



Factores asociados a la salud emocional de estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19: una revisión de alcance

Factors associated with the emotional health of university students during the COVID-19 pandemic: a scoping review

VÉLIZ-CASTRO, TERESA¹; ALCÍVAR, EVELYN¹; ZAVALA, ARIANNA¹; VALERO-CEDEÑO, NEREIDA²

¹Universidad Estatal del Sur de Manabí. Provincia de Manabí. Ecuador.

²Universidad del Zulia. Maracaibo, Estado Zulia-Venezuela.

Autor de correspondencia
teresa.veliz@unesum.edu.ec

Fecha de recepción
08/09/2025

Fecha de aceptación
28/10/2025

Fecha de publicación
17/11/2025

Autores

Véliz Castro, Teresa Isabel.

Dra. en Ciencias de la Salud. Docente de la Carrera Laboratorio Clínico, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Estatal del Sur de Manabí. Provincia de Manabí-Ecuador.

Correo-e: teresa.veliz@unesum.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3434-0439>

Alcívar Pino, Evelyn Julissa

Estudiante Carrera de Laboratorio Clínico Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Estatal del Sur de Manabí. Provincia de Manabí-Ecuador.

Correo-e: alcivar-evelyn8104@unesum.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7863-2193>

Zavala Hoppe, Arianna Nicole.

Magister en Ciencias del Laboratorio Clínico. Docente de la Carrera de Laboratorio Clínico, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Estatal del Sur de Manabí. Provincia de Manabí-Ecuador.

Correo-e: arianna.zavala@unesum.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9725-4511>

Valero-Cedeño, Nereida Josefina.

Dra. en Inmunología. Instituto de Investigaciones Clínicas "Dr. Américo Negrette", Facultad de Medicina, Universidad del Zulia. Maracaibo, Estado Zulia-Venezuela.

Correo-e: valero.nereida@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3496-8848>

Citación:

Véliz-Castro, T.; Alcívar, E.; Zavala, A.; Valero-Cedeño, N. (2025). Factores asociados a la salud emocional de estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19: una revisión de alcance. *GICOS*, 10(3), 115-127

DOI:



RESUMEN

La preocupación constante por los desafíos únicos de salud mental que enfrentan los estudiantes universitarios se ha visto magnificada por la interrupción de la pandemia mundial de COVID-19 desde marzo de 2020. Este estudio tuvo como objetivo identificar qué factores se asocian con la salud emocional de estudiantes durante la pandemia por COVID-19, como una población joven directamente afectada y vulnerable. Se aplicó un diseño documental tipo descriptivo. Se seleccionaron sistemáticamente desde las bases de datos científicas PubMed, Scielo, Google Scholar y PsycINFO, artículos publicados en el último quinquenio. Se analizaron estudios de 20 países sobre los principales factores asociados a la salud mental de los estudiantes universitarios de diferentes carreras durante la pandemia de COVID-19, son diversos y dependen del contexto. La situación socioeconómica, el sexo, el confinamiento, la pérdida de rutinas, el no tener vida social, las implicaciones de la educación a distancia, la sobrecarga universitaria, el miedo al contagio, el miedo a la muerte propia o de sus familiares o amigos, y las restricciones de atención médica, son algunos de los riesgos que predisponen a alteraciones de la salud emocional de los estudiantes en el contexto de la pandemia de COVID-19. Es necesario contar con estrategias sectoriales que incluyan enfoques preventivos, opciones de tratamiento adecuadas para los estudiantes que experimentan dificultades y un seguimiento continuo después de la pandemia.

Palabras clave: COVID-19, ansiedad, depresión, pandemias, estudiantes, bienestar psicológico.

ABSTRACT

Constant concern over the unique mental health challenges faced by university students has been magnified by the disruption caused by the global COVID-19 pandemic since March 2020. This study aimed to identify which factors are associated with students' emotional well-being during the COVID-19 pandemic, as a young population directly affected and vulnerable. A descriptive documentary design was applied. Articles published in the last five years were systematically selected from the scientific databases PubMed, SciELO, Google Scholar, and PsycINFO. Studies from 20 countries were analyzed; the main factors associated with the mental health of university students from different disciplines during the COVID-19 pandemic are diverse and context-dependent. Socioeconomic status, gender, confinement, loss of routines, lack of social life, implications of distance education, academic overload, fear of contagion, fear of death of oneself or of family members or friends, and restrictions on medical care are some of the risks that predispose students to disturbances in emotional health in the context of the COVID-19 pandemic. Sectoral strategies that include preventive approaches, appropriate treatment options for students experiencing difficulties, and continuous follow-up after the pandemic are necessary.

Keywords: COVID-19, anxiety, depression, pandemics, students, psychological well-being.

INTRODUCCIÓN

La pandemia del COVID-19 ha afectado significativamente tanto la salud emocional como el rendimiento académico en la población estudiantil a nivel mundial, dentro de estos dos ámbitos se revelan factores predisponentes importantes especialmente en el contexto post COVID-19, la ciudadanía experimentó ansiedad y depresión como resultado del distanciamiento social, el aislamiento y la cuarentena, debido a la incertidumbre asociada con esta enfermedad (Hernández, 2020). De acuerdo con un informe publicado por la Organización Panamericana de la Salud (OPS) en el primer año de la pandemia de COVID-19, el número de personas que experimentan ansiedad y depresión aumentó un 25% en todo el mundo (OPS, 2022).

Los efectos sobre la salud mental cuando se hacen excesivos, pueden tener consecuencias perjudiciales tanto a nivel individual, como a nivel social (Valero-Cedeño et al., 2020). Entre los principales factores que afectan la salud emocional se encuentra la incertidumbre, alteración de las rutinas diarias, presiones económicas, aislamiento social y problemas de salud mental como resultado del COVID-19, los cuales pueden provocar alteraciones mentales que van desde síntomas simples hasta trastornos complicados con una notable disminución de la capacidad de funcionamiento, como ansiedad, depresión y trastorno de estrés postraumático (Chong-Riofrio et al., 2023). Por otra parte, el rendimiento académico también se ha visto afectado por la motivación emocional al estudiante, la calidad de acceso a la tecnología y la introducción de plataformas virtuales en la educación, lo que ha resaltado la complejidad y variedad de los efectos en el ámbito educativo a nivel mundial (Fuentes-Parrales et al., 2024).

Zapata et al. (2013), en su estudio realizado en México sobre efectos de la pandemia de COVID-19 en estudiantes de secundaria: comparación de depresión y autoeficacia, afirman que el confinamiento debido al COVID-19 afectó de forma adversa la depresión en los estudiantes y la autoeficacia guarda una relación inversamente proporcional con los signos de depresión, especialmente marcada en el grupo que vuelve tras el aislamiento social. Por otra parte, Venegas et al. (2024) mencionan que la crisis sanitaria ha tenido un efecto perjudicial importante en las rutinas de aprendizaje y cotidiana de los alumnos universitarios. Factores críticos como la carga horaria, la falta de descanso y los problemas emocionales han impactado negativamente el desempeño académico.

La ansiedad, la depresión, el estrés y otros efectos emocionales de la epidemia han afectado la atención y las emociones de los estudiantes, así como también, la transición a la educación a distancia y al aislamiento social también ha sido difícil, lo que ha provocado una falta de interacción social y una sensación de aislamiento (Merchán-Villafuerte et al., 2024). Clerque et al. (2024), en su estudio sobre depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios post-COVID-19 en la carrera de pedagogía de idiomas nacionales y extranjeros, utilizaron la prueba DASS-21 para evaluar la ansiedad, depresión y estrés, revelando que el 46,83% de los estudiantes presentaba niveles elevados de ansiedad y un 21,52% mostraba síntomas de depresión. Estas alteraciones emocionales influyeron de manera considerable tanto dentro como fuera del aula. Los resultados obtenidos han sido clave para comprender el impacto de la pandemia en la estabilidad emocional de los estudiantes, para el diseño de proyectos enfocados en la prevención y el acompañamiento psicológico.

En un estudio realizado por Tufiño y Acevedo (2022) sobre salud mental post-pandemia, en estudiantes de medicina en Ecuador, se evidenció que, en promedio, el 85% de los participantes experimentó algún tipo de trastorno emocional leve. Además, el 61% reportó haber sufrido ataques de ansiedad o pánico y el 58% manifestó preocupación por enfrentar futuros episodios similares. A pesar de que el 58% consideró buscar ayuda profesional, solo el 28% recibió algún tipo de apoyo y apenas el 12% recibió tratamiento farmacológico.

La salud mental juega un rol importante en las personas al desarrollar todas sus habilidades para desenvolverse, aprender y trabajar adecuadamente, especialmente en manejar el estrés, ansiedad, depresión y otros trastornos de la conducta; razón por la cual el propósito de este estudio fue identificar qué factores se asocian con la salud emocional de estudiantes durante la pandemia por COVID-19, como una población joven directamente afectada y vulnerable. En concreto, plantea dar respuesta a la pregunta de investigación: ¿Qué variables predisponen a alteraciones en el bienestar emocional de los estudiantes en el contexto de la pandemia de COVID-19?

METODOLOGÍA

Diseño y tipo de estudio

La investigación se basa en un diseño documental de revisión bibliográfica de tipo descriptiva, que incluye la recopilación, análisis y síntesis de estudios científicos y literatura relevante afines a las variables del estudio.

Estrategia de la búsqueda

Se utilizó una búsqueda sistemática de artículos científicos publicados en los últimos cinco años (2020-2025) utilizando las bases de datos PubMed, Scielo, Google Scholar y PsycINFO. Las palabras clave empleadas en la búsqueda incluyeron: “salud emocional”, “factores predisponentes”, “pandemia”, “COVID-19”, “estrés académico”, “ansiedad”, “depresión”, “resiliencia”, “adaptación psicológica”. Se utilizaron los operadores booleanos “AND”, “OR” y “NOT” para combinar términos y mejorar los resultados de la búsqueda.

Criterios de elegibilidad

Criterios de inclusión

Se incluyeron artículos científicos publicados en cualquier idioma en el periodo seleccionado de los últimos cinco años, en formato de estudios originales, revisiones sistemáticas y meta-análisis, estudios clínicos y de casos, fuentes sanitarias de relevancia como organizaciones de salud y fuentes oficiales, de acceso completo.

Criterios de exclusión

Se excluyeron artículos que no estuviesen disponibles en texto completo, duplicados o fuentes no revisadas por pares, tesis, blogs, resúmenes de congresos, cartas al editor o sitios web no académicos.

Manejo de la información

La información relevante fue procesada y almacenada utilizando una base de datos en Microsoft Excel, donde se registraron las referencias bibliográficas, títulos, autores, años de publicación, metodologías empleadas, principales hallazgos y conclusiones. Se revisó un total de 90 artículos científicos, de los cuales se seleccionaron 37 para su análisis final, basándose en su relevancia y calidad. Los resultados extraídos de los estudios seleccionados fueron sintetizados y organizados temáticamente para su análisis y discusión en esta investigación, siguiendo las indicaciones internacionales establecidas por PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses) (Page et al., 2021), el cual permite determinar la validez de los artículos basada en criterios de elegibilidad, fuentes de información, proceso de extracción de datos, certeza de la evidencia, entre otros.

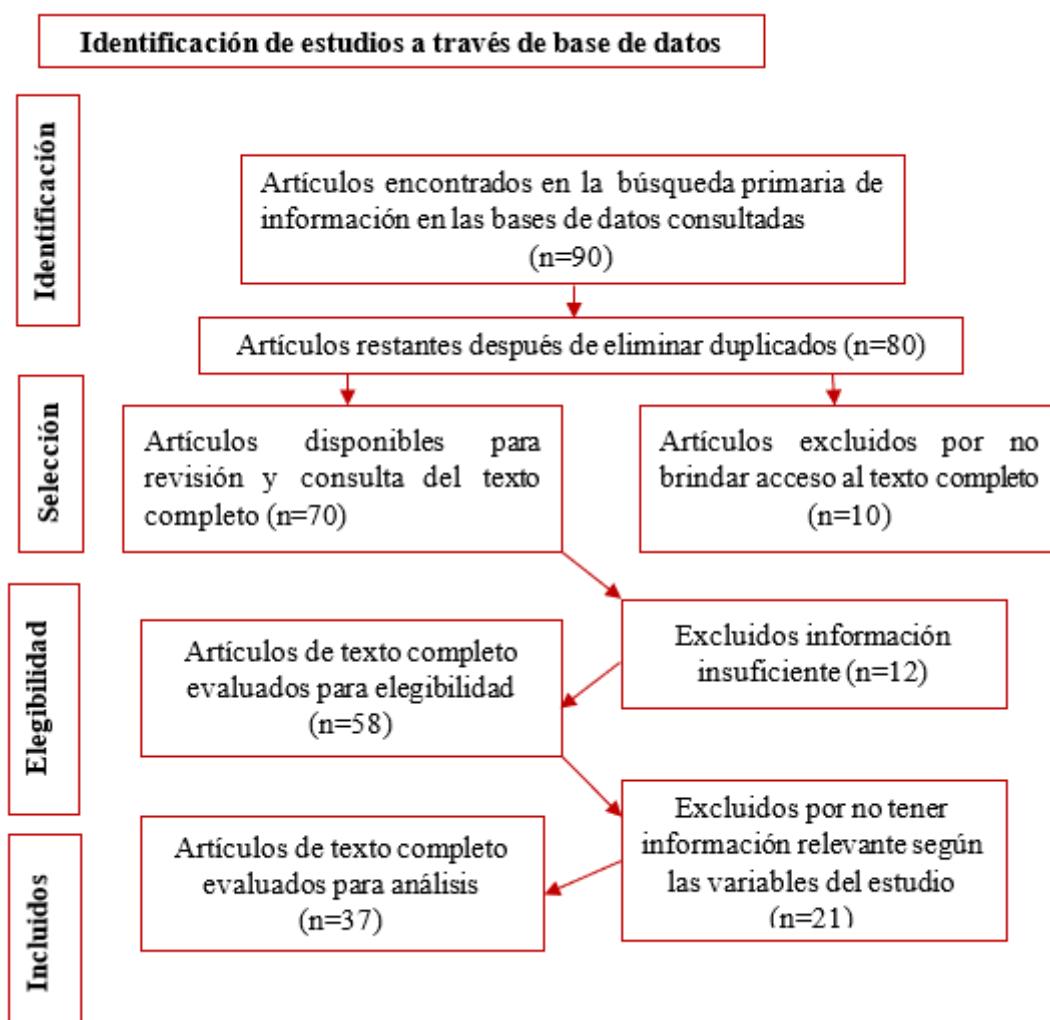


Figura 1.

Diagrama de flujo de la búsqueda de la información para la revisión.

Consideraciones éticas

Esta investigación se considera sin riesgo. Se aplicaron normas éticas al no incurrir en plagiointencional, sin transgresión de la propiedad intelectual, respetando los derechos de autor, realizándose una adecuada citación y referencia de la información de acuerdo a las normas Vancouver (Ontano et al., 2021).

RESULTADOS

Tabla 1.

Factores asociados a la salud emocional de estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19.

Autor/ Referencia	País	Población	Principales factores
Huarcaya et al. (2021).	Perú	1.238 estudiantes de 8 facultades de medicina peruanas.	Los síntomas de depresión moderada-severa, ansiedad y estrés se asociaron a no tener estabilidad económica familiar, estar en los primeros años de formación médica, ser mujer y tener miedo a que su formación médica se retrasase y se vea perjudicada.
Cortijo et al. (2022)	México	1.563 estudiantes de la Facultad de Estudios Superiores	El distanciamiento social, el confinamiento, la pérdida de rutinas, el no tener vida sociable y las implicaciones que tiene la educación a distancia.
Espín et al. (2022)	Ecuador	99 estudiantes de Administración de Empresas	El miedo al contagio, la muerte propia o de sus familiares o amigos, el cambio total o parcial de sus hábitos de vida, la sobrecarga universitaria y la situación económica de los universitarios.
Wei et al. (2022)	China	537 estudiantes de primer año en tres universidades.	La presión de tiempo tuvo una relación positiva con el agotamiento emocional y negativa con la salud mental. El apoyo social percibido se correlacionó negativamente con el agotamiento emocional y positivamente con el compromiso estudiantil y mejoró la salud mental.
Salinas et al. (2023)	Chile	500 universitarios de la Región de La Araucanía	Los estudiantes universitarios desarrollaron estrés psicológico, depresión y ansiedad por el confinamiento durante la pandemia.
Chenneville et al. (2023)	Estados Unidos	697 universitarios	El 40% de la población en estudio debido al confinamiento y exposición a noticias durante la pandemia y el impedimento de actividades de rutina presentaron alteraciones de salud emocional (ansiedad general y social, depresión mayor, déficit de atención e hiperactividad, pánico, estrés postraumático, trastorno obsesivo compulsivo y trastorno bipolar).
Barbieri et al. (2023)	Italia	7.146 estudiantes universitarios y 11.839 estudiantes de secundaria.	La soledad y autolesión, seguidas de ser de género femenino, presentar conductas de atracones y tener relaciones familiares insatisfactorias fueron los factores de empeoramiento de la salud emocional.
Jiménez et al. (2023)	Argentina, Colombia, Ecuador, España, México y Uruguay	7.601 universitarios	Sentimientos de soledad y mayor neuroticismo se asociaron significativamente con ansiedad, depresión y somatización en el 46,15%, otros factores de riesgo individuales como ser mujer y comprensión de la pandemia también se asociaron significativamente.
Sarzosa et al. (2023)	Ecuador	270 estudiantes de Enfermería	El 34,8 % de los estudiantes ha pensado en dejar sus estudios debido a factores económicos. Los niveles de depresión moderados o graves en el 27,4% de la muestra indican un alto riesgo para el bienestar y el desempeño académico de los estudiantes.

Autor/ Referencia	País	Población	Principales factores
Liverpool et al. (2023)	Reino Unido	1.160 estudiantes	La expresión de género, la sexualidad, la edad, la etnia, tener necesidades adicionales y el nivel y lugar de estudio se asociaron con la salud mental o el bienestar. Los estilos de afrontamiento individuales, los niveles de autoeficacia y la actividad física también se asociaron con la salud mental o el bienestar.
Kohls et al. (2023)	Alemania	5.510 estudiantes de seis universidades	Un tercio exhibieron síntomas relevantes de depresión (35,5%), consumo de alcohol (33,0%) o trastorno de ansiedad (31,1%). 19,6% reportaron ideación suicida o pensamientos de autolesión. Un mayor estrés y soledad percibidos predijeron significativamente niveles más altos de depresión, mientras que la resiliencia y el apoyo social se identificaron como factores protectores.
Talarowsha et al. (2023)	Polonia	721 participantes	Los síntomas de ansiedad y somáticos, así como trastornos del sueño empeoraron cuando el sexo del estudiante era femenino y por la inactividad. La edad de las personas encuestadas, su estado civil, si tenían hijos o el tipo de universidad al que asistieron resultaron ser insignificantes.
Tan et al. (2023)	Singapur	1.122 estudiantes	Los análisis de subgrupos revelaron que ser mujer, vivir en Asia en lugar de Europa y ser estudiante universitario se asociaron con mayores niveles de ansiedad, depresión, pánico, trastornos del sueño y trastornos alimentarios presentes en el 63,4% de los estudiantes.
Suárez et al. (2024)	Colombia	212 estudiantes de Enfermería	Se identificó que los factores como el estrato socioeconómico, la edad, la ansiedad, el género, las ideas suicidas y las variables psicosociales se encuentran asociados a las alteraciones de la salud emocional en los estudiantes universitarios.
Solorzano et al. (2024)	Ecuador	18 estudiantes de la Facultad de Ciencias Médicas	Los principales factores asociados en los trastornos de la salud mental en los estudiantes universitarios fueron el confinamiento y el aislamiento debido al COVID-19.
Castro et al. (2024)	Perú	500 estudiantes de cuatro universidades	Ansiedad por COVID-19 afectó en un 40% al bienestar psicológico. Asimismo, se encontró que afecta en la creación de vínculos, realización de planes y aceptación personal por el retorno a las clases presenciales, mostrando dificultades para socializar, reintegrarse con sus compañeros (as) de aula.
Rodrígues et al. (2025)	Brasil	2.333 estudiantes de cuatro universidades públicas brasileñas.	Se identificaron tasas de prevalencia superiores al 75% para depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios por síndrome de pánico, el miedo a la muerte propia o de sus familiares o amigos, agotamiento, situación económica y deterioro de la salud física.

Los estudios resumidos en la tabla 1 provenientes de 20 países, permiten resumir que los principales factores asociados a la salud mental de los estudiantes universitarios de diferentes carreras, durante la pandemia de COVID-19 son diversos y dependen del contexto. La situación socioeconómica, el sexo, el confinamiento, la pérdida de rutinas, el no tener vida social, las implicaciones de la educación a distancia, la sobrecarga

universitaria, el miedo al contagio, el miedo a la muerte propia o de sus familiares o amigos, y las restricciones de atención médica, son algunos de los riesgos que predisponen a alteraciones de la salud emocional de los estudiantes en el contexto de la pandemia de COVID-19, ocasionando generalmente ansiedad, estrés, depresión y somatización en la población estudiantil universitaria.

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en este estudio muestran como los estudiantes universitarios han experimentado niveles significativos de depresión, ansiedad y estrés tras la pandemia de COVID-19, con una prevalencia general cercana al 50% en casos moderados o graves. Estos problemas de salud emocional se asocian directamente con una afectación en lo personal, y social, tal como se observa en los altos niveles de agotamiento emocional, presión académica y autoeficacia reducida, la mayoría de los estudiantes que reportaron alteraciones en su salud emocional, también señalaron dificultades en su desempeño académico, sugiriendo que la salud mental es un factor crítico para el éxito educativo en este grupo y depende de su interpretación según la edad (Tan et al., 2023). La prevalencia de la ansiedad ha aumentado progresivamente a lo largo de los años, convirtiéndose en una de las preocupaciones más críticas entre los colegios y universidades. Con implicaciones que se extienden hacia un menor rendimiento académico y la salud mental general de los estudiantes, hallazgos que evidencian una necesidad urgente de abordar esta creciente preocupación.

Los resultados obtenidos en este estudio son consistentes con lo reportado por Bennett et al. (2022), quienes realizaron una encuesta en estudiantes universitarios del Reino Unido, encontrando que el 48,1% presentaba síntomas moderados a graves de depresión, el 46,7% ansiedad y el 56,3% reportó un bienestar subjetivo afectado. Los niveles de ansiedad se incrementaron notablemente en el 2021 en comparación con el 2019, debido a los múltiples confinamientos nacionales, los cambios prolongados en las restricciones sociales y la vida universitaria, por lo que estos autores sugieren la necesidad de contar con estrategias sectoriales que incluyan enfoques preventivos, opciones de tratamiento adecuadas para los estudiantes que ya experimentan dificultades y un seguimiento continuo después de la pandemia.

De modo similar, Cheng et al. (2023), en un estudio en China, mencionan una proporción de estudiantes que experimentaron ansiedad (37,8%), depresión (39,3%), insomnio (28,3%) y síntomas de trastorno de estrés postraumático (29,5%). La proporción de participantes que informaron síntomas de ansiedad leves (28,0%), moderados (6,1%), moderadamente graves (2,7%) y graves (1,0%). La proporción de participantes que informaron síntomas depresivos leves (30,2%), moderados (6,3%), moderadamente graves (1,9%) y graves (0,8%) respectivamente. Estos estudios refuerzan la idea de que la pandemia de COVID-19 ha tenido un impacto significativo y variado en la salud mental de los estudiantes, afectando múltiples aspectos psicológicos como la ansiedad, la depresión y el insomnio y revelan una alta prevalencia de síntomas mentales y cognitivos entre los estudiantes de medicina chinos tras la pandemia de COVID-19. Se debe prestar especial atención a la salud mental de los estudiantes de cursos superiores y de quienes residen en zonas rurales.

Un estudio realizado por Vásquez et al. (2021) reflejó que los estudiantes universitarios presentaban pensamientos

suicidas (11,4%), estrés (24,7%), alto nivel de ansiedad (27,7%), angustia grave (22,4%), depresión (16,1%). Además, factores económicos estresantes y un fuerte miedo a la brecha académica causaron ansiedad en el 25% de los estudiantes universitarios. Este estudio puso en evidencia que la salud mental influenciada por el COVID-19 impacta negativamente a nivel del rendimiento académico *en los estudiantes, por lo que se concluye que debe darse un mayor apoyo por parte de sus padres, docentes y autoridades universitarias, para disminuir el impacto en la salud y el rendimiento académico de los jóvenes universitarios.*

Estos hallazgos coinciden con lo reportado por Ocampo-Eyzaguirre y Correa-Reynaga (2022), quienes también observaron altos niveles de depresión en estudiantes universitarios, el 13% presentaba depresión severa, el 57% moderada y el 30% leve, mientras que el estrés afectaba de manera severa al 12%, moderada al 50% y leve al 38%. En cuanto a la autoestima, el 35% de los estudiantes mostraba niveles altos, el 59% niveles medios, y el 6% bajos. Estos datos refuerzan la preocupación por el impacto psicológico en los estudiantes universitarios, donde la combinación de factores económicos, académicos y emocionales incrementa considerablemente el riesgo de trastornos mentales y afectaciones en la autoestima. Los resultados develan que, la situación emocional de los estudiantes respecto a la depresión y los niveles de estrés se encuentran en niveles moderados y, en la autoestima y resiliencia se aprecia un nivel medio alto.

En el estudio longitudinal que Voltmer et al. (2021) condujeron en Alemania, donde entre el 40% y 60% de los estudiantes reportaron un aumento en el estrés mental, sentimientos de soledad y temor hacia el futuro. Sorprendentemente, alrededor del 17% de los estudiantes señalaron que experimentaron menos estrés durante la pandemia. Además, el 85% de los encuestados reconoció que la COVID-19 tuvo un impacto directo en sus estudios. En contraste, Pérez et al. (2023) describen que el 44,1% presentó síntomas de ansiedad severa y el 46,5% síntomas de depresión severa o moderadamente severa. Sin embargo, el 56,9 % de los estudiantes mostró una percepción buena o muy buena sobre su rendimiento académico, a pesar de las afectaciones emocionales significativas, una gran parte de los estudiantes mantenía una percepción favorable de su desempeño académico. Este contraste pone de relieve la compleja interacción entre el bienestar mental y la autoevaluación del rendimiento académico en tiempos de crisis.

En su estudio en Colombia, Suarez-Villa et al. (2024) evidenciaron además que el sexo femenino se asocia con mayor prevalencia de ansiedad y depresión durante la pandemia, probablemente por una mayor reactividad emocional y roles de cuidado que incrementan la carga psicológica en las mujeres universitarias. Asimismo, el nivel socioeconómico bajo actuó como factor predisponente al aumentar la inseguridad material y limitar el acceso a recursos de apoyo, elevando así el estrés y la sintomatología emocional negativa.

Los antecedentes de trastornos mentales constituyen un importante factor de riesgo para empeorar la salud emocional durante el confinamiento, ya que la disruptión de rutinas y servicios de atención agrava síntomas preexistentes (Chafloque, 2024); mientras que la sobrecarga académica y la incertidumbre derivada de la enseñanza remota incrementan niveles de estrés percibido y fatiga cognitiva, afectando negativamente el rendimiento y bienestar emocional de los estudiantes. Además, el aislamiento social y la pérdida de redes de apoyo presencial favorecen sentimientos de soledad y aislamiento, correlacionados con mayores puntuaciones

de depresión y ansiedad (Kohls et al., 2023).

Un factor muy frecuente fue el miedo al contagio y la preocupación constante por la salud propia y familiar que actúan como estresores crónicos que elevan la prevalencia de sintomatología ansiosa entre los universitarios. Este estudio iberoamericano en 7601 estudiantes universitarios de Argentina, Colombia, Ecuador, España, México y Uruguay (72% mujeres), también permitió demostrar una alta prevalencia (46,15%) de distrés entre los estudiantes universitarios, independientemente del país, y significativamente mayor que en la población general (28,27%). Mayores sentimientos de soledad y mayor neuroticismo se asociaron significativamente con ansiedad, depresión y somatización (Jiménez-Villamizar et al., 2023).

Un mejor conocimiento de los factores asociados con la mala salud mental y también de aquellos que aumentan el bienestar mental puede proporcionar una base para diseñar estrategias e intervenciones específicas que puedan prevenir la mala salud mental y garantizar que haya apoyo específico disponible para los estudiantes con mayor riesgo (Campbell et al., 2022).

La principal limitación de esta revisión radica en que la mayoría de los estudios analizados provienen de poblaciones heterogéneas, lo que dificulta la posibilidad de generalizar los resultados a otras regiones con diferentes realidades socioeconómicas y educativas. Además, varios de los estudios revisados se basan en autoinformes, lo que afecta la exactitud de los datos porque los estudiantes pueden haber subestimado o exagerado sus dificultades emocionales. También destaca la escasez de estudios longitudinales, lo que limita la capacidad de entender cómo evolucionan los problemas de salud mental y el rendimiento académico a lo largo del tiempo tras la pandemia.

Finalmente, este estudio demuestra que los factores predisponentes como la presión académica, la falta de apoyo social y el miedo al fracaso contribuyen significativamente a la prevalencia de problemas de salud emocional entre los estudiantes universitarios en la era post-COVID-19, los cuales afectan de manera directa o indirecta en el desempeño personal, social y académico de los estudiantes. Para mitigar los efectos adversos en su salud mental, es crucial implementar intervenciones enfocadas en fortalecer la resiliencia emocional, incrementar el apoyo psicológico y aliviar la presión académica. Las mencionadas estrategias no solo contribuirían a mejorar su bienestar, sino también a optimizar su rendimiento en entornos educativos. Es esencial que las instituciones educativas prioricen el bienestar emocional de sus estudiantes para garantizar un entorno de aprendizaje más saludable y productivo en el futuro.

CONCLUSIONES

El impacto generalizado que tuvo el COVID-19 después de la pandemia en la salud emocional de la población estudiantil universitaria se encontró asociada negativamente, debido a diferentes factores de riesgo tales como el sexo femenino, el factor socioeconómico, el aislamiento social, el confinamiento, la falta de acceso a los servicios de salud pública, el estrés académico, el miedo al contagio y la muerte propia o de las personas cercanas fueron en conjunto factores más comunes que aquejaron la salud emocional produciendo el estrés, la ansiedad y la depresión. Este contexto resalta la necesidad de programas de apoyo emocional y el asesoramiento

psicológico para promover la salud emocional y reducir el impacto negativo por la pandemia en los estudiantes universitarios.

En definitiva, entre los factores que predisponen a la alteración de la salud mental, a raíz de la pandemia, surgió un elevado número de casos con estrés, ansiedad y depresión en muchos estudiantes; asociado a ciertas comodidades presentes en el hogar y la falta de supervisión; así como también el insomnio, el cual tiene un impacto notable en la estado emocional y cognitivo. En consecuencia, estos factores afectaron negativamente a los estudiantes universitarios después de la pandemia, requiriendo una mayor comprensión por parte del personal académico para la adaptación de las nuevas modalidades educativas.

CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

FINANCIAMIENTO

Esta investigación forma parte del proyecto “Salud emocional post COVID-19 y rendimiento académico en jóvenes universitarios en la zona sur de Manabí”, aprobado según número PROG-009-PROY-002-2023, por la Dirección de Investigación de la Universidad Estatal del Sur de Manabí. Ecuador.

REFERENCIAS

- Barbieri, V., Piccoliori, G., Mahlknecht, A., Plagg, B., Ausserhofer, D., Engl, A. & Wiedermann, C. J. (2023). Adolescent Mental Health during the COVID-19 Pandemic: The Interplay of Age, Gender, and Mental Health Outcomes in Two Consecutive Cross-Sectional Surveys in Northern Italy. *Behavioral sciences (Basel, Switzerland)*, 13(8), 643. <https://doi.org/10.3390/bs13080643>
- Bennett, J., Heron, J., Gunnell, D., Purdy, S. & Linton, M. J. (2022). The impact of the COVID-19 pandemic on student mental health and wellbeing in UK university students: a multiyear cross-sectional analysis. *Journal of mental health (Abingdon, England)*, 31(4), 597–604. <https://doi.org/10.1080/09638237.2022.2091766>
- Campbell, F., Blank, L., Cantrell, A., Baxter, S., Blackmore, C., Dixon, J. & Goyder, E. (2022). Factors that influence mental health of university and college students in the UK: a systematic review. *BMC public health*, 22(1), 1778. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13943-x>
- Castro Paisig, J., Quispe Bustamante, S., Palomino Ccasa, J. y Vilchez Julon, J. (2024). Ansiedad por coronavirus y bienestar psicológico en estudiantes universitarios que retornan a clases presenciales. *Revista InveCom*, 4(2), e040241. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10625919>
- Chafloque Chávez, S. E. (2024). Factores de riesgo asociados a ansiedad y depresión por COVID-19, una revisión sistemática. *Revista Tribunal*, 4(9), 339-359. <https://doi.org/10.59659/revistatribunal.v4i9.83>
- Cheng, J., Liao, M., He, Z., Xiong, R., Ju, Y., Liu, J., Liu, B., Wu, B. & Zhang, Y. (2023). Mental health and cognitive function among medical students after the COVID-19 pandemic in China. *Frontiers in public health*, 11, 1233975. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1233975>
- Chenneville, T., Gabidon, K., Zharima, C., Hornschuh, S. & Dietrich, J. J. (2023). Factors affecting COVID-19's mental health impact on college students in the southeastern United States. *Frontiers in public health*, 11, 1225686. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1225686>
- Chong-Riofrio, W. S., Castro-Jalcas, J. E., Vera-Triviño, J. A. y Zambrano-Loor, A. M. (2023). Salud Emocional Post Covid-19: Situación Actual En Adolescentes. *MQRInvestigar*, 7(3), 4317–4331. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.7.3.2023.4317-4331>
- Clerque Acuña, K. del P., Díaz Villarruel, J. J. y Cabascango Vinueza, D. J. (2024). Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios post covid 19 en la carrera de pedagogía de los idiomas nacionales

y extranjeros (español – francés – inglés): Depression, anxiety and stress in college students post covid 19: analysis of a sample of students from the pedagogy of national and foreign languages (spanish – french - english) major. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 5(4), 1069 – 1080. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2316>

Cortijo Palacios, X., Arenas Montaño, G., López Sánchez, O. y Robles Mendoza, A. (2022). Cambios en salud durante la pandemia por COVID-19 en estudiantes universitarios: Aproximación reflexiva a la luz de la dimensión emocional. *Ágora Revista Científica*, 9 (01), 58-64. <https://doi.org/10.21679/196>

Espín Oleas, M. E., Funes Samaniego, L. A. y Procel Silva, M. A. (2022). Impacto emocional de la pandemia por covid-19 en los estudiantes de la escuela politécnica de Chimborazo en el Ecuador. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS*, 4(1), 167–180. <https://editorialalema.org/index.php/pentaciencias/article/view/48>

Fuentes-Parrales, J. E., Moreno-Cevallos, A. J. y Zavala-Hoppe, A. N. (2024). Estrategias de apoyo psicológico y emocional para promover el bienestar y el rendimiento académico de los jóvenes después de la pandemia de COVID-19. *MQRInvestigar*, 8(1), 1807–1821. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.8.1.2024.1807-1821>

Hernández Rodríguez, J. (2020). Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. *Medicentro Electrónica*, 24(3), 578-594. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432020000300578&lng=es&tlang=es.

Huarcaya-Victoria, J., Elera-Fitzcarrald, C., Crisol-Deza, D., Villanueva-Zúñiga, L., Pacherres, A., Torres, A., Huertas, G., Calderón, D., Noriega-Baella, C., Astonitas, E. y Salvador-Carrillo, J. (2021). Factors associated with mental health in Peruvian medical students during the COVID-19 pandemic: a multicentre quantitative study. *Revista Colombiana de psiquiatria*, S0034-7450(21)00108-6. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.06.002>

Jiménez-Villamizar, M.P., Muro, A., Navarro, J.B., Carmona Cervelló, M., Cladellas, R., Feliu Soler, A., Reche-Camba, E., López-Fernández, D., Méndez-Ulrich, J.L., Selva, C. & Sanzet, A. (2023). Predictive factors of the psychological impact of the COVID-19 pandemic on university students: a study in six Ibero-American countries. *Ansiedad y Estrés*, 29(3), 153-162. <https://doi.org/10.5093/anyes2023a19>

Kohls, E., Guenthner, L., Baldofski, S., Brock, T., Schuhr, J. & Rummel-Kluge, C. (2023). Two years COVID-19 pandemic: Development of university students' mental health 2020-2022. *Frontiers in psychiatry*, 14, 1122256. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1122256>

Liverpool, S., Moinuddin, M., Aithal, S., Owen, M., Bracegirdle, K., Caravotta, M., Walker, R., Murphy, C., & Karkou, V. (2023). Mental health and wellbeing of further and higher education students returning to face-to-face learning after Covid-19 restrictions. *PloS one*, 18(1), e0280689. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280689>

Merchán-Villafuerte, K. M., Quiroz-Villamar, D. J. y Saltos-Alcívar, V. A. (2024). Impacto de la ansiedad, depresión y estrés post pandémico en el desempeño académico de estudiantes universitarios. *MQRInvestigar*, 8(1), 3471–3492. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.8.1.2024.3471-3492>

Ocampo-Eyzaguirre, D. y Correa-Reynaga, A. M. (2022). Situación emocional y resiliencia de estudiantes universitarios, pos-pandemia de la COVID-19. Norte de Potosí, Bolivia. *Sociedad & Tecnología*, 6(1), 17–32. <https://doi.org/10.51247/st.v6i1.322>

Ontano, M., Mejía-Velastegui, A. I. y Avilés-Arroyo, M. E. (2021). Principios bioéticos y su aplicación en las investigaciones médico-científicas: Artículo de revisión. *Ciencia Ecuador*, 3(3), 9-16. <https://www.cienciaecuador.com.ec/index.php/ojs/article/view/27>

Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2022). Salud Mental y COVID-19.: <https://www.paho.org/es/salud-mental-covid-19>

Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., McGuinness, L. A., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ (Clinical research ed.)*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>

Pérez, T., Pardo, M. C., Cabellos, Y., Peressini, M., Ureña-Vacas, I., Serrano, D. R. & González-Burgos, E. (2023). Mental health and drug use in college students: Should we take action?. *Journal of affective disorders*, 338, 32–40. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.05.080>

- Rodrígues, Y., Alves, B., Santana, M., Lourenço, B., Chaves, E., Chianca, T. y de Castro Moura, C. (2025). Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios y relación con factores sociodemográficos y psicosociales post-COVID-19. *Cogitare Enfermagen*, 30, e 98438. <https://doi.org/10.1590/ce.v30i0.98438>
- Salinas-Oñate, N., Gómez-Pérez, D., Cancino, M., Ortiz, M.S., Salazar-Fernández, C. y Olivera, M.P. (2023). Problemas de salud mental en universitarios durante la pandemia por COVID-19: ¿qué tipo de ayuda buscan?. *Terapia psicológica*, 41(1), 19-38. <https://dx.doi.org/10.4067/s0718-48082023000100019>
- Sarzosa Trávez, C., Jácome Bosquez, I. J., Cifuentes Álava, D. M., Villarreal Reinoso, M. A., & Oña Chicaiza, L. P. (2023). Depresión Post Pandemia Covid-19 en estudiantes de la carrera de enfermería de Quito-Ecuador. *Revista Conecta Libertad ISSN 2661-6904*, 7(2), 31–40. <https://revistaitsl.itslibertad.edu.ec/index.php/ITSL/article/view/327>
- Solorzano, R., Basurto, G., Molina, C. y Mendoza, L. (2024). Afectaciones del COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios. *Revista PSIDIAL: Psicología y Diálogo de Saberes*, 3(2) 94-107. <https://doi.org/10.33936/psidial.v3i2.6519>
- Suárez-Villa, M., Camacho-Suárez, J., Barraza-Caballero, M., Franco-Rodríguez, Y. y Tapias-Suarez, D. (2024). Factores asociados a salud mental post COVID-19 en estudiantes universitarios de Barranquilla. *Duazary*, 20(4), 261–272. <https://doi.org/10.21676/2389783X.5477>
- Talarowska, M., Rucka, K., Kowalczyk, M., Chodkiewicz, J., Kowaleczyk, E., Karbownik, M. S. & Sienkiewicz, M. (2023). Mental Health of Students at Polish Universities after Two Years of the Outbreak of COVID-19. *International journal of environmental research and public health*, 20(3), 1921. <https://doi.org/10.3390/ijerph20031921>
- Tan, G., Ci, S.X., Hartanto, A., Goh, A. & Majeed, N. (2023). Prevalence of anxiety in college and university students: An umbrella review. *Journal of Affective Disorders Reports*, 14, 1-15. https://ink.library.smu.edu.sg/soss_research/3830
- Tufiño, A. y Acevedo, D. (2022). Salud mental postpandemia, en estudiantes de medicina en Ecuador. *Práctica Familiar Rural*, 7(3). <https://practicafamiliarrural.org/index.php/pfr/article/view/254>
- Valero Cedeño, N. J., Vélez Cuenca, M. F., Duran Mojica, Ányelo A. y Torres Portillo, M. (2020). Afrontamiento del COVID-19: estrés, miedo, ansiedad y depresión. *Enfermería Investiga*, 5(3), 63–70. <https://doi.org/10.31243/ei.uta.v5i3.913.2020>
- Vásquez, A., Morales, H. y Silva, J. (2021). Influencia de la salud mental en el rendimiento académico de universitarios por COVID-19. *Hacedor - AIAPÆC*, 5(2), 119-129. <https://doi.org/10.26495/rch.v5i2.1935>
- Venegas Ruiz, B., Mederos Torres, C. V., Uvalle Navarro, R. L., Díaz Burke, Y. y Garay Martínez, L. E. (2024). Impacto del COVID-19 en el Rendimiento Académico y Estilos de Vida de los Estudiantes Universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(4), 2111-2126. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i4.12452
- Voltmer, E., Köslich-Strumann, S., Walther, A., Kasem, M., Obst, K. & Kötter, T. (2021). The impact of the COVID-19 pandemic on stress, mental health and coping behavior in German University students - a longitudinal study before and after the onset of the pandemic. *BMC public health*, 21(1), 1385. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11295-6>
- Wei, C., Ma, Y., Ye, J. H. & Nong, L. (2022). First-Year College Students' Mental Health in the Post-COVID-19 Era in Guangxi, China: A Study Demands-Resources Model Perspective. *Frontiers in public health*, 10, 906788. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.906788>
- Zapata Jiménez, A. y De Lille Quintal, M. J. (2024). Autoeficacia Académica y su Relación con los Niveles de Ansiedad y Depresión en Universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(6), 3873-3887. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i6.8963