



Estrés académico y depresión en estudiantes universitarios del área de la salud, Mérida, Venezuela, 2024

Academic stress and depression in university health students, Mérida, Venezuela, 2024

BELANDRIA-BALESTRINI, ALBERTO¹; ROJAS, GABRIEL¹

¹Universidad de Los Andes. Mérida, Venezuela

Autor de correspondencia

belandriaj@ula.ve

Fecha de recepción

18/04/2025

Fecha de aceptación

21/06/2025

Fecha de publicación

04/07/2025

Autores

Belandria-Balestrini, Alberto Jossué
Profesor asistente de Orientación Psicoeducativa, Escuela de Medicina,
Universidad de Los Andes. Doctorando en Ciencias Organizacionales.

Correo-e: belandriaj@ula.ve
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4991-2217>

Rojas, Gabriel
Estudiante de sexto semestre de psicología, Universidad de Los Andes.
TSU en administración; TSU en Investigación Psicosocial

Correo-e: gabo28202731@gmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-5208-453X>

Citación:

Belandria-Balestrini, A. y Rojas, G. (2025). Estrés académico y depresión en estudiantes universitarios del área de la salud, Mérida, Venezuela, 2024. *GICOS*, 10(2), 39-49

DOI:



RESUMEN

La depresión es la causa más común de problemas de salud mental en la población general y, el contexto universitario no es una excepción, por lo que confluyen factores como el estrés académico, el cual se ha visto particularmente manifestado en estudiantes del área de la salud. Por tanto, el objetivo de la investigación fue analizar la relación entre el estrés académico y la depresión en estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad de Los Andes. Se utilizó una metodología cuantitativa, de alcance correlacional, a partir de la aplicación de los instrumentos *Patient Health Questionnaire* (PHQ-9) y el Inventario SISCO de estrés académico, con una muestra de 213 estudiantes. El PHQ-9 con nueve ítems, indica niveles que van desde depresión mínima hasta grave. Por su parte, el Inventario SISCO, consta de 31 ítems, mostrando niveles de estrés académico leve, moderado y fuerte. Se obtuvo que el 38% mostró depresión leve, 28,6% moderada y 9,4% moderadamente grave. Asimismo, el 54,2% tuvo estrés académico moderado y 45,8% estrés leve, sin individuos que puntuaran con gravedad. Se obtuvo una correlación positiva y moderada (0,495; $p < 0,01$), explicando que, a medida que la presión académica incrementó, también lo hizo el riesgo de depresión. De igual manera, se consiguió una correlación entre el estrés académico y el sexo, el cual estuvo más presente en mujeres. Como conclusión, se resalta la necesidad de implementar estrategias efectivas de apoyo psicológico y emocional en el ámbito universitario, además de promover un ambiente académico que fomente el bienestar estudiantil.

Palabras clave: depresión, estrés académico, estudiantes.

ABSTRACT

Depression is the most common cause of mental health problems in the general population and, the university context is no exception, so factors such as academic stress, which has been particularly manifested in health students, converge. Therefore, the objective of the research was to analyze the relationship between academic stress and depression in students of the College of Medicine of the Universidad de Los Andes. A quantitative methodology of correlational scope was used, based on the application of the Patient Health Questionnaire (PHQ-9) and the SISCO Academic Stress Inventory, with a sample of 213 students. The PHQ-9, with nine items, indicates levels ranging from minimal to severe depression. The SISCO Inventory, on the other hand, consists of 31 items, showing levels of mild, moderate and severe academic stress. It was found that 38% showed mild depression, 28.6% moderate and 9.4% moderately severe. Likewise, 54.2% had moderate academic stress and 45.8% mild stress, with no individuals scoring with severity. A positive and moderate correlation was obtained (0.495; $p < 0.01$), explaining that, as academic stress increased, so did the risk of depression. Similarly, a correlation was obtained between academic stress and sex, which was more present in women. As a conclusion, the need to implement effective strategies for psychological and emotional support in the academic environment is highlighted.

Keywords: depression, academic stress, students.

INTRODUCCIÓN

La depresión es un trastorno que altera el estado de ánimo y lo reduce, lo que tiene un efecto global sobre el bienestar psicológico (Li et al., 2022). Además de ello, es la causa más común de problemas de salud mental en la población general (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2022). Esto es especialmente cierto para las personas que trabajan en ocupaciones que requieren mayor esfuerzo mental o físico, como los estudiantes universitarios, donde al menos un tercio de ellos padece una enfermedad mental, y uno de cada cinco ha experimentado algún tipo de depresión (Obregón-Morales et al., 2020).

Algunas carreras universitarias y particularmente aquellas que se encuentran dentro del ramo de la salud, requieren años de estudio y mayor atención, lo que implica que los estudiantes deben ser más responsables y dedicados debido a la exigencia del curso (Obregón-Morales et al., 2020). Además, el contacto con los pacientes y sus familias puede resultar a veces abrumador al iniciarse en las prácticas clínicas, además de tener que llevar de forma simultánea una vida independiente, la demanda académica, los conflictos de la vida familiar y económicos, los cuales alteran la calidad de vida de los estudiantes (Park, 2025). De esta forma, el sueño disminuye con el aumento de las horas de estudio y trabajo, lo que altera la vida personal de los estudiantes y, como resultado, afecta su salud mental y aumenta el riesgo de trastorno depresivo mayor (Moutinho et al., 2017), tal riesgo puede incrementar de acuerdo a los factores estresantes que la persona tenga en su entorno.

Según Barraza (2012), los factores estresantes son aspectos del entorno de aprendizaje que provocan que el estudiante se sobrecargue y presente síntomas conductuales, psicológicos y físicos. Según el mismo autor, las fuentes más frecuentes de estrés incluyen la falta de tiempo para terminar las tareas, el exceso de trabajo, los exámenes, las presentaciones en clase, las tareas obligatorias, el exceso de obligaciones académicas, las asignaturas, el tipo de trabajo, la participación en clase, el mantenimiento de un rendimiento promedio y las evaluaciones docentes.

Particularmente, el estrés académico es el estado psicológico que experimenta un estudiante como resultado de las presiones de la vida escolar, incluyendo las altas expectativas del profesorado, una cantidad abrumadora de tareas y un número excesivo de exámenes que agotan sus reservas psicológicas (Neseliler et al., 2017). Los problemas psicológicos de los estudiantes son consecuencia directa del estrés académico, según investigaciones empíricas, incluyendo estudios transversales (Högberg et al., 2020), estudios longitudinales (Trevethan et al., 2022) y revisiones sistemáticas de la literatura (Urbina-Garcia, 2020).

Por otro lado, la depresión, como uno de los problemas psicológicos previamente considerados, está caracterizada por desajustes físicos, psicomotores, emocionales y cognitivos (Ivanova et al., 2020). Esta, se manifiesta mediante síntomas como pensamientos desagradables, dificultad para concentrarse y alteraciones del sueño (Awadalla et al., 2020). Según Conley et al. (2001), la hipótesis de la diátesis cognitiva-estrés de la depresión predice un aumento de la depresión cuando una diátesis cognitiva negativa se combina con un factor estresante, como el estrés académico.

Otro aspecto que debe considerarse, es el mencionado por Pérez (1999), quien establece que, el desajuste vocacional puede ser un factor de riesgo importante a considerar. Este puede ser dado bien sea por presión familiar o que, al empezar la vida estudiantil, el individuo descubrió que no está conforme con la carrera escogida, lo cual puede causar síntomas y signos de depresión, ansiedad y frustración.

Es por esto que se toma como objetivo general de la investigación, analizar la relación entre el estrés académico y la depresión en estudiantes universitarios de la ULA, a través de la aplicación de instrumentos de evaluación psicológica con el fin de que se confirme o rechace dicha afirmación. Si se comprueba dicha relación es una posibilidad realizar un plan de acción con diversas técnicas y métodos en aras de disminuir esta problemática dentro del estado. Por lo que es importante considerar que se tienen diversas limitantes para poder realizar esta investigación, principalmente al ser un tema delicado y con un rechazo social claro, se tiende a que las personas ignoren el tema para evitar ser juzgados socialmente, es por esto que se realizó la investigación bajo una modalidad online y de manera anónima para intentar obtener la mayor cantidad de respuestas posibles.

Los efectos de los estresores académicos sobre la salud física, mental y el bienestar de las personas, dependen de la percepción y del modo en el cual se enfrenten. La falta de herramientas, técnicas e inteligencia emocional para enfrentarlas puede terminar en el accionar de diversos riesgos de ideación suicida, por ejemplo. Por ello, la respuesta que tienen los estudiantes ante el estrés académico es importante para su sano desarrollo y desenvolvimiento en su vida (Barraza, 2012).

Dado que en la universidad hay más responsabilidades y presiones sociales que en la secundaria, los estudiantes universitarios son más propensos a experimentar estrés académico (Sánchez-Villena, 2018). Esto implica que, además de quienes trabajan o tienen otras obligaciones, deben dedicar más tiempo a trabajar tanto dentro como fuera de clase, y disponen aún de menos tiempo para estas actividades. A pesar de sus mejores esfuerzos, a veces reprueban asignaturas, lo que los hace sentir inferiores, deprimidos e inútiles debido a la competitividad entre compañeros. Adicionalmente si se suman los estresores familiares, presión social, competencia entre compañeros, consumo de sustancias, soledad o aislamiento social, problemas económicos, entre otros, es donde aparecen más regularmente los diversos factores de riesgo e ideación suicida en el estudiante universitario (Barraza, 2012). Por lo tanto, es fundamental vincular el estrés académico con los pensamientos suicidas para poder implementar medidas preventivas y de apoyo.

Existen algunas variables dentro del estrés académico y la conducta suicida a considerar dentro del presente estudio, como lo son la presión académica, la baja tolerancia a la frustración, el entorno, entre otros. En primer lugar, el estrés y las exigencias de rendimiento que enfrentan los estudiantes se conocen como presión académica. Padres, profesores, compañeros y el propio estudiante —quienes son los más afectados por esta circunstancia— pueden ejercer presión sobre el individuo. La presión académica se refiere a las demandas y expectativas que se imponen a los estudiantes en el ámbito académico, como la carga de trabajo, las exigencias académicas y la competencia con otros estudiantes (Cisneros-Bravo et al., 2023). Según Rosero (2025), la presión académica puede aumentar el estrés en los estudiantes, lo que puede aumentar la probabilidad de que desarrollen ideación suicida.

La baja tolerancia a la frustración se refiere a la dificultad que tienen algunas personas para manejar situaciones frustrantes o estresantes, lo que puede llevar a reacciones emocionales intensas y negativas. De acuerdo con García (2017), uno de los trastornos emocionales que experimenta una persona con síndrome de Burnout es la frustración, lo cual puede extenderse al ámbito académico. Como resultado, el estudiante se vuelve vulnerable y cualquier persona, incluyendo a sus profesores o compañeros, puede ser vista como una amenaza constante, ya que, a partir de la misma frustración y sensación de fracaso, cualquier situación puede derivar en conflictos que impliquen conductas agresivas.

El entorno es otro aspecto importante, puesto que muchos estudiantes viven en un ambiente “no ideal”, tal como: vivir cerca de vías muy ruidosas, mercados, centros comerciales o incluso clubes nocturnos, eso seguramente distraerá su concentración o enfoque de estudio, agregando una gran presión. Lo social, entornos y situaciones, como la falta de apoyo de sus compañeros, padres o los padres que obligan al estudiante a estudiar lo que no les gusta, la novia/novio que vive lejos, la lucha para hacer nuevos amigos, la presión de los profesores y muchos otros. Algunos estudiantes tienen su universidad pagada por sus familias, pero algunos otros estudiantes tienen que tomar un trabajo de medio tiempo para ayudar a asegurar su estado financiero. Esto puede causarles algunas dificultades para manejar y administrar el tiempo entre su trabajo a tiempo parcial y su vida académica (Martínez et al., 2020).

Otro aspecto importante es el sentimiento de fracaso, por eso es necesario destacar que, durante el periodo de formación profesional es común encontrar en los estudiantes emociones negativas que repercuten en su sentir y accionar dentro y fuera del ámbito universitario. Estas emociones si no son canalizadas adecuadamente pueden causar estragos a nivel físico-emocional que a largo plazo podrían influir en el desarrollo de distintas patologías (Maldonado et al., 2023).

Finalmente, considerando que el contexto de estudio es una ciudad universitaria, donde un porcentaje significativo de los estudiantes es foráneo, entonces repercute la soledad. En este sentido, existen factores de estrés social asociados con el traslado urbano, algo que algunos estudiantes universitarios deben afrontar para alcanzar sus metas profesionales y sus proyectos de vida. Esta distancia del sistema de apoyo familiar genera sentimientos de soledad y abandono, a pesar de que continúan comunicándose con su familia (Jones et al., 2023), lo cual puede influir tanto en la depresión como en el estrés académico.

METODOLOGÍA

Dado que las mediciones se realizaron con equipos establecidos y verificados, esta investigación adopta un enfoque cuantitativo; el diseño del estudio es no experimental, ya que no se controlaron ni modificaron variables. Como los instrumentos se utilizaron solo una vez consecutivamente, fue transversal, particularmente de enero a febrero de 2024. Finalmente, dado que el objetivo fue determinar las conexiones entre las variables, se empleó una estadística correlacional. La muestra fue de tipo no probabilística e intencional, la cual consistió en 213 estudiantes universitarios de la Facultad de Medicina de la Universidad de Los Andes (ULA) en Mérida, Venezuela.

Uno de los instrumentos utilizados para la investigación es el *Patient Health Questionnaire* (PHQ-9): instrumento utilizado a nivel internacional para evaluar el estado de salud mental (Saldivia et al., 2019), el cuestionario cuenta con 9 ítems en total utilizando una escala de cribado. El paciente debe marcar con un “0” para indicar que no ha tenido molestias, un “1” para indicar que ha tenido molestias en algunos días, un “2” para indicar que ha tenido molestias en la mayoría de los días y un “3” para indicar que ha tenido molestias casi todos los días. Luego, se suman los puntos de cada respuesta para obtener un puntaje total. Los resultados del cuestionario se interpretan de la siguiente manera: una puntuación de 1 a 4 indica depresión mínima, 5 a 9 depresión leve, 10 a 14 depresión moderada, 15 a 19 depresión moderadamente grave y 20 a 27 depresión grave.

El otro instrumento de la investigación fue el Inventario SISCO de estrés académico, el cual es un instrumento de autoinforme que evalúa las reacciones psicológicas y comportamentales relacionadas con el estrés académico (Guzmán-Castillo et al., 2022). Este inventario ha sido aplicado en diferentes estudios a nivel internacional y consta de 31 ítems que se responden en una escala de frecuencia de 1 a 5. El baremo ha sido establecido en base a la distribución estadística uniforme con tres categorías equiprobables: leve (0-78), moderado (79-157) y fuerte (158-235).

RESULTADOS

En la investigación participaron 213 individuos, de los cuales 68 (31,9%) fueron de género masculino y 145 (68,1%) de género femenino. De la misma forma, para la edad se decidió tomar rangos, tomando la variación existente entre los mismos, donde el mínimo etario fue de 17 años y el máximo de 53 años (M = 22,39 años; D.E. = 4,84 años). En tal sentido, se definieron 3 categorías, de acuerdo a su etapa evolutiva: juventud, de 17 a 25 años (N = 179; 84,04%), adultez temprana, de 26 a 40 años (N = 29; 13,62%) y adultez intermedia, de 41 a 53 años (N = 5; 2,35%).

Tabla 1.

Clasificación PHQ-9 en estudiantes universitarios de Mérida, Venezuela, 2024.

Clasificación	Frecuencia	%
Sin síntomas	5,2	5,2
Depresión mínima	38	17,8
Depresión leve	81	38,0
Depresión moderada	61	28,6
Depresión moderadamente grave	20	9,4
Depresión grave	2	0,9
Total	213	100,0

Nota. Elaboración propia, 2024.

Se observó que, de 213 individuos el 5,2% no presentó sintomatología escala PHQ-9, el 17,8% en depresión mínima, el 38% en depresión leve y como resultados de mayor significancia para la investigación se encontró el 28,6% en depresión moderada, el 9,4% en depresión moderadamente grave y el 0,9% en depresión grave según los Baremos del PHQ-9.

Tabla 2.

Clasificación inventario SISCO en estudiantes universitarios de Mérida, Venezuela, 2024.

	Frecuencia	%
Leve	87	45,8
Moderado	103	54,2
Total	190	100

Nota. Elaboración propia, 2024.

En la aplicación del inventario SISCO se evidenció que, de 190 individuos (descartando 23 que no cumplían los requisitos para responder dicho test), el 45,8% presentó estrés académico leve, mientras que el 54,2% tuvo estrés académico moderado. Adicionalmente cabe resaltar que no se presentó ningún individuo con estrés académico grave.

Tabla 3.

Correlación entre el inventario SISCO y el cuestionario PHQ-9 en estudiantes universitarios de Mérida, Venezuela, 2024.

Correlación de Pearson	(1)	(2)	(3)	(4)
Sexo (1)	-			
Edad por rango (2)	-,058	-		
Clasificación PHQ-9 (3)	,000	-,057	-	
Clasificación SISCO (4)	,383**	-,120	,495**	-

Nota. ** (p <0,01). Fuente: Elaboración propia, 2024.

Siendo la correlación de Pearson entre el Inventario SISCO y el cuestionario PHQ-9 dando un valor de ,495 (p < 0,01), siendo esta una correlación positiva moderada, lo cual indica que, a medida que la presión académica incrementa, también lo hace el nivel de depresión en los estudiantes universitarios del área de la salud. Asimismo, no hubo correlación significativa con la variable edad. Sin embargo, existió una correlación baja a moderada significativa entre el sexo y la clasificación del inventario SISCO, lo cual, si bien explica que quizás el sexo no es el factor preponderante, pueden existir aspectos subyacentes o dentro del mismo que ayudan dentro del nivel de estrés académico.

Tabla 4.

Clasificación del inventario SISCO por sexo en estudiantes universitarios de Mérida, Venezuela, 2024.

		Clasificación SISCO		
		Leve	Moderado	Total
Sexo	Masculino	36 41,40%	21 20,40%	57 30,00%
	Femenino	51 58,60%	82 79,60%	133 70,00%
Total		87 100%	103 100%	190 100%

Nota. Elaboración propia, 2024.

Tomando en cuenta la relación previamente descrita entre la clasificación del inventario SISCO con el sexo, se propone desglosar esta relación para una perspectiva más clara en la Tabla 4. En ella puede observarse que, en el porcentaje leve de estrés académico, existe un 41,40% de hombres y un 58,60% de mujeres; mientras que, en el nivel moderado, hay un 79,60% que representa a la porción femenina y 20,40% la masculina. Esto, en líneas generales muestra que existe más estrés en las mujeres que en los hombres.

DISCUSIÓN

A través del cuestionario PHQ-9 se obtuvo como resultado que, el 61% de los estudiantes evaluados presenta depresión de mínima a leve, mientras que el 39% presenta depresión de moderada a grave según los baremos del cuestionario utilizado, haciendo denotar que existe un porcentaje importante el cual presenta depresión con una significancia resaltante. Estos resultados concuerdan con una investigación de Pociute y Lesinskiene (2024), donde cerca del 50% tuvo depresión mínima a leve, con casi el 40% siendo moderado y un pequeño porcentaje severo y muy severo. Otros estudios como el de Sartorão et al. (2020) han mostrado que, de acuerdo al contexto pueden variar los porcentajes; particularmente en su caso, en el contexto de la pandemia del COVID-19, se vio un 64,41% de estudiantes con síntomas moderados o graves de depresión.

En el inventario SISCO de estrés académico el 40,8% presenta estrés académico leve mientras que el 48,4% estrés académico moderado y un 10,8% no cumplió los requisitos para contestar dicho inventario. Es importante resaltar que de los 213 encuestados no hubo ningún estudiante que presentara estrés académico grave. Estos hallazgos coinciden con los de Zambrano-Vélez y Tomalá-Chavarría (2022), cuyos hallazgos más relevantes muestran que los estudiantes universitarios experimentan un alto grado de estrés académico, junto con síntomas físico-psicológicos como dolores de cabeza, tensión muscular, ansiedad e irritabilidad. Concluyeron que, si bien los niveles de estrés aumentan a medida que los estudiantes avanzan en su formación, son más capaces de controlar sus síntomas porque participan en actividades de ocio y gestionan bien su tiempo. Además, este hallazgo es consistente con lo de Mendizabal y Magallanes (2022), quienes concluyeron que los niveles de estrés se mantienen altos y significativamente prevalentes debido a la carga académica, tareas, exámenes y ciclo universitario; esto incide negativamente en su desarrollo académico, social y/o personal. En este caso, dos de las tres carreras estudiadas no estaban en ciclos de exámenes sino a comienzos de período lectivo (bien fuese semestre o año lectivo), lo cual pudo influir en el resultado.

Este estudio tuvo como finalidad corroborar la relación entre estrés académico y depresión en una muestra de estudiantes universitarios del área de la salud, encontrando como resultado una relación positiva entre las variables, de intensidad moderada. Estos resultados van de la mano con distintas investigaciones, como las de Högberg et al. (2020), y Trevethan et al. (2022), quienes han conseguido determinar una relación entre estas variables, en distintas intensidades, pero siempre de tipo positiva.

A su vez, comparado con los resultados obtenidos por Obregón-Morales et al. (2020), este no consiguió correlacionar la depresión con el estrés académico, pero sí observaron que la mala calidad del sueño, estar en los primeros años de una carrera universitaria y tener una familia disfuncional influían en la depresión.

Además de ello, también fue reconocido por estos últimos autores que pertenecer al sexo femenino era un factor de riesgo para sufrir depresión, cuestión que no fue dada en el presente estudio, donde no hubo relación entre tales.

Finalmente, existió una correlación baja-moderada y significativa entre el sexo y el estrés académico. Esto, en comparación con Silva-Ramos et al. (2020) no ocurrió, aunque se utilizó el mismo instrumento, y a pesar de que obtuvo un predominio del estrés académico en el sexo femenino, no se pudo establecer correlación entre estos.

CONCLUSIONES

La relación entre el estrés académico y la depresión en estudiantes universitarios del área de la salud de la ULA ha sido analizada a través de la aplicación de instrumentos de evaluación psicológica, y se ha comprobado que existe una correlación moderada. Esta correlación puede tener implicaciones significativas para la salud mental de los estudiantes, y subraya la importancia de abordar el estrés académico y la salud mental en el entorno universitario. Estos hallazgos resaltan la necesidad de implementar estrategias efectivas de apoyo psicológico y emocional en el ámbito universitario, así como de promover un ambiente académico que fomente el bienestar estudiantil. La identificación de esta correlación, subraya la importancia de continuar investigando y abordando esta problemática en el contexto universitario, a fin de desarrollar intervenciones y políticas que promuevan la salud mental y el bienestar de los estudiantes.

Como limitantes del estudio se tuvo tanto el tiempo de ejecución como que no se midieron aspectos que pudieron haber influido, como la carrera específica que cursaban, el período lectivo en el que estuvieran los estudiantes, hábitos de sueño, ingreso y dependencia económica, entre otros aspectos que pudieran haber resaltado posibles causas o relaciones entre las variables de estudio. Por ello, se sugiere que estos sean abordados a futuro en conjunto con otras variables que puedan responder a cómo y por qué son dados estos niveles de depresión y estrés académico a nivel contextual, para poder planificar y ejecutar estrategias que puedan intervenir de forma positiva en la salud mental de los estudiantes.

Fue posible aplicar los instrumentos de evaluación pertinentes, siendo estos el cuestionario PHQ-9 para evaluar la depresión y el inventario SISCO de estrés académico, estos siendo aplicados con el fin de aplicar la posterior correlación entre los mismos. Finalmente, se comprobó que existe relación entre el estrés académico y la depresión a través del análisis de datos con la aplicación de la correlación de Pearson aplicada al resultado de los instrumentos utilizados, dando estos como resultado la comprobación de la hipótesis de la investigación siendo esta que existía una correlación media entre el estrés académico y la depresión como factor de riesgo del suicidio.

CONFLICTOS DE INTERÉS

Los autores declaran que no existen conflictos de interés.

REFERENCIAS

- 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, 1-10. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02854-z>
- Barraza, A. (2012). Estresores en alumnos de licenciatura y su relación con dos indicadores autoinformados del desempeño académico. *Investigación Educativa Duranguense*, 6(12), 22-29. <https://editorialupd.mx/revistas/index.php/ined/article/view/98>
- Cisneros-Bravo, B. E., Rodríguez-Aguilar, R. M., Niño-Membrillo, Y. E. y Cuevas-Rasgado, A. D. (2023). Falta de orientación vocacional como factor en la deserción universitaria. Caso de estudio: zona Oriente del Estado de México. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 14(27), e573. <https://doi.org/10.23913/ride.v14i27.1715>
- García, J. (2017). *Características culturales nacionales, Burnout y accidentabilidad laboral*. UNED.
- Högberg, B., Strandh, M. & Hagquist, C. (2020). Gender and secular trends in adolescent mental health over 24 years—the role of school-related stress. *Social science & medicine*, 250, e112890. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.112890>
- Ivanova, A., Gorbaniuk, O., Błachnio, A., Przepiórka, A., Mraka, N., Polishchuk, V. & Gorbaniuk, J. (2020). Mobile phone addiction, phubbing, and depression among men and women: A moderated mediation analysis. *Psychiatric Quarterly*, 91, 655-668. <https://doi.org/10.1007/s11126-020-09723-8>
- Jones, L. B., Vereschagin, M., Wang, A. Y., Munthali, R. J., Pei, J., Richardson, C. G., Halli, P., Xie, H., Rush, B., Yatham, L., Gadermann, A., Pendakur, K., Prescivalli, A., Munro, L., Bruffaerts, R., Auerbach, R., Mortier, P. & Vigo, D. (2023). Suicidal Ideation Amongst University Students During the COVID-19 Pandemic: Time Trends and Risk Factors. *Canadian journal of psychiatry. Revue canadienne de psychiatrie*, 68(7), 531–546. <https://doi.org/10.1177/07067437221140375>
- Li, W., Zhao, Z., Chen, D., Peng, Y. & Lu, Z. (2022). Prevalence and associated factors of depression and anxiety symptoms among college students: a systematic review and meta-analysis. *Journal of child psychology and psychiatry*, 63(11), 1222-1230. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13606>
- Maldonado, P. R., Rivadeneira, M., Campoverde, R. E., Muñoz, A. y Muñoz, M. (2023). Las emociones y su afectación en el sistema educativo universitario. *Revista De Ciencias Sociales Y Económicas*, 7(2), 77–87. <https://doi.org/10.18779/csye.v7i2.672>
- Martínez, G. I., Torres, M. J. y Ríos, V. L. (2020). El contexto familiar y su vinculación con el rendimiento académico. *IE Revista De Investigación Educativa De La REDIECH*, 11, e657. https://doi.org/10.33010/ie_rie_rediech.v11i0.657
- Mendizabal, G. F. y Magallanes, C. M. (2022). Niveles de estrés percibido en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Revista Ecuatoriana De Psicología*, 5(13), 166–177. <https://doi.org/10.33996/repsi.v5i13.80>
- Moutinho, I. L., Maddalena, N., Roland, R. K., Lucchetti, A., Tibiriçá, S., Ezequiel, O. & Lucchetti, G. (2017). Depression, stress and anxiety in medical students: A cross-sectional comparison between students from different semesters. *Revista Da Associação Médica Brasileira*, 63(1), 21–28. <https://doi.org/10.1590/1806-9282.63.01.21>
- Neseliler, S., Tannenbaum, B., Zacchia, M., Larcher, K., Coulter, K., Lamarche, M. & Dagher, A. (2017). Academic stress and personality interact to increase the neural response to high-calorie food cues. *Appetite*, 116, 306-314. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.05.016>
- Obregón-Morales, B., Montalván-Romero, J. C., Segama-Fabian, E., Dámaso-Mata, B., Panduro-Correa, V. y Arteaga-Livias, K. (2020). Factores asociados a la depresión en estudiantes de medicina de una universidad peruana. *Educación Médica Superior*, 34(2), 1-12. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412020000200013&lng=es&tlng=es
- Organización Panamericana de la Salud [OPS]. (2022). *Salud Mental*. OPS. <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>
- Park, H. (2025). The relationship between career stress and non-suicidal self-injury among college students: Mediating effects of depression and resilience. *Acta Psychologica*, 257, e105078. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105078>

org/10.1016/j.actpsy.2025.105078

- Pérez, S. A. (1999). El suicidio, comportamiento y prevención. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 15(2), 196-217. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21251999000200013&lng=es&tlng=es
- Pociute, K. & Lesinskiene, S. (2024). Assessment of depressive symptoms among medical students and doctors using PHQ-9. *Journal of clinical and basic psychosomatics*, 2(3), 3570-4582. <https://doi.org/10.36922/jcbp.3570>
- Rosero, S. (2025). Más allá de las notas: Salud mental y suicidio en el ámbito universitario. *Revista Realidad Educativa*, 5(1), 110–142. <https://doi.org/10.38123/rre.v5i1.474>
- Sánchez-Villena, A. (2018). Relación entre estrés académico e ideación suicida en estudiantes universitarios. *Eureka*, 15(1), 27–38. <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/06/885114/eureka-15-1-9.pdf>
- Sartorão, C. I., de Las Villas, W. C., de Castro, R. B., Marçal, A. A., Pavelqueires, S., Takano, L. & Sartorão, C. I. (2020). Impact Of covid-19 pandemic on mental health of medical students: a cross-sectional study using GAD-7 and PHQ-9 questionnaires. *MedRxiv*, 6, 1-14. <https://doi.org/10.1101/2020.06.24.20138925>
- Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J. y Meza-Zamora, M. E. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y ciencia*, 28(79), 75-83. <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>
- Trevethan, M., Jain, A. T., Shatiyaseelan, A., Luebbe, A. M. & Raval, V. V. (2022). A longitudinal examination of the relation between academic stress and anxiety symptoms among adolescents in India: The role of physiological hyperarousal and social acceptance. *International Journal of Psychology*, 57(3), 401-410. <https://doi.org/10.1002/ijop.12825>
- Urbina-Garcia, A. (2020). What do we know about university academics' mental health? A systematic literature review. *Stress and Health*, 36(5), 563-585. <https://doi.org/10.1002/smi.2956>
- Zambrano-Vélez, W. A. y Tomalá-Chavarría, M. D. (2022). Diagnóstico de estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Tecnológica-Educativa Docentes 2.0*, 14(2), 42-47. <https://doi.org/10.37843/rted.v14i2.330>