

Capítulo 4

Estrés, depresión y ansiedad en estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19¹⁸

Adriana Irene Chamorro Ruiz¹⁹

Jorge Andrés López Eraso²⁰

Paola Andrea Ayala-Burbano²¹

Cítese como: Chamorro-Ruiz, A. I., López-Eraso, J. A. y Ayala-Burbano P. A. (2024). Estrés, depresión y ansiedad en estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19. En P. A. Ayala-Burbano y R. H. Eraso-Angulo (comps.), *Perspectivas actuales en investigación e innovación en salud desde un enfoque multidisciplinar* (pp. 59-75). Editorial UNIMAR. <https://doi.org/10.31948/editorialunimar.185.c278>

Introducción

La crisis mundial, producto de la pandemia generada por el virus SARS-CoV-2, provocó un impacto generalizado en una serie de sectores de la sociedad, incluyendo la educación, que llevó a repensar los supuestos sobre esta, incluyendo la educación superior (ES) (Rapanta et al., 2021). En este sentido, el sistema educativo enfrentó una serie de modificaciones que incluyeron la adaptación de los currículos, la

¹⁸ Capítulo resultado de la investigación titulada: *Contingencia sanitaria y su impacto en la educación virtual superior en la Universidad Mariana periodo 2020-2021*, del programa de Tecnología en Radiodiagnóstico y Radiografía año 2022-2023

¹⁹ Magíster en Epidemiología. Instrumentadora Quirúrgica. Profesora investigadora de Tecnología en Radiodiagnóstico y Radiografía, Universidad Mariana.

²⁰ Tecnólogo en Radiodiagnóstico y Radioterapia. Profesor investigador de Tecnología en Radiodiagnóstico y Radiografía, Universidad Mariana.

²¹ Doctora en Ciencias. Magíster en Genética Evolutiva y Biología Molecular. Bióloga. Profesora investigadora del programa de Tecnología en Radiodiagnóstico y Radiografía, Universidad Mariana.

búsqueda de estrategias de enseñanza para motivar a los estudiantes e incluso, la revisión de las formas de evaluación del trabajo (Ashour et al., 2021; Jandrić et al., 2022; Melo et al., 2021). En este contexto, las instituciones educativas de todo el mundo, fueron inesperadamente obligadas a iniciar una enseñanza remota en todas las disciplinas y en todos los niveles y, a desarrollar una mayor capacidad a través de nuevas tecnologías que cuentan con características propias en cuanto a espacios, tiempos, comunicación e interacción (Ashour et al., 2021).

El cese de las instituciones educativas y los cambios en los métodos de enseñanza y aprendizaje resultaron en un impacto en las habilidades cognitivas y no cognitivas de los estudiantes, debido principalmente a la disminución del tiempo dedicado al aprendizaje, las modificaciones en la forma como los estudiantes interactúan, un aumento en las disparidades en el acceso y los logros educativos, así como la aparición de trastornos emocionales (Di Pietro et al., 2020; Melo et al., 2021).

Trastornos del estado de ánimo como la ansiedad, tristeza, rabia, irritabilidad y estrés, han sido observados específicamente durante los períodos de cuarentena en muchas investigaciones (Ramij y Sultana, 2020; Sifat, 2021). Estos trastornos tienen el potencial de afectar negativamente la calidad de vida y el desempeño académico, manifestándose en una disminución de la empatía, dificultades en las relaciones interpersonales, baja autoconfianza e incluso pensamientos suicidas (January et al., 2018; Mofatteh, 2021). Durante el brote de SARS, muchos investigadores estudiaron el impacto psicológico en la comunidad no infectada y revelaron morbilidades psiquiátricas significativas que asociaron con una edad más joven y un aumento de la autoculpabilidad (Sim et al., 2010; Wang et al., 2020). Otros autores encontraron recientemente que, durante el brote de COVID-19, los estudiantes universitarios sufrieron trastorno de estrés postraumático, ira, miedo, tristeza, nerviosismo y trastornos emocionales (Al-Rabiaah et al., 2020; Brooks et al., 2020; Cao et al., 2020).

Considerando que los jóvenes universitarios enfrentan diversos factores de riesgo durante su paso por la universidad y, que estos aumentaron debido al confinamiento ocasionado por la crisis sanitaria, el propósito de esta investigación fue evaluar los niveles de depresión, ansiedad y estrés experimentados por los estudiantes de pregrado y posgrado de la Universidad Mariana, como consecuencia de la 'cuarentena en el hogar' y el brote de COVID-19. Así, se identificó la asociación entre depresión, ansiedad y estrés con variables demográficas. Los hallazgos obtenidos proporcionan información valiosa sobre el estado de salud mental de los estudiantes, lo cual sirve como punto de partida para desarrollar estrategias y programas de intervención que prevengan el deterioro de la calidad de vida y el rendimiento académico de los futuros profesionales.

Materiales y métodos

Se empleó un diseño descriptivo, transversal, cuantitativo y correlacional para medir los niveles de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de la Universidad Mariana en Pasto, Nariño, Colombia. La población de estudio correspondió a los estudiantes de pregrado y posgrado matriculados en el año académico 2020-2021, totalizando 6.776. El tamaño mínimo de muestra requerido fue de 364 participantes con un intervalo de confianza del 95 %, la cual fue calculada mediante el software de decisión Analyst STATS versión 2.0.

El instrumento de recolección de información incluyó variables sociodemográficas como: edad, sexo, estado civil, estrato socioeconómico y, la versión corta de DASS-21.1, instrumento psicométrico desarrollado y validado por el Laboratorio de Psicología Clínica de la Fundación Universitaria Konrad Lorenz. El DASS-21 está compuesto por tres subescalas diseñadas para medir los estados emocionales negativos de depresión, ansiedad y estrés. Cada subescala consta de 14 ítems y cada ítem está dividido en subescalas de 2-5 ítems. La escala de depresión evaluó disforia, desesperanza, devaluación de la vida, autodesprecio, falta de interés/ implicación, anhedonia e inercia. Por otra parte, la escala de ansiedad evaluó la excitación autonómica, los efectos sobre el músculo esquelético, la ansiedad situacional y la experiencia subjetiva del afecto ansioso. Finalmente, la escala de estrés es sensible a los niveles de excitación crónica inespecífica y evaluó la dificultad para relajarse, la excitación nerviosa y la facilidad para enfadarse/ agitarse, irritarse/reaccionar excesiva e impacientemente.

Tabla 1

Clasificación versión corta de la escala DASS-21

	Depresión	Ansiedad	Estrés
Normal	0-5	0-3	0-7
Leve	5-6	4	8-9
Moderada	7-10	5-7	10-12
Severa	11-13	8-9	13-16
Extremadamente severa	14+	10+	17+

La recopilación de la información se llevó a cabo a través de una encuesta en línea desarrollada en Google Forms (Google LLC, EE. UU.), durante el período de ‘cuarentena domiciliaria’ desde el 17 de abril hasta el 21 abril de 2020. El estudio fue aprobado por el Comité de Ética de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Mariana. Se solicitó a los participantes la firma del consentimiento informado; los datos personales fueron tratados de forma confidencial, dado que se recopiló información de identificación para promover la confidencialidad de los participantes.

Los datos fueron analizados con el programa *Statistical Package for Social Sciences* (IBM-SPSS v 24). Se aplicó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para comprobar la distribución de los datos. La descripción de las características de la muestra se realizó mediante estadísticas descriptivas. Para analizar las diferencias en las puntuaciones promedio de depresión, ansiedad y estrés con relación a variables demográficas, educativas y de estilo de vida, se llevó a cabo un análisis bivariado utilizando la prueba t. Se utilizó la correlación de Rho de Spearman para detectar las correlaciones entre la depresión, la ansiedad y el estrés con las variables de edad y estrato socioeconómico.

Resultados

Datos demográficos

La muestra estuvo constituida por 352 estudiantes de pregrado y posgrados, de los cuales 218 (61,9 %) eran del sexo femenino y 134 (38,0 %) de sexo masculino (Tabla 2). La media de la edad de los participantes osciló entre 16 y 30 años con una media entre 20 y 23 años. En cuanto al estado civil, el 93,44 % de la población es soltero, mientras que el 3,13 % es casado y el 3,41 % manifestó estar en unión libre. El estrato socioeconómico predominante en los participantes fue bajo (75.3, N=265) (Tabla 2).

Tabla 2

Caracterización de los participantes (N = 352)

Variable	N	Porcentaje (%)
Género		
Femenino	218	61.93
Masculino	134	38.06
Estado civil		
Soltero	328	93.44
Casado	11	3.13
Unión Libre	12	3.41
Estrato socioeconómico		
Bajo	265	75.3
Medio	81	23.0
Alto	6	1.70

Factores asociados al estrés, ansiedad y depresión en la población estudiantil de la Universidad Mariana

El rendimiento académico, el nivel de comprensión acerca de los diferentes temas vistos en medio de la virtualidad, el incremento de las actividades domésticas en contingencia por el confinamiento, el tiempo dedicado a las actividades estudiantiles y la interacción social con otras personas, parecen factores desencadenantes del estrés, ansiedad y depresión. En este sentido, nuestros resultados mostraron que el 33,2 % (N=117) de la población estudiantil analizada manifestó haber sido afectada negativamente por la contingencia sanitaria en su rendimiento académico, de los cuales, el 7,7 % (N=27) prorrogó un semestre por la crisis sanitaria (Tabla 3). Sin embargo, los resultados relacionados con la comprensión de las diferentes temáticas estudiantiles vistas mediante la virtualidad mostraron que, apenas el 21,9 % (N=77) de ellos manifestó presentar dificultad en el aprendizaje (Tabla 3).

Tabla 3

Frecuencia de estudiantes que se vieron afectados en cuanto al rendimiento académico, nivel de comprensión acerca de los diferentes temas vistos en medio de la virtualidad, incremento de las actividades domésticas, tiempo dedicado a las actividades estudiantiles e interacciones sociales

Afectación del rendimiento académico		
	Frecuencia	Porcentaje
Sí	117	33.20
No	235	66.80
Total	352	100
Estudiantes que prorrogaron		
	Frecuencia	Porcentaje
Sí	30	8,5
No	322	91,5
Total	352	100
Nivel de comprensión		
	Frecuencia	Porcentaje
Negativo	77	21.9
Positivo	83	23.6
Neutral	192	54.5
Total	352	100

Actividades domésticas		
	Frecuencia	Porcentaje
Dificultad	267	75.9
Sin dificultad	15	4.3
Neutro	70	19.9
Total	352	100
Tiempo dedicado a otras actividades		
	Frecuencia	Porcentaje
Menos que antes	54	15.3
Más que antes	84	24
Sin cambios	214	61
Total	352	100

Aunque no se discriminó las actividades domésticas, los resultados mostraron que estas incrementaron en un 75,9 % de los participantes, quienes además manifestaron tener dificultad en estudiar y llevarlas a cabo. Por otro lado, se puede evidenciar que el 61 % de los participantes, manifestó no dedicar tiempo a otras actividades diferentes, mientras que el 24 % de la comunidad estudiantil dijo invertir su tiempo en otras actividades diferentes a las que comúnmente realizaba antes de la pandemia. Por otra parte, el 15,3 % expresó gastar menos tiempo en las actividades realizadas.

Con relación a las interacciones sociales en el confinamiento, un 32,4 % (N=114) afirmó que hubo una disminución en las relaciones personales con los amigos fuera y, un 28,1 % (N=99) dentro de la universidad desde que comenzó la crisis sanitaria producto del COVID-19. Sin embargo, el 23,3 % indicó que las interacciones sociales aumentaron con relación al uso de plataformas, redes y dispositivos tecnológicos de comunicación, al comparar con la presencialidad (Tabla 4).

Tabla 4

Frecuencia de estudiantes que se vieron afectados con relación a las interacciones sociales

	Interacciones sociales							
	Profesores		Amigos fuera de la universidad		Amigos de la universidad		Familia	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Menos que antes	104	29.5	114	32.4	99	28.1	68	19.3
Considerablemente menos que antes	9	2.6	15	4.3	17	4.8	15	4.3
Igual que antes	123	34.9	119	33.8	123	34.9	132	37.5
Más que antes	99	28.1	83	23.6	96	27.3	102	29.0
Considerablemente más que antes	17	4.8	21	6.0	17	4.8	35	9.9
Total	352	100	352	100	352	100	352	100

Niveles y prevalencia de la depresión, ansiedad y estrés

Las puntuaciones medias de estrés, ansiedad y depresión fueron clasificadas como normales (media = 5,4; SD= 5,0; media = 3.94, SD= 4,8; media = 4,5, SD= 5,1); muestran que la puntuación media para la ansiedad fue clasificada como leve (media = 3,9, SD= 4,8). Las prevalencias de estrés, ansiedad y depresión en los diferentes niveles fueron: 25,3 %, 42,0% y 40,0,7 %, respectivamente (Tabla 5).

Tabla 5

Puntuaciones medias y porcentajes de prevalencia por niveles de estrés, ansiedad y depresión de acuerdo con la escala DASS-21 (N =352)

	Media	Normal (%)	Leve (%)	Moderado (%)	Severo (%)	Extremadamente severo (%)	Prevalencia (%)
Estrés	5,40	74,7	6,8	8,5	6,3	3,7	25,3
Ansiedad	3,94	58,0	8,0	20,0	4,0	10,0	42,0
Depresión	4,5	60,0	7,0	17,0	6,0	10,0	40,0

Nota. Se indica las puntuaciones de cada subescala clasificadas en cinco niveles de acuerdo con la escala DASS-21: Normal, Leve, Moderado, Grave y Extremadamente grave. Para la subescala ‘Estrés’ la puntuación utilizada fue: normal; 8-9 estrés leve; 10-12 estrés moderado; 13-16 estrés severo; 17 o más, estrés extremadamente severo. Para la subescala ‘Ansiedad’ la puntuación utilizada fue: 4 ansiedad leve; 5-7 ansiedad moderada; 8-9 ansiedad severa; 10 o más, ansiedad extremadamente severa. Para la subescala ‘Depresión’, la puntuación utilizada fue: 5-6 depresión leve; 7-10 depresión moderada; 11-13 depresión severa; 14 o más, depresión extremadamente severa.

Asociaciones de ansiedad, estrés y depresión, con las variables demográficas

Los resultados del análisis de correlación mostraron que existe una correlación negativa entre la edad y la depresión y, el estrato socioeconómico y la depresión. Estos datos demuestran que la prevalencia de la depresión disminuye a medida que las personas envejecen; es decir, es menos común, en comparación con los grupos de edad más jóvenes.

Con respecto al estrato socioeconómico, se considera que las personas con un estatus socioeconómico más bajo tienen una mayor probabilidad de experimentar depresión, en comparación con aquellas de estatus socioeconómico más alto. Para la variable ‘Estrés’, también se observó diferencias estadísticamente significativas entre esta y el estrato socioeconómico. Finalmente, para la variable ‘Ansiedad’, no se encontró correlación significativa con ninguna de las variables demográficas asociadas (Tabla 6).

Tabla 6

Asociaciones de depresión, ansiedad y estrés con la demografía (N = 352)

Variable	Estrés		Ansiedad		Depresión	
	Estadístico	p	Estadístico	p	Estadístico	p
Edad	-0.081	0.13	-0,046	0,39	-0.105*	0.05
Estrato Socioeconómico	0.115*	0.031	0,092	0,085	0.146**	0.006

Discusión

Este estudio representa la primera investigación que aborda los aspectos psicológicos de los estudiantes de pregrado y posgrado de la Universidad Mariana con relación a la crisis sanitaria que resultó en un bloqueo global y una cuarentena domiciliaria durante la pandemia causada por el COVID-19.

Los trastornos del estado de ánimo como la ansiedad, tristeza, ira e irritabilidad han sido observados durante los períodos de cuarentena en muchas investigaciones, los cuales han tenido múltiples factores desencadenantes (Shabbir et al., 2022). En este sentido, observamos que el rendimiento académico, el nivel de comprensión acerca de los diferentes temas vistos en medio de la virtualidad, el incremento de las actividades domésticas en contingencia por el confinamiento, el tiempo dedicado a las actividades estudiantiles y la interacción social con otras personas fueron afectados y parecen ser factores desencadenantes del estrés, ansiedad y depresión.

Con respecto al rendimiento académico, parte de la población analizada expresó haber sido afectada negativamente por el confinamiento; incluso, este factor fue la principal causa para que algunos de los estudiantes hayan pedido prorrogar el semestre. De acuerdo con el estudio de Fenollar et al. (2007), el desempeño académico de los estudiantes universitarios es un aspecto fundamental dentro del ámbito de la educación superior; esto se debe a que existen diversos factores, como: actitudinales, psicológicos y contextuales, que están asociados al éxito académico (Bustamante-Ara et al., 2022; Fenollar et al., 2007; Pérez-López e Ibarrondo-Dávila, 2020). En el contexto de Colombia, una investigación llevada a cabo por Melo et al. (2021) reveló que, en el ámbito de la educación superior, se ha observado una disminución en el número de estudiantes matriculados, acompañada de un incremento en la deuda de las universidades privadas. Además, se notó un aumento de las tasas de deserción y repitencia escolar, así como una agudización de las brechas en los resultados de las pruebas Saber Pro, teniendo en cuenta diferentes características socioeconómicas de los estudiantes.

Por otra parte, los resultados relacionados con la comprensión de las diferentes temáticas estudiantiles cursadas a través la virtualidad, mostraron que apenas

una pequeña parte de los estudiantes (21,9 % N=77) presentaba dificultad en el aprendizaje. Algunos estudios resaltan que, es probable que los resultados de los estudiantes de educación superior no hayan sido afectados en forma considerable con la virtualidad, gracias a una mejor adaptación a las nuevas formas de enseñanza por parte de estos, contrariamente a lo observado en la educación básica y primaria (El Said, 2021; Melo et al., 2021).

Sin embargo, el mayor inconveniente reportado asociado a la educación virtualidad, fue el aislamiento al que los estudiantes fueron sometidos, puesto que la interacción con el docente y/o compañeros fue escasa, además de la dificultad para acceder a los recursos educativos (Tichapondwa y Tau, 2009). Estos hallazgos coinciden con los resultados obtenidos en este estudio, los cuales indicaron que un tercio, es decir, el 33,2 % (N=117) de los estudiantes evaluados, informaron que la crisis sanitaria tuvo un impacto negativo en su desempeño académico.

En cuanto a las consecuencias generadas por la pandemia, también se debe destacar las medidas de contención en la vida cotidiana de las familias, las cuales han sido importantes y han modificado la dinámica familiar de manera significativa (Sanz y Pérez, 2021). En este sentido, los resultados mostraron que hubo un aumento significativo en dichas actividades (75,9 %), sobre todo en mujeres, quienes manifestaron tener dificultad en estudiar y llevar a cabo estas actividades. Según estos autores, estos resultados reafirman la desigualdad de género en el reparto de las tareas domésticas, tanto en la situación anterior a la pandemia en 2019, como en el período de confinamiento en 2020.

La reclusión en el hogar de ambos convivientes no solo no ha modificado las prácticas anteriores, sino que confirma la hipótesis de que han sido las mujeres quienes han asumido la mayoría de las tareas (Alon et al., 2020; Gonzales & Cuenca, 2020). En este sentido, recientemente algunos autores evidencian los impactos de la desigualdad de género causados por la COVID-19 en diferentes países, los cuales han destacado que son las mujeres quienes pasaron más tiempo ejerciendo labores de cuidado no remuneradas que los hombres y, que es más probable que sea la madre y no el padre, quien reduzca su jornada laboral para aumentar el tiempo en el cuidado de los niños y ayudar con la educación en línea (Xue y McMunn, 2021). La información presentada en este estudio evidencia que, a pesar de no haberse discriminado las labores domésticas realizadas por los participantes, fueron las mujeres quienes soportaron la carga más significativa en lo que respecta a las responsabilidades del hogar, lo que tuvo un impacto negativo en su rendimiento académico.

Respecto a las interacciones sociales, este estudio mostró que, aunque la mayoría de participantes no manifestó inicialmente cambios con relación a esta variable, una fracción de los estudiantes sí expresó una disminución en las relaciones personales desde que comenzó la crisis sanitaria (26,7 %). De acuerdo

con Castro et al. (2021), las transformaciones repentinas y sorprendidas, junto con las dinámicas generadas por el confinamiento, tuvieron un impacto significativo en la subjetividad y en las formas de establecer vínculos sociales; así, la pandemia constituyó un acontecimiento que cambió las prácticas de relación, cuidado y, la manera de vincularse con los demás, transformando la forma de convivir, llevando a la construcción de nuevas formas de relacionarse con los demás (Castro et al., 2021; Robles y Sato, 2020). Se ha reportado que la brusca interrupción de las relaciones sociales fuera del ámbito familiar ha ocasionado un considerable sufrimiento y ha provocado un retroceso en los procesos de independencia de los estudiantes universitarios (Castro et al., 2021). De acuerdo con la información proporcionada por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), el aislamiento social ha sido identificado como uno de los principales factores desencadenantes del incremento en trastornos del estado de ánimo, tales como depresión, ansiedad, tristeza, ira, irritabilidad y estrés.

En este contexto, aunque la crisis sanitaria representó un desafío inicial para todos, ciertos subgrupos de la población, como los estudiantes universitarios, enfrentaron un mayor riesgo de experimentar problemas de salud mental (Wang et al., 2020). Aunque nuestro estudio evidenció que los estudiantes universitarios sufren un nivel de ansiedad, estrés y ansiedad normal y leve, la prevalencia de estas tres variables es más alta que los niveles típicos en circunstancias ordinarias.

Los datos relacionados con la prevalencia de ansiedad y depresión evidencian que existe un nivel de síntomas severos de ansiedad y depresión en los participantes (42,0 % y 40,0 %, respectivamente). Estos resultados pueden deberse a las repentinas y abrumadoras tareas y sesiones académicas en línea, añadidas a la aprehensión social por la letalidad y el brote de COVID-19 (Hamaideh et al., 2022). Además, la implementación de nuevos métodos educativos en todos los niveles, llevó a un cambio de esquema de aprendizaje, generando estrés y/o ansiedad.

Por otra parte, los estudiantes universitarios pueden sufrir ansiedad como una reacción debido a múltiples factores como el fracaso o las evaluaciones de su aprendizaje (Cooper et al., 2018). Es así como los estudiantes con trastorno de ansiedad, por lo general, exhiben falta de interés en el aprendizaje y, por lo tanto, bajo rendimiento académico (Vitasari et al., 2010). Estudios realizados previamente muestran que, la salud mental ante la emergencia sanitaria generada por el COVID-19, fue afectada de manera significativa, puesto que el 27 % de la muestra empleada reportó sentir ansiedad y, el 15 %, depresión (Rajkumar, 2020).

Además, este estudio también mostró que el estrato socioeconómico de los estudiantes puede ser considerado un factor que influye significativamente en su bienestar psicológico, puesto que se observó una correlación entre esta variable y el estrés y la depresión. Estos datos concuerdan con los encontrados por Arrieta et al. (2012) quienes, en un estudio realizado con universitarios colombianos notaron

que, los que pertenecen a estratos socioeconómicos bajos, evidenciaban mayor sintomatología ansiosa. Según Ferrel et al. (2021), el estrato socioeconómico aparece como un factor desencadenante para los trastornos de estado de ánimo dado que, a menor estrato socioeconómico, mayor nivel de depresión y ansiedad. Además, algunos estudios sugieren que la prevalencia de sintomatología depresiva supera el 20 % y que los universitarios pertenecientes a estratos socioeconómicos bajos presentan mayores niveles de depresión (Ferrel et al., 2011; Pego-Pérez et al., 2018). En cuanto a la edad y los trastornos del estado de ánimo, los hallazgos de esta investigación coinciden con los resultados encontrados por Miranda et al. (2000) y Ferrel et al. (2011), quienes indican que la edad está directamente relacionada con el desarrollo de la depresión y la ansiedad, siendo más prevalente en edades comprendidas entre los 18 y 24 años, aunque también pueden persistir hasta la edad adulta (Miranda et al., 2000).

Aunque los resultados obtenidos en este estudio no mostraron una asociación con otras características clínicas de episodios depresivos y ansiosos, es notable la prevalencia encontrada con relación a las variables de estrés, ansiedad y depresión. En este sentido, la importancia de esta investigación radica en proporcionar una evidencia significativa de síntomas ansiosos, depresivos y estresantes en estudiantes de pregrado y posgrado de la Universidad Mariana, lo que constituye un acercamiento al conocimiento de su estado de salud mental. A partir de lo expuesto, podemos inferir que los estudiantes universitarios, en general, son considerados un grupo vulnerable para el desarrollo de trastornos del estado de ánimo y, que las presiones sociales y académicas, como las provocadas por la situación de contingencia sanitaria, podrían agravar los síntomas asociados a dichos trastornos.

Finalmente, los hallazgos obtenidos en este estudio permiten sugerir la necesidad de implementar acciones de prevención por parte de la institución tanto a nivel de investigación, como de intervención, con el principal objetivo de dar acompañamiento a los estudiantes en cuanto a las conductas que pueden abarcar deserciones, reiteradas crisis de ansiedad y, hasta intento o, actos suicidas.

Conclusiones

Los resultados de este estudio evidencian que el bienestar de los estudiantes universitarios está estrechamente relacionado con su salud mental.

El rendimiento académico, el nivel de comprensión acerca de los diferentes temas vistos en medio de la virtualidad, el incremento de las actividades domésticas en contingencia por el confinamiento, el tiempo dedicado a las actividades estudiantiles y la interacción social con otras personas fueron afectados y, parecen ser los factores desencadenantes del estrés, la ansiedad y la depresión.

Si bien la mayor parte de los participantes de esta investigación mostró niveles normales de estrés, ansiedad y depresión, se observó una prevalencia moderada, con relación a ansiedad y depresión, lo que nos permite inferir que algunos estudiantes estaban experimentando dificultades en su salud mental, probablemente antes del confinamiento.

El estrato socioeconómico de los estudiantes puede ser considerado un factor que influye significativamente en su bienestar psicológico, puesto que se evidenció una correlación negativa entre esta variable y el estrés y la depresión. Así mismo, la edad tiene relación directa con el desarrollo de depresión y ansiedad, siendo los 18 y los 24 años, las edades de mayor prevalencia de estos trastornos, aunque puede extenderse hasta la adultez.

En consecuencia, se hace evidente la necesidad de realizar pruebas de detección en estudiantes universitarios al comienzo de su trayectoria académica, con el propósito de identificar factores de riesgo. Asimismo, es crucial implementar programas de prevención de salud mental de forma continua a nivel institucional, con el objetivo de detectar tempranamente este tipo de trastornos.

Referencias

- Alon, T., Doepke, M., Olmstead-Rumsey, J., & Tertilt, M. (2020). The Impact of COVID-19 on Gender Equality. https://www.nber.org/system/files/working_papers/w26947/w26947.pdf
- Al-Rabiaah, A., Temsah, M. H., Al-Eyadhy, A. A., Hasan, G. M., Al-Zamil, F., Al-Subaie, S., Alsohime, F., Jamal, A., Alhaboob, A., Al-Saadi, B., & Somily, A. M. (2020). Middle East Respiratory Syndrome-Corona Virus (MERS-CoV) associated stress among medical students at a university teaching hospital in Saudi Arabia. *Journal of Infection and Public Health*, 13(5), 687-691. <https://doi.org/10.1016/j.jiph.2020.01.005>
- Arrieta, K., Díaz, S. y Gonzáles, F. (2012). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de odontología: prevalencia y factores relacionados. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 42(2), 173-181. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80629187004>
- Ashour, S., El-Refae, G. A., & Zaitoun, E. A. (2021). Post-pandemic higher education: Perspectives from university leaders and educational experts in the United Arab Emirates. *Higher Education for the Future*, 8(2), 219-238. <https://doi.org/10.1177/234763112111007261>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(Issue 10227), 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Bustamante-Ara, N., Russell, J., Godoy-Cumillaf, A., Merellano-Navarro, E., & Uribe, N. (2022). Academic performance, physical activity, sleep and gender in university students during the pandemic-2020. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 17(53), 109-131. <https://doi.org/10.12800/ccd.v17i53.1897>
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- Castro, N. E., Sosa, K., Franco, J. D., Espinosa, J., Herrera, P., Ziadé, D., Ladino, S., Suárez, J., Velasco, N., Rodríguez, N. y Ascanio, P. (2021). Interacciones sociales, espacio-tiempo y subjetividad de los estudiantes universitarios durante el confinamiento. *Tramas. Subjetividad y Procesos Sociales*, 32(56), 169-216.

- Cooper, K. M., Downing, V. R., & Brownell, S. E. (2018). The influence of active learning practices on student anxiety in large-enrollment college science classrooms. *International Journal of STEM Education*, 5(1). <https://doi.org/10.1186/s40594-018-0123-6>
- Di Pietro, G., Biagi, F., Costa, P., Karpiński, Z., Mazza, J., & European Commission Joint Research Centre. (2020). *The likely impact of COVID-19 on education: reflections based on the existing literature and recent international datasets*. <https://ideas.repec.org/p/ipt/iptwpa/jrc121071.html>
- El Said, G. R. (2021). How did the COVID-19 pandemic affect higher education learning experience? An empirical investigation of learners' academic performance at a university in a developing country. *Advances in Human-Computer Interaction*, 2021, 1-10. <https://doi.org/10.1155/2021/6649524>
- Fenollar, P., Román, S., & Cuestas, P. J. (2007). University students' academic performance: An integrative conceptual framework and empirical analysis. *British Journal of Educational Psychology*, 77(4), 873-891. <https://doi.org/10.1348/000709907X189118>
- Ferrel, R. F., Barros, A. C. y Hernández, O. (2011). Depresión y factores sociodemográficos asociados en estudiantes universitarios de ciencias de la salud de una universidad pública (Colombia). *Psicología desde El Caribe*, (27), 40-60.
- Gonzales, M. J. y Cuenca, C. (2020). Pandemia sanitaria y doméstica. El reparto de las tareas del hogar en tiempos del COVID-19. *Revista de Ciencias Sociales*, 26(4), 28-34. <https://doi.org/10.31876/rcs.v26i4.34644>
- Hamaideh, S. H., Al-Modallal, H., Tanash, M., & Hamdan-Mansour, A. (2022). Depression, anxiety, and stress among undergraduate students during COVID-19 outbreak and 'home-quarantine'. *Nursing Open*, 9(2), 1423-1431. <https://doi.org/10.1002/nop2.918>
- Jandrić, P., Martinez, A. F., Reitz, C., Jackson, L., Grauslund, D., Hayes, D., Lukoko, H. O., Hogan, M., Mozelius, P., Arantes, J. A., Levinson, P., Ozoliņš, J. J., Kyrlo, J. D., Carr, P. R., Hood, N., Tesar, M., Sturm, S., Abegglen, S., Burns, T., ... Hayes, S. (2022). Teaching in the Age of Covid-19 -The New Normal. In *Postdigital Science and Education*, 4(3), 877-1015. <https://doi.org/10.1007/s42438-022-00332-1>
- January, J., Madhombiro, M., Chipamaunga, S., Ray, S., Chingono, A., & Abas, M. (2018). Prevalence of depression and anxiety among undergraduate university students in low -and middle- income countries: A systematic review protocol. *Systematic Reviews*, 7(1). <https://doi.org/10.1186/s13643-018-0723-8>

- Melo, A., Ramos-Forero, J. E., Rodríguez, J. L. y Zárata-Solano, H. M. (2021). *Efecto de la pandemia sobre el sistema educativo: El caso de Colombia*. Banco de la República.
- Miranda, C., Gutiérrez, J., Bernal, F. y Escobar, C. (2000). Prevalencia de depresión en estudiantes de medicina de la Universidad del Valle. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 29(3), 251-260.
- Mofatteh, M. (2021). Risk factors associated with stress, anxiety, and depression among university undergraduate students. *AIMS Public Health*, 8(1), 36-65. <https://doi.org/10.3934/publichealth.2021004>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2022). Trastornos mentales. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- Pego-Pérez, E., Rio-Nieto, M. C., Fernández, I., & Gutiérrez-García, E. (2018). Prevalencia de sintomatología de ansiedad y depresión en estudiantado universitario del Grado en Enfermería en la Comunidad Autónoma de Galicia. *ENE*, 12(2). <https://doi.org/10.35667/MetasEnf.2019.22.1003081432>
- Pérez-López, M. C., & Ibarrondo-Dávila, M. P. (2020). Key variables for academic performance in university accounting studies. A mediation models. *Innovations in Education and Teaching International*, 57(3), 374-385. <https://doi.org/10.1080/14703297.2019.1620624>
- Rajkumar, R. P. (2020). COVID-19 and mental health: A review of the existing literature. *Asian Journal of Psychiatry*, 52. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102066>
- Ramij, G, & Sultana, A. (2020). Preparedness of online classes in developing countries amid COVID-19 outbreak: A perspective from Bangladesh. *SSRN Electronic Journal*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3638718>
- Rapanta, C., Botturi, L., Goodyear, P., Guàrdia, L., & Koole, M. (2021). Balancing technology, pedagogy and the new normal: Post-pandemic challenges for higher education. *Postdigital Science and Education*, 3(3), 715-742. <https://doi.org/10.1007/s42438-021-00249-1>
- Robles C. y Sato, A. (2020). Grupalidades virtuales. El impacto de la pandemia en los procesos grupales. <https://www.margen.org/pandemia/textos/robles.pdf>
- Sanz, E., & Pérez, E. (2021). The unequal distribution of domestic work before and during the pandemic. *Géneros*, 10(3), 279-310. <https://doi.org/10.17583/generos.7852>

- Shabbir, M. A., Mehak, F., Khan, Z. M., Ahmed, W., Haq, S., Khan, M. R., Bhat, Z. F., & Aadil, R. M. (2022). Delving the role of nutritional psychiatry to mitigate the COVID-19 pandemic induced stress, anxiety and depression. *Trends in Food Science & Technology*, 120, 25-35. <https://doi.org/10.1016/j.tifs.2021.12.035>
- Sifat, R. I. (2021). COVID-19 pandemic: Mental stress, depression, anxiety among the university students in Bangladesh. *International Journal of Social Psychiatry*, 67(5), 609-610. <https://doi.org/10.1177/0020764020965995>
- Sim, K., Huak Chan, Y., Chong, P. N., Chua, H. C., & Wen Soon, S. (2010). Psychosocial and coping responses within the community health care setting towards a national outbreak of an infectious disease. *Journal of Psychosomatic Research*, 68(2), 195-202. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2009.04.004>
- Tichapondwa, M., & Tau, D. (2009). *Introducing distance education*. University for the Small States of the Commonwealth (VUSSC) and the Botswana College of Distance and Open Learning (BOCODOL).
- Vitasari, P., Wahab, M., Othman, A., Herawan, T., & Sinnadurai, S. K. (2010). The relationship between study anxiety and academic performance among engineering students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 8, 490-497. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.12.067>
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5). <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>
- Xue, B., & McMunn, A. (2021). Gender differences in unpaid care work and psychological distress in the UK COVID-19 lockdown. *PLoS ONE*, 16(3). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0247959>