ámbito educativo.

Investigaciones que analicen percepciones, experiencias o resultados académicos relacionados con ansiedad social.

Publicaciones con datos duplicados en diferentes fuentes o con limitaciones metodológicas que comprometan la validez de los resultados.

Nota. Elaboración propia.

Fuentes y estrategias de búsqueda

La búsqueda de literatura se realizó en las bases de datos PubMed, Science Direct y SciELO. Estas fuentes fueron elegidas debido a su amplitud en los campos de la salud, la psicología y la educación, lo que facilitó la identificación de investigaciones empíricas relacionadas con ansiedad social, desempeño académico y población universitaria en distintos contextos geográficos. Con el propósito de asegurar exactitud en la recuperación de los documentos se emplearon términos controlados provenientes de Medical Subject Headings (MeSH), Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS) y APA Thesaurus of Psychological Index Terms. La estrategia de búsqueda integró dichos descriptores con palabras clave libres a través de los operadores booleanos AND y OR.

Tabla 2

Estrategias de búsqueda y filtros aplicados

Base de datos	Combinaciones de búsqueda	Filtros aplicados
PubMed	("Social Anxiety" OR "Social Anxiety Disorder" OR "Social Phobia") AND ("Academic performance" OR "Academic achievement" OR "Educational outcomes") AND ("University students" OR "Higher education")	Idiomas: inglés, español; Tipo de documentos: artículos originales, revisiones sistemáticas o de alcance; Texto completo disponible
Science Direct	("Social anxiety" AND "academic performance" AND "university students") OR ("ansiedad social" AND "rendimiento académico")	Idiomas: inglés, español; Tipo de documentos: research articles, reviews
SciELO	ansiedad social AND rendimiento académico AND estudiantes universitarios	Idiomas: español, inglés; Tipo de documentos: artículos científicos en revistas arbitradas

Nota. Elaboración propia.

1.1. Extracción y codificación de datos

El procedimiento de análisis se desarrolló siguiendo las etapas del esquema PRISMA con la finalidad de estructurar la búsqueda, la selección y la valoración de los estudios incluidos. Se añadió una fase puntual orientada a la extracción y sistematización de la información para detallar las herramientas empleadas. En el primer momento del proceso se utilizó Rayyan, donde se concentraron los resultados preliminares y se depuraron los registros duplicados mediante su mecanismo automatizado. Posteriormente, las referencias seleccionadas fueron trasladadas a Mendeley para efectuar la revisión de resúmenes y organizar los textos según su temática. En la fase final se diseñó una matriz en Excel que permitió consignar la información definitiva de los artículos incluidos.

La matriz construida en Excel incorporó las variables consideradas más relevantes para el estudio. En cada fila se registraron el número de identificación, el autor, el año de publicación, el título del trabajo, el enfoque metodológico, el objetivo del estudio, el tipo de muestra y los resultados principales obtenidos. Una dificultad frecuente consistió en establecer si determinados estudios abordaban efectivamente contextos de vulnerabilidad o si únicamente describían factores clínicos. En estos casos, se procedió a la lectura completa del documento para definir su inclusión.

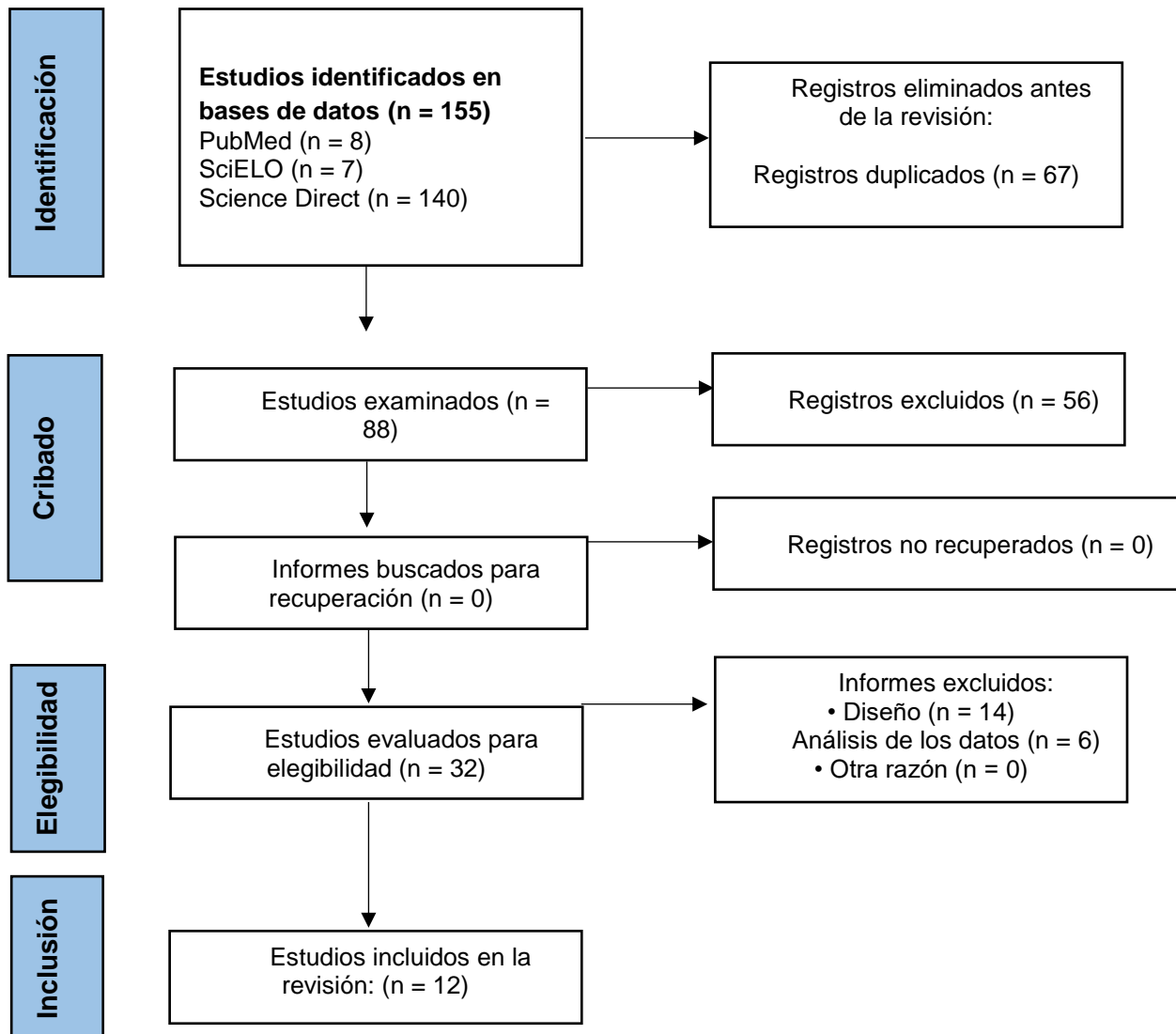
Selección y extracción de datos

El proceso de selección de los estudios se realizó conforme a las directrices de la declaración PRISMA 2020. Inicialmente se identificaron 155 registros a través de las bases de datos consultadas. Se eliminaron 67 registros duplicados y quedaron 88 estudios para el cribado. Después de revisar títulos y resúmenes, se excluyeron 56 registros porque no cumplían los criterios de inclusión. Luego se evaluaron 32 artículos en texto completo. De estos, 20 fueron excluidos por problemas metodológicos relacionados con el diseño o el análisis de datos. Finalmente, 12 estudios cumplieron los criterios y se incluyeron en la revisión. La Figura 1 presenta el flujograma del proceso de selección.

Figura 1

Flujograma del proceso de selección de estudios incluidos

Identificación de los estudios a través de bases de datos



Nota. Elaboración propia.

RESULTADOS

Tabla 3

Características y hallazgos de los estudios incluidos

Autor / Año	Diseño y participantes	Instrumentos para ansiedad	Indicadores académicos	Resultados relevantes
Hernández & Sánchez (2024)	Investigación cualitativa con entrevistas y grupo focal en estudiantes de noveno semestre	Inventario SISCO de Estrés Académico	Rendimiento percibido por el estudiante	Se evidenció que el estrés académico afectó la concentración y generó ansiedad, lo que repercutió en el desempeño. La carga académica y la relación con docentes fueron factores centrales.
Awadalla et al. (2020)	Estudio longitudinal con 404 universitarios de 17 a 25 años	GAD-7 y PHQ-9	GPA y advertencias académicas	La ansiedad y la depresión se vincularon con promedios más bajos. La depresión mostró efecto sostenido en el seguimiento, con diferencias por género.
Mou et al. (2024)	Diseño transversal con 2 661 estudiantes	Liebowitz Social Anxiety Scale	GPA	La ansiedad social presentó asociación negativa con el promedio. El compromiso académico y la adicción a redes sociales actuaron como mediadores en la relación.
Kusturica et al. (2019)	Estudio transversal en 214 estudiantes de primer año	Westside Test Anxiety Scale	Nota del último examen y rendimiento autorreportado	Se observó menor desempeño en quienes presentaron mayor ansiedad ante exámenes. También se detectó consumo de estimulantes sin mejoras académicas.

Autor / Año	Diseño y participantes	Instrumentos para ansiedad	Indicadores académicos	Resultados relevantes
Mohammed et al. (2025)	Estudio descriptivo con 92 estudiantes seleccionados por conveniencia	Cuestionario adaptado de ansiedad social	Participación y compromiso en clase	La mayoría reportó niveles elevados de ansiedad social, asociados con menor implicación académica y diferencias según año de estudio.
Soares et al. (2023)	Análisis transversal con 169 estudiantes	Escala de ansiedad lectora y ansiedad rasgo	Calificaciones universitarias	La ansiedad afectó la habilidad lectora, aunque no mostró relación directa con las notas finales ni función mediadora.
Jiang (2021)	Investigación transversal en 3 123 universitarios	Escala de ansiedad de autorreporte	Impacto en rendimiento y burnout	El uso excesivo de redes sociales se relacionó con mayor ansiedad. El capital psicológico medió la asociación, mientras el burnout actuó como moderador.
Gong et al. (2025)	Estudio transversal en 3 716 jóvenes universitarios	Escala de ansiedad social	Rendimiento académico percibido	El uso intensivo de redes influyó negativamente en el desempeño. La ansiedad social y el FoMO intervinieron como mediadores, mientras la relación docente-estudiante moderó el efecto.
Al-Hazmi et al. (2020)	Investigación transversal con 504 estudiantes de Medicina	Social Phobia Inventory (SPIN)	Rendimiento autorreportado	Se reportó presencia relevante de ansiedad social, con mayor afectación en estudiantes jóvenes y de primeros años. El rendimiento mostró

Autor / Año	Diseño y participantes	Instrumentos para ansiedad	Indicadores académicos	Resultados relevantes
Gosadi (2024)	Estudio transversal en 506 universitarios	Escalas de ansiedad, depresión y estrés	GPA	relación inversa con los niveles de ansiedad. Se registraron niveles elevados de malestar psicológico. El ejercicio regular mostró efecto protector en estudiantes con mejor promedio.
Rahman & Hasan (2024)	Estudio cualitativo con 18 estudiantes diagnosticados con ansiedad social	Entrevistas no estructuradas	Desempeño percibido	La ansiedad social limitó la participación oral, el trabajo grupal y la confianza académica, con disminución del rendimiento pese a estrategias de afrontamiento.
Ali & Joordens (2023)	Diseño mixto con 301 estudiantes	Cuestionario de ansiedad social y miedo a evaluación negativa	Bienestar y variables académicas indirectas	La ansiedad social aumentó tras la pandemia. Se identificó asociación con temor a evaluación negativa y barreras de acceso a apoyo psicológico.

Nota. Elaboración propia.

Síntesis de resultados por categorías

Categoría 1. Asociación negativa con indicadores académicos

Subcategoría 1.1. Menor logro académico y calificaciones

Dentro de esta subcategoría se ubican los estudios que demuestran una relación directa entre ansiedad (social, general o académica) y disminución del rendimiento medido a través de calificaciones o promedio académico (GPA). El estudio longitudinal de Awadalla et al. (2020) evidenció que los estudiantes con mayores niveles de ansiedad y depresión presentaron GPA significativamente más

bajos, tanto en la medición inicial como en el seguimiento, siendo la depresión el predictor más consistente del bajo rendimiento académico. Resultados similares fueron reportados por Kusturica et al. (2019), quienes identificaron que una mayor ansiedad ante exámenes se asoció con calificaciones más bajas y peor rendimiento académico autoinformado, sin que el consumo de sustancias estimulantes mejorara dichos resultados.

Al-Hazmi et al. (2020) analizaron la ansiedad social mediante el Social Phobia Inventory en estudiantes de Medicina y observaron una relación inversa con el rendimiento académico. Los niveles más altos se concentraron en alumnos de primeros años y en quienes presentaban mayor vulnerabilidad sociodemográfica. El desempeño descendía conforme aumentaban las puntuaciones del SPIN. En ese mismo campo, Gosadi (2024) informó elevadas prevalencias de ansiedad, depresión y estrés en población universitaria. Los puntajes más intensos se ubicaron en estudiantes con GPA “bueno” o inferior. El ejercicio regular mostró un efecto protector, limitado al grupo con mejor promedio. La diferencia entre subgrupos evidenció contrastes en el impacto del malestar emocional sobre el logro académico.

Desde una perspectiva cualitativa, Hernández y Sánchez (2024) exploraron experiencias estudiantiles relacionadas con estrés académico y ansiedad. Describieron dificultades de concentración y episodios de bloqueo cognitivo. Estas manifestaciones influyeron directamente en la autopercepción del rendimiento. Los participantes asociaron la sobrecarga académica con respuestas emocionales intensas. La presión evaluativa se vinculó con inseguridad frente a tareas orales y escritas. La narrativa recogida mostró coherencia entre malestar psicológico y disminución del desempeño. La vivencia subjetiva confirmó la asociación negativa entre ansiedad y logro académico.

Subcategoría 1.2. Menor progresión académica y titulación universitaria

En esta subcategoría se encasillan los estudios que muestran cómo la ansiedad social impacta no solo las calificaciones, sino también la participación, continuidad y progresión académica. Mohammed et al. (2025) evidenciaron que niveles elevados de ansiedad social se asociaron con bajo compromiso

académico en el aula, lo que se traduce en menor participación y reducción de oportunidades de aprendizaje, especialmente en determinados años de estudio.

Por otro lado, Rahman y Hasan (2024) describieron que estudiantes con diagnóstico de ansiedad social enfrentaron dificultades constantes para intervenir en clase, colaborar en trabajos grupales y realizar exposiciones orales, situación que provocó un descenso progresivo de la confianza académica y del rendimiento general aun cuando aplicaban estrategias de afrontamiento. La persistencia de estas limitaciones afectó la participación activa y la seguridad personal en contextos evaluativos. Ali y Joordens (2023) identificaron un incremento de la ansiedad social posterior a la pandemia de COVID-19, vinculado con obstáculos para la interacción académica y para el acceso a servicios de apoyo institucional.

Categoría 2. Mecanismos explicativos plausibles

Subcategoría 2.1. Integración social y redes académicas

En esta subcategoría se agrupan los estudios que explican el impacto académico de la ansiedad social a través de la limitación de la integración social y las redes de apoyo académico. Rahman y Hasan (2024) mostraron que la ansiedad social dificulta la formación de relaciones con pares y docentes, reduciendo la participación en actividades colaborativas esenciales para el aprendizaje universitario. Adicionalmente, Ali y Joordens (2023) identificaron que el miedo a la evaluación negativa y las barreras culturales para acceder a servicios de salud mental limitan la integración social y académica de los estudiantes, reforzando el aislamiento y perpetuando la ansiedad social dentro del entorno universitario.

Subcategoría 2.2. Autoeficacia académica y diseño instruccional

Esta subcategoría incluye estudios que señalan que la ansiedad social afecta la autoeficacia académica y la percepción de competencia, influyendo negativamente en el desempeño. Hernández y Sánchez (2024) evidenciaron que la sobrecarga académica y la interacción con docentes fueron fuentes centrales de ansiedad, disminuyendo la percepción de control y eficacia del estudiante frente a las

demandas académicas. Asimismo, Awadalla et al. (2020) observaron menor satisfacción académica en estudiantes con síntomas depresivos y ansiosos, lo que puede reflejar una reducción de la autoeficacia.

Subcategoría 2.3. Compromiso académico y conductas digitales

En esta subcategoría se integran estudios que examinan el compromiso académico y las conductas digitales como variables intervinientes entre ansiedad social y desempeño universitario. Mou et al. (2024) identificaron una relación negativa entre ansiedad social y rendimiento académico, con el compromiso académico como mediador principal y la adicción a redes sociales como mediador en cadena. Gong et al. (2025) reportaron que el uso intensivo de redes sociales influyó en el rendimiento mediante ansiedad social y miedo a perderse algo FoMO, mientras la relación docente-estudiante actuó como moduladora. Jiang (2021) señaló que el uso problemático de redes sociales predijo mayores niveles de ansiedad, con efectos modulados por el capital psicológico y el burnout académico durante la pandemia.

Categoría 3. Necesidades de apoyo en educación superior

Subcategoría 3.1. Ansiedad social como discapacidad oculta

Los estudios de Al-Hazmi et al. (2020), Rahman y Hasan (2024) y Ali y Joordens (2023) coinciden en describir la ansiedad social como una condición frecuente pero poco visible, que limita el desempeño académico sin ser fácilmente detectada por las instituciones. Esta “discapacidad oculta” genera desventajas acumulativas si no se identifica tempranamente.

Subcategoría 3.2. Riesgo académico acumulativo en contextos de alta exigencia

Finalmente, Gosadi (2024), Mohammed et al. (2025) y Awadalla et al. (2020) evidencian que la combinación de ansiedad, bajo rendimiento previo y contextos académicos exigentes incrementa el riesgo académico acumulativo. Estos estudios subrayan la necesidad de intervenciones institucionales integrales que contemplen apoyo psicológico, promoción de estilos de vida saludables y adaptación de estrategias pedagógicas.

Discusión

La relación entre ansiedad social y rendimiento académico en educación superior ha sido abordada desde enfoques diversos que permiten una lectura comparativa amplia. Los estudios analizados incluyen diseños cualitativos, transversales y longitudinales, con muestras que varían desde 18 hasta 3 716 estudiantes universitarios. Esta heterogeneidad metodológica permite observar patrones comunes y discrepancias contextuales. El rendimiento académico se midió mediante GPA, calificaciones, compromiso en el aula o percepción subjetiva. Las medidas de ansiedad también difieren según el instrumento utilizado.

Los estudios cuantitativos de Awadalla et al. (2020), Al-Hazmi et al. (2020) y Kusturica et al. (2019) presentan convergencias en la asociación entre ansiedad y menor desempeño académico medido objetivamente. Awadalla et al. (2020) incorporaron seguimiento temporal en 404 estudiantes, observando efectos persistentes sobre el GPA. Kusturica et al. (2019) centraron el análisis en ansiedad ante exámenes en estudiantes de primer año. Al-Hazmi et al. (2020) aportaron datos desde población médica con 504 participantes. Las diferencias etarias y disciplinares aportan contraste. La ansiedad aparece ligada a evaluaciones formales. El contexto académico condiciona la expresión del fenómeno.

En estudios con muestras amplias, Mou et al. (2024), Jiang (2021) y Gong et al. (2025) integran variables digitales y psicosociales dentro de modelos analíticos complejos que superan explicaciones lineales. Mou et al. (2024) trabajaron con 2 661 estudiantes e incorporaron compromiso académico y adicción a redes sociales como mediadores en la relación entre ansiedad social y rendimiento. Jiang (2021) evaluó 3 123 estudiantes durante la pandemia e incluyó burnout académico y capital psicológico dentro de su esquema explicativo. Gong et al. (2025) ampliaron la muestra a 3 716 estudiantes e integraron FoMO junto con la relación profesor estudiante como factores intervinientes. Estos estudios concentran su atención en dinámicas digitales vinculadas con estados emocionales. El desempeño académico aparece condicionado por múltiples rutas interrelacionadas. La ansiedad se sitúa dentro de un entorno virtual que redefine las interacciones educativas.

Mohammed et al. (2025) centraron su análisis en 92 estudiantes y colocaron el compromiso en el aula como indicador principal del impacto de la ansiedad social. Se observó menor participación académica en función del año de estudio, con diferencias en la implicación cotidiana. Rahman y Hasan (2024) describieron dificultades persistentes en la interacción presencial, lo que afectó la confianza y el desenvolvimiento académico.. Soares et al. (2023) introducen un contraste al no encontrar relación directa entre ansiedad lectora y calificaciones universitarias En una muestra de 169 estudiantes, la ansiedad se asoció con habilidad lectora pero no con el logro académico final. Este resultado difiere de la mayoría de estudios incluidos. La especificidad del tipo de ansiedad evaluada introduce una distinción conceptual.

Gosadi (2024) y Ali y Joordens (2023) amplían el análisis hacia factores contextuales y preventivos. Gosadi (2024) evaluó 506 estudiantes, identificando un efecto protector del ejercicio regular frente a ansiedad y estrés según el nivel de GPA. Ali y Joordens (2023) analizaron 301 estudiantes en un diseño mixto, observando aumento de ansiedad social luego de la pandemia y barreras de acceso a apoyo psicológico. Ambos estudios incorporan bienestar y estilos de vida. El rendimiento académico se conecta con salud mental. Las intervenciones preventivas cobran relevancia. El contexto pandémico marca diferencias. La universidad aparece como espacio de cuidado.

Entre las limitaciones compartidas por los estudios revisados se encuentra el predominio de diseños transversales, lo que restringe la interpretación temporal del fenómeno. Varias investigaciones utilizaron autoinformes para medir rendimiento académico, lo que puede introducir sesgos perceptivos. Las muestras por conveniencia, presentes en algunos estudios cualitativos y descriptivos, reducen la extrapolación de resultados. La diversidad cultural y disciplinar dificulta comparaciones directas. No todos los trabajos controlaron variables confusoras. La heterogeneidad de instrumentos limita la estandarización. Estas consideraciones deben tenerse en cuenta al interpretar los resultados.

Conclusiones

La revisión sobre ansiedad social y rendimiento académico en la educación superior, permitió comprender cómo esta condición se vincula con dificultades persistentes en el desempeño universitario. La ansiedad social se relacionó con calificaciones más bajas, menor participación en el aula y deterioro de la confianza académica. En varios contextos universitarios, se observaron problemas de concentración y evitación de actividades evaluativas. El rendimiento académico se vio afectado desde dimensiones objetivas y subjetivas. La experiencia estudiantil mostró tensiones constantes frente a la interacción social y las exigencias académicas intensificaron estas respuestas emocionales. El impacto se manifestó de forma acumulativa a lo largo de la trayectoria universitaria.

El análisis también permitió identificar factores asociados que influyen en la expresión académica de la ansiedad social. El compromiso académico, las conductas digitales y el acceso limitado a apoyo psicológico condicionaron el desempeño estudiantil. En algunos casos se observaron efectos protectores vinculados al ejercicio físico y a relaciones educativas favorables. Las diferencias entre diseños metodológicos aportaron miradas complementarias del fenómeno. La ansiedad social permaneció como condición poco visible dentro del entorno universitario. La ausencia de abordajes institucionales amplificó las dificultades académicas. La atención temprana resulta necesaria para favorecer el bienestar y la permanencia estudiantil.

Financiamiento de fondos

La presente investigación no contó con financiamiento externo proveniente de organismos públicos, privados o internacionales. El estudio fue desarrollado con recursos propios de la autora, en el marco de su proceso de formación académica, sin apoyo económico institucional ni patrocinio de terceros.

Agradecimientos

Agradezco profundamente a Dios por brindarme fortaleza, salud y constancia a lo largo de este proceso académico, permitiéndome culminar este trabajo con perseverancia y fe.

De manera especial, expreso mi más sincero agradecimiento a mi madre, por su apoyo incondicional, comprensión y motivación permanente. Su acompañamiento emocional y su confianza en mis capacidades fueron fundamentales para la realización y finalización de esta investigación.

Declaración de conflictos de interés

La autora declara que no existen conflictos de interés de ningún tipo en relación con la realización, análisis y publicación de este estudio. La investigación se llevó a cabo con independencia académica y sin influencias externas que pudieran sesgar los resultados o conclusiones presentadas.

Referencias

- Abd Ali, N., & Al-Jbori, A. (2025). Social anxiety and academic engagement among college students. *Bahrain Medical Bulletin*, 47(2). https://www.bahrainmedicalbulletin.com/June_2025/BMB-24-1040.pdf
- Al-Hazmi, B. H., Sabur, S. S., & Al-Hazmi, R. H. (2020). Social anxiety disorder in medical students at Taibah University, Saudi Arabia. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 9(8), 4328–4334. https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe_610_20
- Al-Johani, A. H., Al-Mashhadi, S. M., Al-Hazmi, A. M., Al-Ghamdi, A. A., & Alqahtani, A. S. (2022). Social anxiety disorder and academic performance among medical students: A cross-sectional study. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 11(3), 1107–1113. https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe_1080_21
- Al-Johani, W. M., AlShamlan, N. A., AlAmer, N. A., Shawkhan, R. A., Almayyad, A. H., Alghamdi, L. M., Alqahtani, H. A., Al-Shammari, M. A., Gari, D. M. K., & AlOmar, R. S. (2022). Social anxiety disorder and its associated factors: A cross-sectional study among medical students, Saudi Arabia. *BMC Psychiatry*, 22(1), 505. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04147-z>
- Ali, H., & Joordens, S. (2023). Social anxiety in university students: Towards an intentional life-skills-based prevention model. *Journal of Mental Health and Clinical Psychology*, 7(3), 19–36. <https://www.mentalhealthjournal.org>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Archbell, K. A., & Coplan, R. J. (2022). Social anxiety and academic communication. *Journal of American College Health*. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1931918>
- Awadalla, S., Davies, E. B., & Glazebrook, C. (2020). A longitudinal cohort study to explore the relationship between depression, anxiety and academic performance among Emirati university students. *BMC Psychiatry*, 20, 448. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02854-z>
- Brook, C. A., & Willoughby, T. (2015). The social ties that bind: Social anxiety and academic achievement across the university years. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(5), 1139–1152. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0262-8>
- Demir, M., et al. (2023). Social anxiety and online participation. *Computers & Education*, 190, 104600. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2022.104600>

- Gong, Z., Guo, Y., & Tan, J. (2025). Social media use and academic performance among college students: The chain mediating roles of social anxiety and fear of missing out and the moderating effect of teacher–student relationship. *Frontiers in Psychology*, 16, 1649890. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1649890>
- Gosadi, I. M. (2024). Protective effect of exercise against depression, anxiety, and stress among university students based on their level of academic performance. *Medicina*, 60(10), 1706. <https://doi.org/10.3390/medicina60101706>
- Hernández, L. G., & Sánchez, M. L. (2024). Estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de Educación*, 15(29), e787. <https://doi.org/10.23913/ride.v15i29.2200>
- Hood, A. M., Rogers, K., & Ferguson, C. (2021). Social anxiety and academic performance in active learning environments: The mediating role of self-efficacy. *Learning and Individual Differences*, 88, 102012. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2021.102012>
- Hood, S., Barrickman, N., Djerdjian, N., Farr, M., Magner, S., Roychowdhury, H., et al. (2021). “I like and prefer to work alone”: Social anxiety, academic self-efficacy, and students’ perceptions of active learning. *CBE—Life Sciences Education*, 20(1), ar12. <https://doi.org/10.1187/cbe.19-12-0271>
- Jiang, Y. (2021). Problematic social media usage and anxiety among university students during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 12, 612007. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.612007>
- Kusturica, J., Hajdarević, A., Nikšić, H., Skopljak, A., Tafi, Z., & Kulo, A. (2019). Neuroenhancing substances use, exam anxiety and academic performance in first-year university students. *Acta Medica Academica*, 48(3), 286–293. <https://doi.org/10.5644/ama2006-124.269>
- Mohammed, N. A. A., Al-Juboori, A. K., & Neamah, M. A. (2025). The relationship between social anxiety and academic engagement in a classroom setting among college students. *Bahrain Medical Bulletin*, 47(2).
- Mou, J., Cui, Y., Shen, Y., & Li, Y. (2024). Social anxiety, academic engagement, and GPA: The mediating role of social media addiction among college students. *Computers & Education*, 199, 104746. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2023.104746>

- Mou, Q., Zhuang, J., Wu, Q., Zhong, Y., Dai, Q., Cao, X., et al. (2024). Social media addiction and academic engagement as serial mediators between social anxiety and academic performance among college students. *BMC Psychology*, *12*(1), 190. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01635-7>
- National Library of Medicine. (2024a). *Phobia, Social*. MeSH Browser. <https://meshb.nlm.nih.gov/record/ui?ui=D011592>
- National Library of Medicine. (2024b). *Academic Success*. MeSH Browser. <https://meshb.nlm.nih.gov/record/ui?ui=D000077507>
- National Library of Medicine. (2024c). *Universities*. MeSH Browser. <https://meshb.nlm.nih.gov/record/ui?ui=D014167>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., et al. (2021). The PRISMA 2020 statement. *BMJ*, *372*, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Rahman, M. M., & Hasan, R. (2024). The effect of social phobias on academic performance of university students in Bangladesh. *Middle East Research Journal of Humanities and Social Sciences*, *4*(6), 176–180. <https://doi.org/10.36348/merjhss.2024.v04i06.005>
- Russell, G., & Topham, P. (2012). The impact of social anxiety on student learning and well-being in higher education. *Journal of Mental Health*, *21*(4), 375–385. <https://doi.org/10.3109/09638237.2012.694505>
- Soares, S., Boyes, M. E., Badcock, N. A., & Parrila, R. (2023). Does reading anxiety impact academic achievement in higher education students? *Dyslexia*, *29*(2), 179–198. <https://doi.org/10.1002/dys.1738>
- Strahan, E. Y. (2003). The effects of social anxiety and social skills on academic performance. *Personality and Individual Differences*, *34*(2), 347–366. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00049-1](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00049-1)
- Tillfors, M., & Furmark, T. (2007). Social phobia in Swedish university students. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, *42*(1), 79–86. <https://doi.org/10.1007/s00127-006-0143-2>
- Vilaplana-Pérez, A., Pérez-Vigil, A., Sidorchuk, A., Brander, G., Isomura, K., Kuja-Halkola, R., Larsson, H., Mataix-Cols, D., & Fernández de la Cruz, L. (2021). Much more than just shyness: The impact of social anxiety disorder on educational performance across the

lifespan. *Psychological Medicine*, 51(5), 861–869. <https://doi.org/10.1017/S0033291719003908>

Vilaplana-Pérez, A., Pérez-Vigil, A., Sidorchuk, A., Brander, G., Isomura, K., Chang, Z., Larsson, H., Mataix-Cols, D., & Fernández de la Cruz, L. (2021). Much more than a fear of public speaking. *Journal of Anxiety Disorders*, 78, 102361. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2021.102361>