

CARACTERÍSTICAS DE LOS HÁBITOS DE ESTUDIO, LA ANSIEDAD Y LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA

ÓSCAR MAURICIO GALLEGO VILLA*
CORPORACIÓN UNIVERSITARIA IBEROAMERICANA, BOGOTÁ, COLOMBIA

Recibido: Octubre 1 de 2010

Aprobado: Diciembre 3 de 2010

Resumen

La presente investigación buscó identificar las características de los hábitos de estudio y la presencia de problemáticas de ansiedad y depresión en estudiantes de psicología de una universidad privada de Bogotá, así como la relación entre estos factores con el rendimiento académico. El análisis de datos permitió observar que en la mayor parte de los factores medidos a través de la prueba LASSI (Weinstein, Schulte & Palmer, 1987), los estudiantes muestran un nivel adecuado. Sin embargo, los factores de actitud, motivación, ansiedad y autoevaluación en lo relacionado con el estudio presentaron un nivel inferior al promedio. Adicionalmente se encontró que el rendimiento académico se correlacionó de manera positiva con los hábitos de estudio adecuados y de manera negativa con los niveles altos de ansiedad y de depresión (medidos con las Escalas de Zung).

Palabras clave: rendimiento académico, ansiedad, depresión, hábitos de estudio, estudiantes de psicología.

CHARACTERISTICS OF STUDY HABITS, THE ANXIETY AND DEPRESSION IN STUDENTS OF PSYCHOLOGY

Abstract

This study aimed to identify the characteristics of the study habits and the presence of problems of anxiety and depression in psychology students at a private university in Bogota, and the relationship between these factors to academic performance. Data analysis allowed to observe that most of the factors measured by the test LASSI (Weinstein, Schulte & Palmer, 1987), students show an appropriate level. However, the factors of attitude, motivation, anxiety and self-assessment in relation to the study had lower than average. Additionally it was found that academic performance is positively correlated with the appropriate study habits and negatively with high levels of anxiety and depression (Measured with the Zung Depression and Anxiety Scales).

Key words: academic performance, anxiety, depression, study habits, students of psychology.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad es posible encontrar gran cantidad de investigación dirigida a establecer la prevalencia de los cuadros de ansiedad y depresión (Beuke, Fischer, & McDowall, 2003), que buscan no sólo describir estas condiciones sino también establecer factores de predisposición con miras al establecimiento de estrategias adecuadas de prevención e intervención una vez estas condiciones ya están presentes. Estudios como estos se han centrado en el análisis de variables demográficas como la edad, los factores psicoso-

ciales, el estilo cognitivo entre otros aspectos con el propósito de dilucidar factores de adquisición y mantenimiento de la ansiedad y la depresión. (Calvete, 2005; Kohn, et al., 2005; Nettle, 2004; Spielberger & Reheiser, 2003). En este sentido, hay gran cantidad de estudios que incluyen población universitaria (Amézquita, González & Zuluaga, 2000; Arboleda, Gutiérrez, & Miranda, 2001; Arco, López, Heiborn & Fernández, 2005; Campo, Díaz, Rueda & Barros, 2005; Campo & Gutiérrez, 2001; Galli, 2005; González,

* Investigación realizada en el grupo de Psicología Educativa. Dirección: Corporación Universitaria Iberoamericana, Calle 67, N° 5-27, Bogotá, Colombia. *E-mail:* mauriciogallego80@hotmail.com.

Campo & Haydar, 1999; Miranda, Gutiérrez, Bernal & Escobar, 2000), que en general concluyen que las problemáticas de ansiedad y depresión presentan alta prevalencia en esta población y que estas condiciones influyen de manera negativa en aspectos como el rendimiento académico, la deserción, la calidad de vida y el bienestar de los estudiantes. Adicionalmente a lo anterior, también es altamente documentado el tema de la covariación entre ansiedad y depresión en la población general, así, estudios como el de Gorman (1996) y Ninan y Berger (2001), muestran que la comorbilidad de estos cuadros puede incidir en la gravedad de los mismos y en las consecuencias en el nivel de deterioro funcional de los afectados.

En el caso de la depresión, Arrivillaga, Cortés, Goicochea y Lozano (2003) señalan que ésta se puede constituir en un factor asociado a los problemas de rendimiento académico en la medida en que conduce a la pérdida de motivación y a la baja frecuencia de actividades relacionadas con el estudio. Adicionalmente, entre los factores que pueden desencadenar depresión según estos autores, también aparecerían las dificultades académicas.

Por otra parte, Campo et al. (2005), indican que varios estudios han encontrado que la identificación temprana de la depresión no sólo minimizaría la posibilidad de fracaso académico, sino que también reduciría en forma substancial otras conductas de riesgo para la salud, como el consumo de cigarrillo o de alcohol o las conductas alimentarias desadaptativas asociadas con la presencia de trastornos depresivos.

Por su parte, para el caso de la ansiedad, Cassaretto (2003), encontró en una muestra de estudiantes de psicología que dentro de los generadores de estrés se encuentran aquellos relacionados con el futuro, es decir el desempleo, la destrucción del medio ambiente y la percepción de falta de éxito, los cuales se evidencian en altas puntuaciones en ansiedad.

En el contexto nacional, los datos suministrados por el estudio epidemiológico más reciente en salud mental muestran que las problemáticas más frecuentes son las de ansiedad (con una prevalencia del 19.3%), la de alteraciones del estado de ánimo (15%) y las de consumo de sustancias psicoactivas (10.6%) (Ministerio de Protección Social, 2003). Estos datos se muestran congruentes con varias investigación con población universitaria que refiere estos problemas psicológicos como los más frecuentes (esto se ve reflejado en estudios como los de Avilés, Castaño & Gallego, 2003 y Agudelo, Casadiegos & Sánchez, 2008).

Según lo reportan estas investigaciones, la presencia de ansiedad y depresión conduce a problemáticas de diversa índole en los estudiantes que les impiden adaptarse de manera funcional y efectiva a las demandas académicas, lo que los lleva a problemas significativos de rendimiento académico y eventual deserción.

Adicionalmente a las problemáticas de tipo psicológico, también es importante mencionar el efecto que puede generar la deficiencia en estrategias de estudio adecuadas para afrontar las actividades académicas. De acuerdo con Pozar (1997), el estudio se puede definir como una actividad regida por una serie de hábitos intelectuales, mediante la cual se busca un proceso de aprendizaje (un cambio permanente en el repertorio del individuo), cuando dichos hábitos no están presentes, son infrecuentes o se desarrollan de manera inadecuada, sobreviene un problema en el rendimiento académico (Garzón, Rojas, Del Riesgo, Pinzón & Salamanca, 2010).

Uno de los efectos asociados con las problemáticas de ansiedad, depresión y hábitos de estudio deficientes es el bajo rendimiento académico. Pizarro (1985) señala que el rendimiento académico se puede definir como un indicador de lo que un individuo ha aprendido como resultado de un proceso educativo de instrucción y formación, así como de la capacidad del estudiante para responder frente a los estímulos educativos con base en unos objetivos o parámetros formativos preestablecidos (Palacio & Martínez, 2007). En el ámbito universitario este aspecto puede verse asociado a múltiples factores como por ejemplo, la cantidad de materias aprobadas, el encontrarse nivelado, el mantenimiento de la continuidad en la formación hasta obtener la titulación, la realización de trabajos y exámenes con resultados satisfactorios, etc. (Palacio & Martínez, 2007). En congruencia con estos autores, la mayoría de las investigaciones muestran que el rendimiento académico puede verse afectado por una gran cantidad de causas, tanto personales como contextuales y, en algunas ocasiones, la relación entre estos factores más que unidireccional es interdependiente. En vista de esta situación es muy importante el desarrollo de estudios específicos para cada contexto educativo que permita visualizar la manera específica como el rendimiento académico de los estudiantes se ve afectado por factores particulares de su contexto y de sus variables personales.

OBJETIVOS

En cuanto al propósito general, la investigación pretendió describir y relacionar las características de los hábitos de estudio, el nivel de ansiedad y depresión en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Bogotá.

Objetivos específicos:

Identificar el perfil de hábitos de estudio de los estudiantes de psicología de una universidad privada de Bogotá.

Identificar el nivel de ansiedad más frecuente en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Bogotá.

Identificar el nivel de depresión más frecuente en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Bogotá.

Describir la relación que existe entre el perfil de hábitos de estudio y los niveles de ansiedad y depresión en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Bogotá según su nivel de rendimiento académico.

MÉTODO

Tipo de estudio

El presente es un estudio descriptivo y correlacional, que buscó describir las características centrales de la ansiedad, la depresión y los hábitos de estudio en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Bogotá y establecer la relación que pueden tener con el rendimiento académico.

El método es transversal ya que se realizó una sola medición de los atributos de interés a la población objetivo.

Participantes

Para la presente investigación se abarcó a la totalidad de los estudiantes de la Facultad de Psicología de una universidad privada de Bogotá que al momento de la aplicación de los instrumentos cumplieran con las siguientes condiciones:

1. Ser estudiantes activos (estar matriculados y tener calificaciones vigentes de los dos primeros períodos académicos del primer semestre de 2010).
2. No haber participado en la investigación en calidad de asistentes de investigación en ninguna de las fases del presente estudio.
3. Haber contestado la totalidad de los ítems del cuadernillo sin generar multimarcas y haber suminis-

trado los datos pertinentes de identificación de sus características demográficas.

4. Haber aceptado las condiciones del consentimiento informado (aceptando una participación voluntaria en el estudio).

A partir de las anteriores consideraciones se constituyó una muestra de 285 estudiantes (15.4%, hombres y 84.6%, mujeres), con edades entre los 16 y los 37 años (media: 23 años; desviación típica: 4.744). El 46% se encontraba en jornada diurna y el 54% en jornada nocturna. El 80.7% eran procedentes de Bogotá y el 19.29%, de otras regiones del país.

La figura 1 muestra la distribución según el semestre:

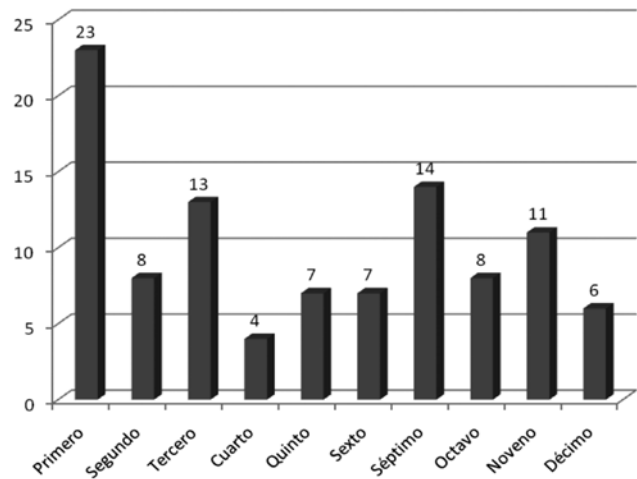


Figura 1. Distribución de la muestra según el semestre académico en el que se encontraban.

De acuerdo con la información de la figura 1, la mayor parte de los estudiantes son de los primeros tres semestres (estos grupos alcanzan a ser el 44% de la muestra).

Instrumentos

Para la presente investigación se emplearon los siguientes instrumentos:

Cuestionario sociodemográfico

Diseñado para los propósitos de la investigación, se indagan aspectos tales como la edad, sexo, procedencia, semestre actual y aspectos asociados con su condición académica actual (pérdida de asignaturas, promedio de carrera, nivelación, percepción sobre su desempeño académico).

Inventario de estrategias de aprendizaje y estudio (LASSI) (Weinstein, et al, 1987)

Es una prueba que evalúa la utilización que un estudiante hace de determinadas estrategias de aprendizaje y de técnicas o hábitos de estudio, por lo que se emplea con gran frecuencia en ámbitos educativos y en procesos de orientación profesional y vocacional. Cuenta con diez escalas que miden estos aspectos (De Baessa & De Arroyave, 1996, Castañeiras, Guzmán, Posada, Ricchini & Strucchi, 1999; Ecurra, 2006).

Esta prueba ha reportado buenas propiedades psicométricas. El estudio original de Weinstein, et al. (1987), mostró que la confiabilidad de las escalas evaluadas con el alfa de Cronbach, oscilaba entre 0.73 y 0.89 (Ecurra, 2006), mientras que la consistencia de los puntajes en el tiempo por medio de test-retest, alcanzó valores entre 0.72 y 0.85.

En Perú, Ecurra (2006), realizó un análisis psicométrico exhaustivo del inventario y encontró un nivel de confiabilidad generalizado de la prueba de 0.87, y con un rango entre 0.70 y 0.87 para las subescalas.

Escala autoaplicada de Zung para ansiedad (Zung, 1971)

El objetivo central de esta prueba es la evaluación de los síntomas de ansiedad, consta de 20 ítems. Está compuesta por ítems que evalúan síntomas somáticos (15 de los 20 ítems) y síntomas afectivos (5 de 20 ítems), los cuales indican la frecuencia de presencia de dichos síntomas. El estudio original utilizó una muestra de pacientes psiquiátricos y una muestra de adultos no clínicos. En el análisis psicométrico realizado se encontró un coeficiente de confiabilidad de 0.71 (Zung, 1971; Bianchi, 2009). La confiabilidad test-retest de 16 semanas fue de 0.84.

Por su parte, Bianchi (2009), desarrolló un estudio psicométrico con población colombiana también (utilizando una muestra no clínica de 261 participantes y una clínica de 101 participantes). El coeficiente de alfa encontrado en este estudio fue de 0.80 para población no clínica y 0.88 para población clínica.

En México, por otra parte, Hernández-Pozo, et al. (2008), realizaron una aplicación del Zung de Ansiedad a 920 personas, en la que encontraron un alfa de Cronbach de 0.77.

Tabla 1
Escalas del LASSI

Escala	Aspecto evaluado
Actitud (ACT)	Evalúa las actitudes de los estudiantes hacia el estudio en general y el grado en que ellos perciben una relación entre el estudio y el logro de metas personales.
Motivación (MOT)	Mide el grado de responsabilidad de los estudiantes en sus actividades académicas y en la obtención de logros.
Administración del tiempo (ADT)	Evalúa las habilidades del estudiante para organizar el tiempo, el grado de eficiencia en las actividades académicas. Evalúa el uso de horarios, planificadores, cronogramas, etc.
Ansiedad (ANS)	Grado de nerviosismo que presenta el estudiante en situaciones académicas como intervenciones en clase o evaluaciones.
Concentración (CON)	Capacidad del estudiante para concentrarse en la realización de las actividades académicas.
Procesamiento de información (PDI)	Mide la utilización de estrategias de elaboración y organización. Grado en que el estudiante relaciona la información ya aprendida con la que está tratando de aprender.
Selección de Ideas principales (SIP)	Capacidad del estudiante para seleccionar el material importante para estudiarlo con mayor profundidad.
Ayudas al estudio (AAE)	Habilidad de los estudiantes para utilizar estrategias propias o de otros para estudiar más eficientemente (uso de estrategias de hábitos de estudio)
Autoevaluación o control (AOC)	Evalúa si el estudiante revisa y autoevalúa su nivel de comprensión de los contenidos estudiados.
Estrategias de prueba (EDP)	Mide la efectividad y rendimiento al presentar evaluaciones.

Escala de Zung de depresión (Zung, 1965)

Es una escala de autorreporte que mide sintomatología depresiva. Contempla aspectos afectivos, fisiológicos y psicológicos. La puntuación se obtiene con una escala de tipo Likert, de 1 a 4 (Lezama, 2007). En el estudio original de Zung (1965), la prueba original se aplicó a un total de 56 pacientes admitidos a una clínica psiquiátrica con diagnóstico de depresión, se encontró un índice de confiabilidad de 0.74.

En Colombia hay algunos estudios en población adulta y adolescente que han analizado las características psicométricas de la Escala Zung de Depresión. El primero desarrollado con 110 estudiantes universitarias (edad promedio de 22.1 años), encontró un alfa de Cronbach de 0.85, un índice kappa de 0.39 y una correlación test-retest de 0.848 (Campo, Díaz & Rueda, 2006). En el segundo estudio la escala fue aplicada a 266 adultos entre 18 y 65 años (población general). Se encontró una consistencia interna de 0.80; un único factor principal que explicaba el 36.6% de la varianza y un índice Kappa de Cohen de 0.41 (Campo, et al., 2006). En adolescentes, Lezama (2007), realizó una aplicación a 4407 jóvenes entre 12 y 18 años de edad escolarizados en cinco ciudades colombianas (Bogotá, Medellín, Cali, Barranquilla y Bucaramanga). El índice alfa de Cronbach fue de 0.548.

Procedimiento

La presente investigación abarcó las siguientes fases:

Fase I. Delimitación del problema de investigación, diseño del marco teórico, empírico y metodológico.

Fase II. Selección de los instrumentos de aplicación. Se seleccionaron las pruebas teniendo en cuenta su soporte psicométrico (en población latinoamericana o colombiana y, de ser posible, universitaria).

Fase III. Aplicación del instrumento. Inicialmente se desarrolló un proceso de capacitación a los asistentes de investigación para que conocieran las pruebas. Se desarrolló una autoaplicación que sirvió como pilotaje para determinar el nivel de comprensión de las instrucciones y de los ítems. Posteriormente se hizo una programación de aplicación por salones.

Dado el carácter censal que tiene la investigación se estableció un procedimiento de contacto con los estudiantes de la facultad a través de diversos medios. El que se empleó en mayor medida fue la visita a los salones de clase de las asignaturas con mayor

cantidad de estudiantes por semestre. Los estudiantes adicionales fueron buscados (en una segunda ronda) para su aplicación posterior. Los que aceptaban el consentimiento informado fueron incluidos en el estudio.

En esta fase se empleó un instructivo de capacitación, una carta de presentación a docentes de asignatura del estudio y un acta de aplicación y asistencia.

Fase IV. Diseño de la base de datos, análisis de resultados. Los datos fueron analizados mediante el programa SPSS 18.0.

Fase V. Discusión y cierre de la investigación.

RESULTADOS

Nivelación académica

De acuerdo con los participantes de la investigación, el 8% de la muestra se encuentra adelantada (tomando una o más materias de semestres posteriores al que se encuentra matriculado); el 68% se encuentra nivelado (tomando todas las asignaturas del semestre matriculado) y el 24% reporta encontrarse atrasado, tomando al menos una asignatura de semestres anteriores al matriculado.

Percepción del rendimiento académico y reporte de rendimiento (según el promedio de carrera)

El 8.4% de la muestra percibe su desempeño académico como sobresaliente; el 73.9%, lo percibe como bueno; el 15.1% como aceptable y el 1.3% como deficiente.

Por su parte, en cuanto al rendimiento académico, el 2% de la muestra se ubica en el nivel sobresaliente (con un promedio de carrera superior a 4.4); 44% en un nivel bueno (promedios entre 4.0 y 4.4); el 46% en un nivel aceptable (promedios entre 3.3 y 3.9) y el 8% en un nivel deficiente (calificaciones inferiores a 3.3).

Pérdida de asignaturas

El 51.6% de los participantes reportó pérdida de asignaturas, mientras el 48.4% señaló que no ha perdido asignaturas ninguna vez. Del grupo que ha perdido asignaturas, 50.4% ha perdido una asignatura, 38.5% ha perdido entre dos y tres asignaturas; 7.3% ha perdido entre cuatro y cinco asignaturas y 3.7% ha perdido más de cinco asignaturas.

Resultados parciales del LASSI

La tabla 2 muestra los valores promedio obtenidos por los participantes en cada una de las escalas.

Tabla 2
Puntajes del Inventario LASSI

Escalas	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.	Baremo
LassiACT	22	40	35	3,7	30
LassiMOT	17	40	30	4,4	45
LassiADT	14	39	27	4,9	70
LassiANS	9	39	25	5,8	45
LassiCON	15	40	30	5	80
LassiPDI	13	40	30	4,8	75
LassiSIP	9	25	20	3	70
LassiAAE	12	36	24	4,9	55
LassiAOC	10	40	25	4,8	50
LassiEDP	17	40	31	4,5	60

Teniendo en cuenta la interpretación propuesta por Ecurra (2006), a mayor puntuación percentilar en la prueba, mejor desempeño en la prueba, y tal como se puede observar en la tabla 2, los factores ubicados por encima del percentil 75 (considerado de alto desempeño) son la concentración (CON); y el procesamiento de información (PDI). En valor promedio igual o por encima del percentil 50 (que podrían requerir mejoras) se encuentran la administración del tiempo (ADT), la selección de ideas principales (SIP); autoevaluación o control (AOC) y estrategias de prueba o preparación de exámenes (EDP), y ayudas para el estudio (AAE). Finalmente, los aspectos que requieren de intervención, debido a se encuentran deficitarios (por debajo del percentil 50) son motivación (MOT), actitud (ACT), y ansiedad (ANS).

Tabla 3
Desempeño en las escalas de Zung

	Zung Depresión	Zung Ansiedad
Media	38	37
Desviación típica	8,2	8,4
Mínimo	22	22
Máximo	68	68

En la escala Zung de Depresión, los participantes obtuvieron una puntuación media de 38 (desviación típica 8.2), lo que significa depresión subclínica o variantes normales del estado de ánimo, y en la escala Zung de Ansiedad fue 37 (desviación típica 8.4), asociado con un nivel de ansiedad dentro del promedio.

Relación entre hábitos de estudio y rendimiento académico

La tabla 4 muestra esta relación:

Tabla 4
Correlaciones entre rendimiento académico y hábitos de estudio

Escala	r
Actitud (ACT)	.201**
Motivación (MOT)	.273**
Administración del tiempo (ADT)	.222**
Ansiedad (ANS)	.218**
Concentración (CON)	.239**
Procesamiento de información (PDI)	.076*
Selección de Ideas principales (SIP)	.218**
Ayudas al estudio (AAE)	.034
Autoevaluación o control (AOC)	.126*
Estrategias de prueba (EDP)	.191*

*sig. al $p < .05$; **sig al $p < .01$

De acuerdo con los datos de la tabla 4, se encontraron correlaciones positivas y significativas en la mayor parte de las escalas del LASSI con relación al rendimiento académico, a excepción de los factores de procesamiento de la información y ayudas para el estudio, que si bien sus correlaciones no fueron estadísticamente significativas, sí se presentaron en la dirección esperada. A partir de esta información se puede concluir que el rendimiento académico de los estudiantes correlacionó positivamente con un perfil positivo de hábitos de estudio.

Relación entre rendimiento académico, ansiedad y depresión

La tabla 5 muestra esta relación:

Tabla 5

Correlaciones entre rendimiento académico, ansiedad y depresión

Escala Zung	r
Depresión	-.170**
Ansiedad	-.110

**Sig al $p < 0.1$

Según los datos de la tabla 5, se encontró una correlación negativa significativa entre el nivel de depresión y el rendimiento académico, lo que significa que el grupo de personas que reportaron mayores niveles de depresión, presentaron a su vez menor rendimiento académico. Por su parte, la correlación también fue negativa para el caso de la ansiedad, aunque no fue significativa estadísticamente.

DISCUSIÓN

Los resultados presentados en la sección anterior confirman los hallazgos de estudios previos en cuanto a la presentación de problemáticas de ansiedad y depresión en la población universitaria, el perfil de hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico (González, et al., 1999 Amézquita, et al., 2000;; Miranda, et al., 2000 Arboleda, et al., 2001; Campo & Gutiérrez, 2001 Arco, et al., 2005; Campo, et al., 2005;; Galli, 2005;). En el caso particular de este estudio se pudo observar que si bien los niveles de ansiedad y de depresión clínicas no son muy altos, es claro que quienes presentan estas problemáticas tienen, entre los efectos de su condición, problemas de rendimiento académico. Este aspecto resulta muy importante tenerlo en cuenta debido a que los resultados negativos en el plano académico pueden agudizar las problemáticas emocionales de los estudiantes haciendo mas crónica su condición.

En el caso de la población analizada en el presente estudio se encontró que si bien el perfil de hábitos de estudio es adecuado, hay algunos factores críticos que deben ser intervenidos. Particularmente son los de actitud (interés), motivación, ansiedad y autoevaluación (revisión de los contenidos, preparación de las evaluaciones). Estudios como los de Garzón et al., (2010) muestran que factores como los mencionados pueden incidir en el rendimiento académico, por lo tanto, resulta fundamental desarrollar estrategias de

prevención e intervención frontal en los casos en que estos factores estén asociados con el bajo rendimiento académico de los estudiantes.

Este diagnóstico refuerza la conclusión acerca de la importancia del desarrollo de estrategias sistemáticas de acompañamiento a los estudiantes en el fomento de competencias para afrontar con éxito las demandas académicas y para darle un correcto manejo a las dificultades de ansiedad y depresión que puedan presentar. Se recomienda fundamentar a partir de estos hallazgos estrategias tanto de prevención como de intervención a través de programas de seguimiento académico que establezcan mecanismos funcionales de diagnóstico precoz, remisión y apoyo a los estudiantes para impedir que el bajo rendimiento académico termine agravando sus problemáticas de orden emocional y comportamental.

REFERENCIAS

- Agudelo, D.M., Casadiegos, C.P. & Sánchez, D.L., (2008). Características de la ansiedad y la depresión en estudiantes universitarios. *International Journal of Psychological Research*, 1 (1), 34-39.
- Amézquita, M., González, R., & Zuluaga, D. (2000). Prevalencia de la depresión, ansiedad y comportamiento suicida en la población estudiantil de pregrado de la Universidad de Caldas, año 2000. *Revista Colombiana de psiquiatría*, 32, 341-356.
- Arboleda, A., Gutiérrez, J. C., & Miranda, C. A. (2001). Prevalencia de síntomas depresivos en médicos internos y residentes de la Universidad del Valle, 1999. *Médicas UIS*, 15, 4-7.
- Arco, J. L., López, S., Heilborn, V., & Fernández, F. (2005). Terapia breve en estudiantes universitarios con problemas de rendimiento académico y ansiedad: eficacia del modelo "La Cartuja". *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 5, 589-608.
- Arrivillaga, M., Cortés, C., Goicochea, J., & Lozano, T. (2003). Caracterización de la depresión en jóvenes universitarios. *Universitas Psicológica*, 3, 17-26.
- Avilés, M.; Castaño, J. & Gallego, O. (2003). *Evaluación del servicio de asesoría psicológica de la Corporación Universitaria Iberoamericana*. Trabajo investigativo inédito. Universidad Católica de Colombia, Bogotá.
- Beuke, C., Fischer, R., & McDowall, J. (2003). Anxiety and depression: why and how measure their separate effects. *Clinical Psychology Review*, 23, 831-848.
- Bianchi, J. (2009). *Propiedades psicométricas de la Escala autoaplicada Zung de Ansiedad*. (Tesis de Maestría inédita). Fundación Universitaria Konrad Lorenz, Bogotá.
- Calvete, E. (2005). Género y vulnerabilidad cognitiva a la depresión: El papel de los pensamientos automáticos. *Ansiedad y Estrés*, 11, 203-214.

- Campo, A., Díaz, L.A., & Rueda, G.E. (2006). Validez de la escala breve de Zung para tamizaje del episodio depresivo mayor en población general de Bucaramanga, Colombia. *Biomédica*, 26 (3), 415-423.
- Campo, A., Díaz, L., Rueda, G., & Barros, J. (2005). Validación de la escala de Zung para depresión en universitarias de Bucaramanga, Colombia. *Revista Colombiana de psiquiatría*, 34, 54-62.
- Campo, G., & Gutiérrez, J. C. (2001). Psicopatología en estudiantes universitarios de la Facultad de Salud, Univalle. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 30, 351-358.
- Cassaretto, M., (2003). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista de psicología*, 21, 363-392.
- Castañeiras, C., Guzmán G., & Posada M., Ricchini, M., & Strucci, E., (1999). Sobre estrategias de aprendizaje y hábitos de estudio. *RIDEP*, 8 ,2.
- De Baessa, Y., & De Ayyoyave, M. (1996). Confiabilidad y validez del inventario de Estudio y Aprendizaje. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 28 (2), 293-303.
- Escurre, L.M. (2006). Análisis psicométrico del Inventario de Estrategias de aprendizaje y Estudio en estudiantes universitarios de psicología de Lima metropolitana. *Persona*, 9, 127-170.
- Galli, A. (2005). Prevalencia de trastornos psicopatológicos en alumnos de psicología. *Revista de psiquiatría y salud mental Hermilio Valdizan*, 6, 55-66.
- Garzón, R.; Rojas, M.O.; del Riesgo, L.; Pinzón, M. & Salamanca, A.L. (2010). Factores que pueden influir en el rendimiento académico de estudiantes de Bioquímica que ingresan en el programa de Medicina de la Universidad del Rosario-Colombia. *Educación médica*, 13 (2), 85-96.
- González, A., Campo, A., & Haydar, R. (1999). Síntomas depresivos en estudiantes de Psicología. *Acta Psiquiátrica y Psicológica de América Latina*, 45, 234-239.
- Gorman, J. M. (1996). Comorbid depression and anxiety spectrum disorders. *Depression and Anxiety*, 4, 160-168.
- Hernández-Pozo, M.R; Macías, D., Calleja, N., Cerezo, S., & Del Valle, F., (2008). Propiedades psicométricas del Inventario Zung de Estado de Ansiedad con mexicanos. *Psychologia: Avances en la disciplina*, 2, (2), 19-46.
- Kohn, R., Levav, I., Caldas, J., Vicente, B., Andrade, L., Caraveo-Anduaga, J., Saxena, S., & Saraceno, S. (2005). Los trastornos mentales en América Latina. *Revista Panamericana de Salud Pública/Pan American Journal of Public Health*, 18(4-5), 229-240.
- Lezama, S. (2007). *Validación y estandarización de la escala de síntomas depresivos Zung en población adolescente escolarizada colombiana*. (Tesis de maestría inédita). Fundación Universitaria Konrad Lorenz, Bogotá. Ministerio de la Protección Social, República de Colombia. (2003). *Un panorama nacional de la salud y enfermedad mental de la salud en Colombia: Informe preliminar: Estudio Nacional de Salud Mental en Colombia*. Recuperado de: <http://www.abacolombia.org.co/bv/clinica/estudiosaludmentalcolombia.pdf>.
- Miranda, C. A., Gutiérrez, J. C., Bernal, F., & Escobar, C. A. (2000). Prevalencia de depresión en estudiantes de Medicina de la U del Valle. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 29, 251-260.
- Nettle, D. (2004). Evolutionary origins of depression: a review and reformulation. *Journal of Affective Disorders*, 81, 91-102.
- Ninan, P., & Berger, J. (2001). Symptomatic and syndromal anxiety and depression. *Depression and Anxiety*, 14, 79-85.
- Palacio, J., & Martínez, Y. (2007). Relación del rendimiento académico con la salud mental en jóvenes universitarios. *Psicogente*, 10 (18), 113-128.
- Pizarro, R. (1985). Rasgos y Actitudes del Profesor Efectivo. Tesis de maestría inédita). Pontificia Universidad Católica de Chile.
- Pozar, F. (1997). *Inventario de hábitos de estudio (I.H.E.)*, Madrid: TEA.
- Spielberger, C., & Reheiser, E. (2003). Measuring Anxiety, Anger, Depression, and Curiosity as emotional states and personality traits with the STAI, STAXI, and STPI. En M.Hersen, M. J. Hilsenroth, & D. L. Segal (Eds.), *Comprehensive Handbook of Psychological Assessment, Personality Assessment*. (Vol.2, pp. 70-86). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Weinstein, C., Shulte, A.C., & Palmer, D.R. (1987). *Learning and study strategies inventory (LASSI)*. Clearwater, FL: H & H Publishing.
- Zung (1965). A self-rating depression scale. *Arch Gen Psychiatry*, 12, 63-70.
- Zung, W.W. (1971). A rating instrument for anxiety disorders. *Psychosomatics*, 12(6), 371-379.