

Salud mental en estudiantes universitarios de ciencias de la salud

Mental health in university students studying health sciences

Juan Hugo Romero Acevedo¹ <https://orcid.org/0000-0003-1940-0365>

Silvia Elizabet Reyes Narváez^{2*} <https://orcid.org/0000-0002-9624-1997>

María Santos Oyola Canto¹ <https://orcid.org/0000-0003-3787-998X>

¹Universidad Nacional de Barranca. Lima, Perú.

²Universidad Nacional Santiago Antúnez de Mayolo. Huaraz, Perú.

* Autor para la correspondencia: sreyesn@unasam.edu.pe

RESUMEN

Introducción: Los estudiantes universitarios se hallan expuestos a trastornos afectivos como la depresión, la ansiedad y el estrés. Estos se manifiestan a través de síntomas físicos y psicológicos, y pueden alterar el normal desempeño de la persona.

Objetivo: Determinar los factores asociados a la ansiedad, la depresión y el estrés en estudiantes de ciencias de la salud.

Métodos: Se realizó una investigación analítica, de diseño no experimental, de tipo transversal, a 389 estudiantes de ciencias de la salud de dos universidades públicas. Ellos se seleccionaron a través de un muestreo probabilístico. Los datos se recolectaron vía *online* a través de los 21 ítems de la escala de depresión, ansiedad y estrés; luego se procesaron en el SPSS 25. Para el análisis estadístico se utilizó el Tau-b de Kendall, Rho de Spearman y el Odds Ratio.

Resultados: Existió una correlación moderada entre la depresión y la ansiedad, y las escuelas de enfermería y obstetricia. Según el coeficiente de correlación de Spearman, los factores asociados al estrés resultaron la edad (0,679), el sexo (0,427) y el estado civil (0,629); a la depresión se vinculó la edad (0,682) y para la ansiedad no hubo asociaciones relevantes. Con relación a los factores de riesgo, la escuela profesional predispuso a la ansiedad (OR = 1,149), la depresión (OR = 1,268) y el estrés (OR = 1,031).

Conclusiones: La variable escuela profesional constituyó un factor de riesgo de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de ciencias de la salud. Por tanto, se recomienda optar por medidas y procedimientos de prevención, identificación y control de estos trastornos para asegurar la salud, el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes.

Palabras clave: ansiedad; depresión; estrés; estudiantes; salud mental.

ABSTRACT

Introduction: University students are exposed to affective disorders such as depression, anxiety, and stress. These manifest themselves through physical and psychological symptoms and can alter a person's normal performance.

Objective: To determine the factors associated with anxiety, depression, and stress in health science students.

Methods: A cross-sectional, non-experimental, analytical study was conducted on 389 health science students from two public universities. They were selected through probabilistic sampling. Data were collected online using the 21 items of the depression, anxiety, and stress scale and then processed in SPSS 25. Kendall's Tau-b, Spearman's Rho, and the odds ratio were used for statistical analysis.

Results: There was a moderate correlation between depression and anxiety and nursing and midwifery schools. According to Spearman's correlation coefficient, the factors associated with stress were age (0.679), gender (0.427), and marital status (0.629); depression was linked to age (0.682), and anxiety did not show any relevant associations. In relation to risk factors, the professional school

predisposed students to anxiety (OR = 1.149), depression (OR = 1.268), and stress (OR = 1.031).

Conclusions: The variable professional school was a risk factor for depression, anxiety, and stress in health science students. Therefore, it is recommended to opt for measures and procedures for the prevention, identification, and control of these disorders to ensure the well-being and academic performance of students.

Keywords: anxiety; depression; stress; students; mental health.

Recibido: 29/12/2024

Aceptado: 25/02/2025

Introducción

La depresión, la ansiedad y el estrés son trastornos psicológicos comunes que afectan la salud mental, y debilitan el desempeño físico y social de la persona. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la salud mental constituye un estado de bienestar mental que permite enfrentar el estrés, desarrollar habilidades, aprender y trabajar de forma adecuada, así como contribuir a mejorar la comunidad.⁽¹⁾ Se considera parte importante de la salud, un derecho de la persona y un elemento primordial para el desarrollo individual, social, económico y comunitario.

Asimismo, la OMS define la depresión como un estado de tristeza y pérdida de interés por las tareas por períodos de tiempo prolongados,⁽²⁾ sus síntomas se relacionan con la baja calidad de vida en estudiantes de ciencias de enfermería y medicina.⁽³⁾ La ansiedad consiste en el estado de agitación frente a una situación anticipada de peligro (por ejemplo, un examen) y altera el equilibrio mental;⁽⁴⁾ mientras que el estrés se entiende como la incapacidad de la persona para enfrentar las presiones del entorno. Esto ocasiona situaciones de difícil manejo que pueden derivar en un trastorno psicológico de gravedad.

La salud mental se altera por diversas causas. En el caso de los estudiantes universitarios los problemas de adaptación, las relaciones interpersonales, las exigencias académicas y los nuevos retos ocasionan una perturbación emocional y comportamental.⁽⁵⁾ Núñez y otros⁽⁶⁾ refieren que la depresión está determinada por diversas circunstancias como las exigencias académicas, la preocupación por el futuro y la aceptación en el entorno. Además, influye el factor socioeconómico, en especial en los estudiantes de escasos recursos.

Por tanto, la etapa universitaria se considera trascendental, porque significa un paso hacia la adultez y el contexto que implica. Intervienen las experiencias previas de cómo afrontar los cambios, junto con la importancia de la formación profesional, la constante preocupación y las expectativas familiares que, de no cumplirse, pueden frustrar al individuo y producir enfermedades de salud mental. Además, los estudiantes de ciencias de la salud practican con pacientes, por tanto, tienen mayores responsabilidades y exigencias, lo cual aumenta la posibilidad de desarrollar estos problemas y, si no se atienden a tiempo, pueden acarrear problemas familiares, personales y laborales.⁽⁸⁾

A nivel mundial, 280 millones de personas padecen de depresión, en especial las mujeres.⁽⁹⁾ En 2019 la ansiedad afectó a 301 millones de personas y representó el trastorno más usual.⁽²⁾ Con relación al estrés, lo sufren 314 millones de personas y de ellas solo el 3 % recibe algún tipo de atención médica o psicológica.⁽¹⁰⁾

El 7,7 % de las mujeres padece de ansiedad en la región de las Américas,⁽¹¹⁾ mientras que en Ecuador la depresión será la primera causa de discapacidad en pocos años.⁽⁸⁾ En Brasil se observa una asociación entre ansiedad, depresión, estrés y calidad de vida de los estudiantes, con mayor énfasis en los síntomas depresivos.⁽³⁾ En estudiantes de enfermería de Colombia, se encontraron aspectos negativos a consecuencia del estrés como la disminución del desempeño académico. También, cuando se obtienen puntajes bajos en ansiedad y estrés, resultan mejores el estado de salud y el bienestar individual.⁽¹²⁾

En el Perú, las carreras universitarias del área de la salud requieren mayor dedicación, responsabilidad y compromiso de los estudiantes. La naturaleza de las asignaturas implica la atención directa con los pacientes y familiares; asimismo, las exigencias académicas y el uso de la virtualidad desencadenan problemas de salud mental. Las investigaciones demuestran la presencia moderada de depresión, ansiedad y estrés, en los cursos de medicina.⁽¹⁰⁾ El

objetivo del estudio fue determinar los factores asociados a la ansiedad, la depresión y el estrés en estudiantes de ciencias de la salud.

Métodos

Se realizó una investigación analítica, de diseño no experimental en estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional Santiago Antúnez de Mayolo (UNASAM) y la Universidad Nacional de Barranca (UNAB). Participaron 339 estudiantes, seleccionados mediante muestreo probabilístico estratificado. Se trabajó con estudiantes de ambos sexos, debían estar matriculados en el primer semestre de 2024, ser mayores de 18 años y aceptar participar de forma voluntaria.

La recolección de datos se realizó vía online, por correo electrónico y WhatsApp, mediante la Escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21) que, adaptada para Perú por *Contreras* y otros,⁽¹³⁾ ha demostrado buena validez (coeficiente V de Aiken = 1.00) y alta confiabilidad (Alfa de Cronbach de 0,91 para depresión, y 0,88 para ansiedad y estrés). Este instrumento de 21 ítems se dividió en tres subescalas, y valoró los síntomas de ansiedad, depresión y estrés. Cada una de las subescalas tenía siete preguntas tipo Likert y las respuestas se evaluaron con puntuaciones entre 0 y 3. Los puntajes se calcularon con la sumatoria de cada subescala que varía entre 0 y 21 puntos, y clasifica los síntomas en normal, leve, moderado y severo. Se incluyeron en el cuestionario datos sociodemográficos de los estudiantes para conocer los factores asociados.

Los datos se procesaron con el programa SPSS 25, el análisis estadístico se realizó con la prueba Tau-b de Kendall, Rho de Spearman y el Odds Ratio. Asimismo, se presentaron los resultados en tablas con frecuencias simples y de doble entrada. El estudio se autorizó por el Comité de ética-UNASAM y cumplió con los principios éticos de la investigación científica. Esto permitió garantizar el anonimato y la confiabilidad de los resultados.

Resultados

El análisis bidimensional por medio de la prueba Tau-b de Kendall reflejó una correlación moderada de la depresión y la ansiedad con las carreras de enfermería y obstetricia de ambas universidades; en cambio, el estrés mostró una fuerte correlación con estas dos escuelas en la UNAB y una correlación moderada en las escuelas de la UNASAM (tabla 1).

Tabla 1 - Depresión, ansiedad y estrés según escuela profesional y universidad

Universidad	Escuela	Depresión						Total		p-valor/coeficiente
		Normal		Moderado		Severo				
		N	%	N	%	N	%	N	%	
UNAB	Enfermería	9	7	77	58	46	35	132	54	0,013/0,72
	Obstetricia	10	9	72	64	31	27	113	46	0,048/0,78
	Total	19	8	149	61	77	31	245	100	
UNASAM	Enfermería	4	8	26	52	20	40	50	53	0,056/0,28
	Obstetricia	3	7	23	52	18	41	44	47	0,031/0,76
	Total	7	7	49	52	38	40	94	100	
UNAB		Ansiedad						Total		p-valor
		Normal		Moderado		Severo				
		N	%	N	%	N	%	N	%	
	Enfermería	32	24	74	56	26	20	132	54	0,023/0,75
	Obstetricia	31	27	57	50	25	22	113	46	0,008/0,81
	Total	63	26	131	53	51	21	245	100	
UNASAM	Enfermería	10	20	25	50	15	30	50	53	0,017/0,79
	Obstetricia	8	18	24	55	12	27	44	47	0,000/0,83
	Total	18	19	49	52	27	29	94	100	
UNAB		Estrés						Total		p-valor
		Normal		Moderado		Severo				
		N	%	N	%	N	%	N	%	
	Enfermería	9	7	77	58	46	35	132	54	0,000/0,88
	Obstetricia	10	9	72	64	31	27	113	46	0,0012/0,79
	Total	19	8	149	61	77	31	245	100	
UNASAM	Enfermería	4	8	26	52	20	40	4	8	0,000/0,81
	Obstetricia	3	7	23	52	18	41	3	7	0,038/0,83

	Total	20	21	25	27	49	52	94	100	
--	-------	----	----	----	----	----	----	----	-----	--

De los factores asociados al estrés, la edad, el sexo y el estado civil presentaron una correlación moderada; para la universidad y la zona de residencia resultó muy baja, mientras que para la escuela profesional fue alta. La edad, el sexo, la universidad, la escuela profesional, el estado civil y la zona de residencia se asociaron poco con la ansiedad. La depresión se relacionó poco con el sexo, la universidad, la escuela profesional, el estado civil y la zona de residencia, pero la edad mostró una correlación moderada (tabla 2).

Tabla 2 - Factores asociados al estrés, la ansiedad y la depresión en estudiantes de ciencias de la salud

Variable asociada	Estrés	
	Rho de Spearman	p-valor
Edad	0,679	0,001
Sexo	0,427	0,000
Universidad	0,103	0,018
Escuela Profesional	0,701	0,000
Estado civil	0,629	0,048
Zona de residencia	0,012	0,561
Ansiedad		
Edad	0,165	0,075
Sexo	0,135	0,013
Universidad	0,095	0,082
Escuela Profesional	0,005	0,092
Estado civil	0,058	0,286
Zona de residencia	0,121	0,026
Depresión		
Edad	0,682	0,001
Sexo	0,102	0,060
Universidad	0,076	0,165
Escuela Profesional	0,054	0,325
Estado civil	0,094	0,061
Zona de residencia	0,020	0,714

Solo la escuela profesional predispuso a la ansiedad y la depresión. Los estudiantes de las escuelas evaluadas tuvieron 1,149 y 1,268 veces más probabilidad de desarrollar ansiedad y depresión, respectivamente. En cuanto a los factores de incidencia del estrés, los estudiantes de enfermería y obstetricia presentaron 1,031 veces mayor riesgo de padecer de depresión (tabla 3).

Tabla 3 - Factores de riesgo asociados al estrés, la ansiedad y la depresión en estudiantes de ciencias de la salud

Variables		Valor	IC 95 % Inferior	IC 95 % Superior
Ansiedad	Sexo	0,962	0,468	1,979
	Universidad	1,561	0,736	3,315
	Escuela	1,149	1,02	1,116
	Residencia	0,651	0,311	1,365
Depresión	Sexo	0,368	0,085	1,593
	Universidad	0,816	0,336	1,978
	Escuela	1,268	1,592	2,715
	Residencia	0,531	0,219	1,801
Estrés	Sexo	0,521	1,166	1,750
	Universidad	0,195	0,306	1,840
	Escuela	1,031	1,170	3,186
	Residencia	0,247	0,609	1,719

Discusión

Actualmente se observa un aumento de desórdenes emocionales en jóvenes y adolescentes que no se tratan de manera oportuna.⁽¹⁵⁾ La salud mental resulta clave para el buen rendimiento académico y la tranquilidad de los estudiantes.⁽¹⁶⁾ Cada año en el Perú uno de cada cinco personas padece de algún trastorno mental como depresión, ansiedad y estrés.⁽¹⁷⁾ Los informes del Instituto Nacional de Salud Mental indican que la prevalencia de depresión en adolescentes es de 7 % en Lima y Callao, 1,9 % en la selva y 2,1 % en Abancay.⁽¹⁸⁾

Resalta una investigación en Chile que alumnos de enfermería presentaron más ansiedad y estrés en comparación con otros estudiantes, debido al exceso de

carga académica, y el insuficiente tiempo para realizar las tareas y los exámenes.⁽¹⁹⁾ Los síntomas de depresión en las carreras de ciencias de la salud son más graves, dada la naturaleza de la formación, la responsabilidad en el cuidado de la persona y la atención de pacientes en la etapa final de la vida.⁽²⁰⁾

Los factores de riesgo también se relacionan con la carrera profesional, pues los contenidos del trabajo y las tareas académicas pueden afectar la salud física y mental o el desempeño académico.⁽²¹⁾ La ansiedad y la depresión resultan cada vez más alarmantes por sus síntomas y la incidencia negativos en los estudios,^(22,23) ya que limitan el potencial para realizar las actividades diarias y cumplir con las exigencias de la universidad.

En Grecia también preocupa el número de estudiantes con problemas de salud mental: el 35,8 % padece ansiedad y el 51,2 %, depresión. Entre los factores de riesgo se han identificado la edad, la escuela profesional y la universidad.⁽²⁴⁾ Las exigencias rigurosas del ámbito académico y los cambios generacionales de la actualidad llevan a los estudiantes a situaciones de estrés, ansiedad o depresión.⁽²⁵⁾ Los estudiantes de nutrición también presentaron problemas de salud mental y entre los factores sobresalió la carga académica del plan de estudios.⁽²⁶⁾ En Guatemala se destacaron tener múltiples tareas (67 %), la adaptación al entorno universitario (62 %) y las experiencias negativas en la universidad (82 %).⁽²⁷⁾

Asimismo, se ha encontrado que la edad y el estado civil se asocian con la ansiedad, la depresión y el estrés, lo cual coincide con este estudio.^(10,28) En estudiantes chilenos estos trastornos también se relacionan con el sexo femenino y la escuela de enfermería.⁽²⁹⁾ Sin embargo, en la Universidad Nacional de Asunción los altos índices de ansiedad y depresión no mantienen vínculo significativo con la edad.⁽¹⁶⁾

En el contexto de la vida universitaria se deben identificar y controlar los problemas de salud mental mediante la implementación de programas viables para garantizar el bienestar y paliar los efectos negativos de la ansiedad, la depresión y el estrés,⁽²¹⁾ además de diseñar estrategias que mitiguen esta situación, centradas en los factores de riesgo.⁽²⁰⁾

La recolección de los datos vía online pudo provocar sesgo en la información ya que los estudiantes quizás respondieron solo por cumplir con el llenado del

cuestionario. Asimismo, el tamaño de la muestra no permitió generalizar los resultados. Pese a las limitaciones anteriores, este estudio se consideró relevante para el contexto universitario. Los resultados evidenciaron que la escuela profesional (enfermería y obstetricia) provoca depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de ciencias de la salud. Por tanto, se sugieren implementar medidas y procedimientos de prevención; así como la identificación y el control de estos trastornos para asegurar en los estudiantes bienestar y buen rendimiento académico. De igual modo, se recomienda revisar y actualizar el plan curricular, la implementación de tutorías, la capacitación docente en estrategias de enseñanza aprendizaje y talleres para afrontar problemas de salud mental.

Referencias bibliográficas

1. Organización Mundial de la Salud (OMS). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. OMS; 2022 [acceso 26/09/2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
2. Organización Mundial de la Salud (OMS). Depresión. OMS; 2023 [acceso 20/07/2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
3. Batista PHB, Meireles AL, Ribeiro IKS, Abreu MNS, Paula W, Cardoso CS. Symptoms of depression, anxiety and stress in health students and impact on quality of life. Rev Latino-Am Enfermagem. 2023;31:e3885. DOI: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.6315.3885>
4. Cabeza A, Llumiquinga J, Capote G, Vaca M. Niveles de ansiedad entre estudiantes que inician y culminan la carrera en actividad física. Rev Cub Inv Bioméd. 2018 [acceso 26/07/2024];37(2):1-9. Disponible en: <https://revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/55/54>
5. Orco E, Huamán D, Ramírez S, Torres J, Figueroa L, Mejía C, *et al.* Asociación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes peruanos de segundo año de medicina. Rev Cub Inv Bioméd. 2022 [acceso 26/07/2024];41(1):e704. Disponible en: <https://revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/704>

6. Núñez A, Acosta V, Torres M. Caracterización psicológica de depresión y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Inv Desarrollo*. 2023;17(1):74-85. DOI: <https://doi.org/10.31243/id.v17.2023.1891>
7. Jiménez WA, Cusme NA, Cantuñi VP, Chasillacta FB, Egas FP. Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios. *LATAM Rev Latinoam Cienc Soc Hum*. 2023 [acceso 26/07/2024];4(3):978-88. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9586363>
8. Sandoval K, Morote-Jayaca P, Moreno-Molina M, Taype-Rondan A. Depresión, estrés y ansiedad en estudiantes de Medicina humana de Ayacucho (Perú) en el contexto de la pandemia por COVID-19. *Rev Colomb Psiquiatr*. 2023;52(supl 1):S77-84. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.10.005>
9. Organización Mundial de la Salud (OMS). Trastornos de ansiedad. OMS; 2023 [acceso 20/09/2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
10. Martinelli M, Cova V, Digiorgio L, Giménez L, Díaz M, Balbi M, *et al*. Calidad de la dieta y su relación con estados de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. *Revista ICU*. 2018 [acceso 16/08/2024];2(3):109. Disponible en: <https://revistas.umaza.edu.ar/icu/article/view/107>
11. García, A. Factores psicoemocionales y su incidencia sobre el estrés académico de los estudiantes de enfermería. *Rev RenovaT*. 2021 [acceso 20/08/2024];6(1):19-44. Disponible en: <https://revistas.sena.edu.co/index.php/rnt/article/view/4403>
12. Soriano JG, Pérez-Fuentes MC, Molero M, Tortosa B, González A. Beneficios de las intervenciones psicológicas en relación al estrés y ansiedad: Revisión sistemática y meta análisis. *Eur J Educ Psychol*. 2019;12(2):191-206. DOI: <https://doi.org/10.30552/ejep.v12i2.283>
13. Contreras-Mendoza I, Olivas-Ugarte L, De La Cruz-Valdiviano C. Escalas abreviadas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21): validez, fiabilidad y equidad en adolescentes peruanos. *Rev Psicol Clín Niños Adolesc*. 2021;(8)1: 24-30. DOI: <https://doi.org/10.21134/rpcna.2021.08.1.3>
14. Pérez J, Ortiz RM, Torales J, Barrios I. Salud mental en estudiantes de la Carrera de Kinesiología y Fisioterapia de la Universidad Nacional de Asunción.

Rev Nac (Itauguá). 2024;16(2):055-67. DOI:
<https://doi.org/10.18004/rdn2024.may.02.055-067>

15. Castillo-Martell H, Cutipé Y. Implementación, resultados iniciales y sostenibilidad de la reforma de servicios de salud mental en el Perú, 2013-2018. Rev Peru Med Exp Salud Púb. 2019;36(2):326-33. DOI: <http://dx.doi.org/10.17843/rpmesp.2019.362.4624>

16. Navarro J, Moscoso M, Calderón G. La investigación de la depresión en adolescentes en el Perú: una revisión sistemática. Liberabit. 2017;23(1):57-74. DOI: <https://doi.org/10.24265/liberabit.2017.v23n1.04>

17. Castillo C, Chacón T, Díaz G. Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. Inv Ed Med. 2016;5(20):230-7. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.03.001>

18. Henning MA, Chen J, Krägeloh CU, Hill EM, Booth R, Webster C. Un análisis comparativo y multinacional de la calidad de vida y los factores de aprendizaje de estudiantes universitarios de medicina y de otras carreras. Med Sci Educ. 2019;29(1):475-87. DOI: <http://dx.doi.org/10.1007/s40670-019-00716-2>

19. Monroy-Castillo A, Juárez-García A. Factores de riesgo psicosocial laboral en académicos de instituciones de educación superior en Latinoamérica: Una revisión sistemática. Propós Repr. 2019;7(3):248-60. DOI: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.361>

20. Aveiro TR, Greco L. Frecuencia de ansiedad, depresión y estrés en estudiantes de nutrición de la Universidad del Pacífico. Sal Cienc Tecnol. 2023;2:413. DOI: <https://doi.org/10.56294/sctconf2023413>

21. Fauzi MF, Anuar TS, Teh LK, Lim WF, James RJ, Ahmad R, *et al.* Stress, anxiety and depression among a cohort of health sciences undergraduate students: the prevalence and risk factors. Int J Environ Res Pub Health. 2021;8(6):3269. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph18063269>

22. Sazakli E, Leotsinidis M, Bakola M, Soultana K, Katsifara A, Konstantopoulou A, *et al.* Prevalencia y factores asociados de ansiedad y depresión en estudiantes de una universidad griega durante el confinamiento por COVID-19. J Salud Pública. 2021;10(3):2089. DOI: <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2089>

23. Romero F, Rodas RL, Sardi JM, Báez D, Franco F, Rodas LR, *et al.* Estudio de factibilidad sobre la práctica de Mindfulness para la reducción de síntomas de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes universitarios de la Ciudad de Yhú, Paraguay. *Rev Cient Cienc Sal.* 2023;5:e5115. DOI: <https://doi.org/10.53732/rccsalud/2023.e5115>
24. Trunce ST, Villarroel P, Arntz JA, Muñoz SI, Werner KM, Trunce ST, *et al.* Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investig Educ Méd.* 2020;9(36):8-16. DOI: <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20229>
25. Rivera C. Factores desencadenantes de riesgo psicosocial y su asociación con la salud mental en estudiantes universitarios: Un estudio transversal. *Rev Acad CUNZAC.* 2024;4(2):90-101. DOI: <https://doi.org/10.46780/sociedadcunzac.v4i2.144>
26. Vinaccia S, Ortega A. Variables asociadas a la ansiedad-depresión en estudiantes universitarios. *Univ Psychol.* 2020;19:1-13. DOI: <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy19.vaad>
27. Rabanal H, Aguilar P, Figueroa P, Peralta A, Rodríguez J, Yupari I. Características asociadas a la depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios. *Enferm Global.* 2023;22(3):152-66. DOI: <https://doi.org/10.6018/eglobal.553991>
28. Arntz J, Trunce S, Villarroel G, Werner K, Muñoz S. Relación de variables sociodemográficas con niveles de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios. *Rev Chil Neuro-Psiquiat.* 2022;60(2):156-66. DOI: <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272022000200156>
29. Ñahui H, Casimiro J, Soto J, Salazar J, Pareja L. Actividad física y estrés en estudiantes universitarios peruanos. *Rev Cub Inv Bioméd.* 2023 [acceso 20/09/2024];42:e3099. Disponible en: <https://revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/3099>

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

Contribución de autores

Conceptualización: Silvia Elizabet Reyes Narváez.

Curación de contenidos y datos: Silvia Elizabet Reyes Narváez.

Análisis formal: Silvia Elizabet Reyes Narváez.

Adquisición de fondos: María Santos Oyola Canto.

Investigación: María Santos Oyola Canto.

Administración del proyecto: Juan Hugo Romero Acevedo.

Recursos materiales: Juan Hugo Romero Acevedo.

Supervisión: Silvia Elizabet Reyes Narváez.

Validación: Silvia Elizabet Reyes Narváez.

Visualización: Silvia Elizabet Reyes Narváez.

Redacción-borrador original: Silvia Elizabet Reyes Narváez.

Redacción-revisión y edición: Silvia Elizabet Reyes Narváez.