

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i3.1126>

Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios

Depression, anxiety and stress in university students

William Jiménez Hurtado

wa.jimenez@uta.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-9726-834X>
Universidad Técnica Ambato
Ambato – Ecuador

Nadihezka Cusme Torres

na.cusme@uta.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-5402-0088>
Universidad Técnica Ambato
Ambato – Ecuador

Verónica Cantuñi Carpio

vdp.cantuni@uta.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-5182-0493>
Universidad Técnica Ambato
Ambato – Ecuador

Fabiola Chasillacta Amores

fb.chasillacta@uta.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-5089-0107>
Universidad Técnica Ambato
Ambato – Ecuador

Fanny Paola Egas Medina

fp.Egas@uta.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0007-6072-6515>
Universidad Técnica Ambato
Ambato – Ecuador

Artículo recibido: 31 de agosto de 2023. Aceptado para publicación: 16 de septiembre de 2023.
Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

Los problemas de salud mental han ido en aumento en los últimos años, los diferentes cambios sociales han hecho que las exigencias que sufren los jóvenes de hoy no sean las mismas que sufrieron sus padres con su misma edad, no es de sorprenderse que desarrollen trastornos a partir de estas. El principal trastorno del estado de ánimo es la depresión, mientras que el estrés y la ansiedad ocupan un lugar muy importante cuando se habla de las preocupaciones de la vida diaria. Se pudo concluir que existe la presencia de las tres patologías y que estas se encontraban relacionadas entre sí, por lo cual la presencia de una puede estar acompañada de otra. La investigación tiene un enfoque cuantitativo, de diseño transversal con un estudio cuyo propósito fue el de identificar la presencia de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes universitarios.

Palabras clave: estrés, ansiedad, depresión, salud mental, estudiantes

Abstract

Mental health problems have been increasing in recent years, different social changes have meant that the demands suffered by young people today are not the same as those suffered by their parents at the same age, it is not surprising that they develop disorders at from these. By far the leading mood disorder is depression, while stress and anxiety rank very high when it comes to the worries of daily life. It was possible to conclude that the presence of the three pathologies exists and that they were related to each other, so the presence of one may be accompanied by another. The research has a quantitative approach, cross-sectional design with a study whose purpose was to identify the presence of stress, anxiety and depression in university students.

Keywords: stress, anxiety, depression, mental health, students

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons . 

Como citar: Jiménez Hurtado, W., Cusme Torres, N., Cantuñi Carpio, V., Chasillacta Amores, F., & Egas Medina, F. P. (2023). Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 4(3), 978–988. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i3.1126>

INTRODUCCIÓN

La salud es un estado complejo al que llegar, al contrario de lo que muchos creen, cuando se habla de salud no podemos referirnos tan sólo a la salud física, esta es solamente una parte de este estado. La salud mental y social tienen también una gran importancia (OMS, 2013).

Los profesionales de la salud no solo están más expuestos a una gran cantidad de patologías médicas, tales como infecciones, lesiones músculo esqueléticas, contacto con sustancias químicas, exposición a la radiación y problemas digestivos, también están expuestos en gran medida a problemas de salud mental. Entre los principales tenemos a los trastornos del estado de ánimo y los trastornos de Estrés y Ansiedad.

Tanto la ansiedad como la depresión son los trastornos más frecuentes que se presentan en salud mental en la población a nivel mundial. Distintos factores afectan a los individuos los cuales en ocasiones no tienen los recursos y habilidades necesarias para enfrentar dichas problemáticas. A la vez el personal sanitario suele ser el que presenta más posibilidades de generar dichas afecciones, todo debido al gran desgaste de empatía que se sufre por las labores diarias, hay muy pocas profesiones que tengan que trabajar con pacientes al borde de la muerte o que tengan que dar mensajes con tanta carga emocional.

El personal sanitario suele tener más posibilidades de llegar al Burnout que otras profesiones, de hecho, en varios estudios realizados, se ha determinado que una de las profesiones que genera mayores posibilidades de Burnout, es la de Enfermería. El poder identificar las fuentes de este estrés, ayudará a poder buscar las mejores alternativas para el trabajo con metas profesionales.

La época universitaria es crucial en la vida del individuo, va marcada por el paso de la adolescencia a la adultez y todo lo que esto conlleva. Va a influir de gran manera las experiencias previas del individuo en cómo afronta todos los cambios por los cuales va a pasar, diferentes factores como familiares, económicos, médicos y sociales, influyen en esta etapa. A esto habrá que sumar la gran importancia que tienen su formación universitaria para el rumbo que el individuo quiere para su vida, es normal que tenga una preocupación constante sobre las expectativas que la sociedad y sí mismo tienen, el no cumplir con estas expectativas hará que llegue una frustración que en varias ocasiones vendrá acompañada de tristeza. Por eso es lógico que el individuo pueda llegar a presentar problemas con su salud mental como el Estrés, la Ansiedad y Depresión.

Hay que recordar que pese que en varias partes del mundo la pandemia ha sido controlada con éxito y las repercusiones físicas sólo afectan a una parte de quienes se llegaron a contagiar, las repercusiones a nivel emocional aún siguen presentes no sólo en aquellos que se llegaron a contagiar, estas afectan tanto a familia y amigos de quienes se contagiaron o no pudieron ganar la batalla contra la enfermedad. El encierro fue algo para lo que nadie estaba preparado, y que todos tuvieron que enfrentar, este produjo la aparición de diferentes afecciones médicas, psicológicas y sociales y en muchos de los casos la complicación de las existentes.

Combinando todo lo expuesto podemos entender que los estudiantes universitarios, en especial aquellos de áreas de salud que comienzan a tener prácticas con pacientes, tienen una gran posibilidad de desarrollar estas afecciones y de no ser diagnosticados a tiempo, pueden llegar a tener problemas en su vida laboral, personal y familiar. Por esto es importante que se busquen las mejores alternativas para que los estudiantes puedan desarrollarse adecuadamente.

Un elemento que tener en cuenta para este estudio, es que se realizó en la provincia de Tungurahua, la cual es una de las provincias que mayor número de suicidios a nivel nacional y al ser la ideación suicida un síntoma de depresión por eso es muy importante su pronto

diagnóstico. Pese a que la depresión es diagnosticada en mayor número en mujeres, el número de suicidios es mayor en hombres.

Justificación

Investigar el impacto del estrés, la ansiedad y la depresión en estudiantes universitarios es fundamental para comprender y abordar los desafíos que enfrenta esta población en términos de salud mental, rendimiento académico y desarrollo personal. Los resultados de esta investigación pueden guiar planes de acción diseñados para mejorar la experiencia educativa y el bienestar emocional de los estudiantes, esto ayudará a que los pacientes tengan un mejor servicio y la atención en los centros de salud sea más eficiente. El estrés, la ansiedad y la depresión pueden influir significativamente en el rendimiento académico de los estudiantes. Estas condiciones pueden afectar la concentración, la motivación y la capacidad de estudio, lo que a su vez puede tener un efecto negativo en las calificaciones y en la culminación exitosa de sus estudios. Identificar los factores que contribuyen al estrés, la ansiedad y la depresión en estudiantes universitarios permite a las instituciones educativas implementar programas de prevención y proporcionar recursos de apoyo. La investigación puede ayudar a diseñar estrategias para mejorar la salud mental estudiantil y ofrecer intervenciones tempranas para abordar estas condiciones.

Problema de investigación

El estudio del estrés, ansiedad y depresión ha sido muy importante en la promoción de la salud mental, diferentes estudios se han realizado alrededor del mundo y con diferentes poblaciones, por lo cual no es difícil encontrar investigaciones sobre el tema. De igual manera diferentes investigaciones con estudiantes universitarios han sido realizadas, lo cual muestra la importancia de este grupo en la sociedad.

DESARROLLO

El ingreso a la educación superior es el paso de la adolescencia a la adultez y todo lo que esta conlleva, es un paso duro para muchas personas, para muchos es un cambio de costumbres y hábitos, algo que experimentan los estudiantes en todas partes del mundo, de esta manera no es sorpresivo encontrar que estudiantes de un continente distinto al nuestro muestran depresión y ansiedad como en nuestra región. En un estudio realizado entre estudiantes universitarios de Hong Kong se encontró que, de 1119 estudiantes evaluados, 767 (68,5%) de los encuestados informaron experimentar desde síntomas depresivos leves hasta síntomas depresivos graves, los cuales presentaron una correlación con la intensidad de los síntomas de ansiedad, que también varían de leves a graves. Diversos factores de estilo de vida y variables psicosociales, como la consistencia en la práctica de ejercicio, el nivel de confianza en uno mismo y la satisfacción con el rendimiento académico, se analizaron en relación con estos síntomas. Además, aspectos como el desempeño académico, la perspectiva optimista hacia el futuro y el nivel de dificultad académica mostraron relaciones inversas con la presencia de síntomas depresivos leves a severos.

La educación superior es una parte fundamental en el desarrollo humano y profesional, los estudiantes ven a la educación superior como esa oportunidad de poder cumplir sus sueños, poder alcanzar sus sueños. Lamentablemente cosas externas como una pandemia mundial llegaron a cambiar la forma tradicional de aprendizaje, todo acompañado de trastornos del humor y de estrés. Es así como en Colombia en un estudio realizado a estudiantes universitarios durante los primeros tres meses de la pandemia, se encontró que el consumo de alcohol y los motivos social y de mejora disminuyeron en los estudiantes durante el ASPO. Comparados con el grupo antes del ASPO, las asociaciones del malestar psicológico y los motivos de consumo

con el consumo de alcohol fueron más consistentes en el grupo durante el ASPO. En el análisis multivariado, los motivos de afrontamiento explicaron una frecuencia incrementada de consumo de alcohol en los universitarios durante el ASPO.

De una manera similar se han realizado diferentes estudios en la región con el objetivo de identificar y tratar los trastornos de ansiedad y depresión, de esta manera podemos ver que el interés por tratar esta problemática está presente. Se observó que el 85.46% reportó algún nivel de ansiedad, y el 50% manifestó algún grado de depresión. Estas condiciones fueron más comunes entre las estudiantes mujeres, aquellos de nivel socioeconómico bajo y aquellos que estaban cursando materias clínicas. Se encontraron correlaciones estadísticamente significativas entre ansiedad y depresión ($p: 0.038$), así como entre nivel socioeconómico bajo y depresión ($p: 0.004$).

Como ya se mencionó con anterioridad, el desarrollo tanto de la ansiedad no se da por un factor exclusivo, se da por varios factores, los cuales pueden ser propios del desarrollo natural de la vida del individuo, como por factores asociados al mismo. En una investigación realizada en Perú se identificaron diversos factores asociados al estrés, incluyendo la edad, la carrera previa, el empleo y la presencia de enfermedades crónicas. En el caso de la ansiedad, se encontró que la edad, la carrera previa, la situación laboral y el diagnóstico de enfermedades crónicas estaban relacionados. La depresión se asoció con factores como la edad, tener hijos, experiencia previa en la carrera, acceso a internet, empleo.

El ser humano a lo largo de su vida será víctima de diferentes crisis propias de su desarrollo, el paso de la educación secundaria a la superior es una de ellas, esta crisis vendrá marcada por sentimientos de estrés ansiedad y depresión. Al respecto en un estudio realizado en México a 520 estudiantes de nuevo ingreso con un promedio de edades de 18.06, de los cuales en su mayoría eran mujeres, se obtuvo como resultado que entre las mujeres hay una relación entre el estrés-ansiedad, estrés-depresión y ansiedad-depresión, mientras que entre los hombres se encontró una relación entre depresión-ansiedad.

En casos de que los estudiantes estén lidiando con Ansiedad o Depresión, es importante que reciban el apoyo necesario. Este tipo de enfermedades al no poder ser visibles como una enfermedad médica, suele pasar desapercibida, por lo cual no suele los individuos no suelen recibir el apoyo necesario. En adultos jóvenes de 18 a 25 años, la depresión puede resultar de factores como el estrés relacionado con los cambios propios de esta etapa. La transición de adolescente a adulto lleva consigo nuevas responsabilidades como educación superior, empleo y compromisos personales. Si estos desafíos no se manejan adecuadamente, pueden contribuir al desarrollo de la depresión.

El desarrollar estos trastornos no solo afecta al individuo, como ya vimos somos seres sociales que nos desarrollamos en diferentes ámbitos, pero en la mayoría de los casos el más importante será el ámbito familiar, al vernos afectados por una enfermedad mental lo más probable es que este también se verá afectado. De acuerdo con esto en una investigación realizada en una educativa de Guayaquil con el objetivo de determinar la relación de estos trastornos con la funcionalidad familiar en adolescentes, se determinó que un 17,9% de los participantes experimentaban niveles moderados de estrés y depresión cada uno, mientras que un 30,3% reportaba una severa intensidad de ansiedad. Se encontró una correlación estadísticamente significativa ($p = 0,000$) entre el nivel de funcionalidad familiar y las dimensiones de depresión, ansiedad y estrés. Esta correlación fue de intensidad moderada y mostró una relación inversamente proporcional. Además, se observó que el estado de la funcionalidad familiar tenía un papel predisponente en el nivel de estas tres dimensiones (depresión, ansiedad y estrés).

La importancia de la detección temprana de los trastornos mentales ayudará a prevenir situaciones de riesgo como el posible intento suicida. Al hablar de suicidio, se vendrá a la mente la relación que tiene con la depresión, pero en menor medida también se encuentra relacionado con la Ansiedad. De esta manera en un estudio relacionado realizado en el 2022, se obtuvo que los síntomas depresivos y ansiedad fueron predictores estadísticamente significativos para la IS. Esto sugiere implicancias para la investigación sobre la salud mental en adultos de población general y comprender los factores de riesgo subyacentes de la IS.

Se han desarrollado varias técnicas para poder lidiar con trastornos como el estrés, la ansiedad y la depresión a lo largo de los años, terapias como la relajación, meditación y respiración suelen ser las más aplicadas gracias a su facilidad de ejecución, bajo costo y su facilidad. Estas técnicas han mostrado ser efectivas en los diferentes pacientes que las han usado, pero en los últimos años se ha vuelto muy popular el uso de mindfulness. En un estudio realizado con personal de Enfermería de Corea para reducir el estrés en la depresión y ansiedad, se obtuvo como resultado que, al inicio, no hubo diferencias significativas entre los grupos en relación con la depresión, ansiedad, estrés y mindfulness. Para examinar el efecto del tratamiento entre grupos, utilizando puntuaciones previas a la prueba como se utilizó las covariables.

Encontrar la plenitud de salud no es algo sencillo, pero siempre será recomendado que el individuo practique ejercicio con cierta regularidad, eso ayudará a que su mente y su cuerpo se mantengan activos. En caso de no hacerlo, el individuo tendrá un riesgo de desarrollar alguna patología, el sedentarismo siempre será algo que evitar por su capacidad de desarrollar trastornos como estrés, ansiedad y depresión. En relación con lo mencionado se realizó un estudio en 244 estudiantes y se concluyó que, los estudiantes universitarios coreanos en este estudio pasaron casi el doble de tiempo sentado que los estudiantes estadounidenses en un estudio anterior lo hicieron, y más que el promedio diario (5,8 h) reportado entre adultos en 20 países. Aún no se ha establecido una guía clínica y de salud pública para el comportamiento sedentario; sin embargo, algunos estudios muestran los efectos negativos de pasar muchas horas sentado, como una tasa de mortalidad del 18 al 45%, en comparación con aquellos que pasan menos tiempo sentado.

Como ya se ha mencionado los estudiantes universitarios son susceptibles a trastornos tales como la Ansiedad y Depresión, todo producto de las grandes demandas de su edad, educativas, sociales y del desarrollo. Pero cuando se presenta una nueva fuente de preocupación, como la de una pandemia, la presencia de ansiedad y depresión puede ser más frecuente. De esa manera se concluyó que, durante la interrupción de las actividades presenciales en las universidades de Brasil, la gran mayoría de los estudiantes universitarios exhibieron signos de ansiedad y depresión. Esto señala la urgencia de implementar medidas por parte de las instituciones y de las políticas gubernamentales que estén orientadas hacia el fomento de la salud mental y el bienestar de los estudiantes en el entorno universitario.

Al igual que los estudiantes, los profesionales de la atención primaria de la salud están expuestos a trastornos de la salud mental, la pandemia del Covid-19 afectó a toda la población, pero sin duda los más afectados fueron el personal de primera línea. Es así que el desarrollo de trastornos de ansiedad y depresión fueron muy comunes, la preocupación del futuro, de qué va a pasar con sus seres queridos y pacientes, al igual que el sentimiento de pérdida que se produce con la muerte de un paciente o un ser querido. De esta manera en un estudio realizado en Brasil en el que participaron 702 profesionales de la salud. Se encontró que la prevalencia de trastornos mentales comunes (TMC) fue del 43,2%, esta prevalencia fue más alta en aquellos que tenían síntomas previos de trastornos mentales que los que no.

En esta misma línea se puede observar que en un estudio realizado a la comunidad universitaria durante la pandemia Covid-19 en el Sur de Brasil, se obtuvo que aquellos que experimentan ciertos niveles de ansiedad o depresión podrían mostrar mayor disposición para involucrarse en investigaciones relacionadas con estos temas. Además, la naturaleza transversal de nuestros datos limita nuestra capacidad para evaluar cómo ha evolucionado la salud mental a lo largo de distintos momentos de la pandemia.

METODOLOGÍA

La investigación tiene un enfoque cuantitativo, de diseño transversal con un estudio cuyo propósito fue el de identificar la presencia de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. El tipo de estudio es descriptivo ya que ayuda a profundizar acerca de los factores que influyen en estas patologías en los de estudiantes universitarios, aplicándose criterios de inclusión y exclusión, la población pertenece a la carrera de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Ambato que van al internado en el periodo marzo 2023.

La población consta de 156 estudiantes que han terminado los 7 semestres de la carrera de enfermería y están próximos a ingresar al internado rotativo en los diferentes hospitales del país. La muestra está conformada tanto por hombres como mujeres.

Los instrumentos utilizados para la evaluación fueron: El Inventario de depresión de Beck (BDI-2), el inventario de Ansiedad de Beck (BAI) y la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21). La aplicación de los instrumentos se la realizó en una sola entrevista en la cual también se recolectaron ciertos datos demográficos.

Los aspectos psicométricos del cuestionario de depresión de Beck han sido objeto de un examen minucioso y detallado, revelando una sólida coherencia interna (coeficiente alfa de Cronbach de 0,76 a 0,95). La fiabilidad del examen de prueba oscila en torno a $r = 0,8$; sin embargo, se han encontrado desafíos en la metodología de su estudio. En tales situaciones, se sugiere realizar variaciones en la administración a lo largo del día para superar estas dificultades.

El inventario de ansiedad de Beck es un cuestionario autoadministrado consta de 21 preguntas que describen diversos indicios de ansiedad. Su enfoque se dirige hacia los aspectos físicos ligados a la ansiedad, con una excesiva preponderancia de este componente. Los elementos que componen el cuestionario tienen una clara conexión con los criterios diagnósticos presentes en el DSM-IV. Además, muestra una alta coherencia interna, con valores de alfa de Cronbach que varían entre 0,90 y 0,94. La relación de los ítems con la puntuación total abarca desde 0,30 hasta 0,71. En términos de confiabilidad, la prueba de repetición de resultados después de una semana arroja valores de 0,67 a 0,93, y después de 7 semanas se mantiene en 0,62.

Por su parte con la escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21) se ha encontrado que la consistencia interna (alfa de Cronbach) de las escalas de depresión, ansiedad y estrés es de .91, .84 y .90, respectivamente, en estudiantes universitarios, y algo mayor en muestras clínicas.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Tabla 1

Inventario de depresión de Beck

Estudiantes Evaluados	Nivel		Porcentaje
156	No depresión	98	62.82%
	Depresión Leve	36	23.08%
	Depresión Moderada	20	12.82%
	Depresión Grave	2	1.28%
	Total	156	100.00%

Se puede observar que un 37% de los estudiantes evaluados presentan algún nivel de depresión, 36 estudiantes presentan una depresión leve, 20 presentan una depresión moderada la cual ya requiere una atención oportuna y en caso de no hacerlo puede llevar a una ideación suicida y finalmente 2 presentan una depresión grave la cual debe ser tratada de una manera urgente, esto puede llevar a la posible derivación con psiquiatría para un tratamiento inmediato.

Mientras que Mejía et al. en su estudio sobre los principales trastornos mentales durante la pandemia encontró la pandemia COVID 19 ocasionó la aparición más frecuente de trastornos mentales que resultaron en la aparición de síntomas como ansiedad aguda, comportamientos obsesivos, acaparamiento, paranoia, depresión y trastorno de estrés postraumático a largo plazo. Por otro lado, las respuestas de emergencia en el ámbito psicológico, como las intervenciones de crisis psicológicas (ICP) y los primeros auxilios psicológicos (PAP), representan los enfoques iniciales dirigidos hacia la salud mental durante el período de cuarentena.

Tabla 2

Inventario de Ansiedad de Beck

Estudiantes Evaluados	Nivel		Porcentaje
156	Normal	90	57.69%
	Dudoso	38	24.36%
	Problema Clínico	28	17.95%
	Total	156	100%

Como resultados de la Ansiedad tenemos que, un 42% de los individuos presentan un nivel de Ansiedad fuera de lo normal, de estos se puede dudar de que 38 presenten un Problema clínico con su Ansiedad y 28 se considera que tienen un Problema clínico y necesita una atención lo antes posible.

Servin et al. en el estudio realizado con el personal de enfermería que se encuentra trabajando en un hospital psiquiátrico en Paraguay en el año 2022, se encontró una predominancia del género femenino en la muestra (55%). En relación a los niveles de ansiedad según el área de trabajo, se puede observar que los lugares de trabajo que presentaron los niveles más altos de ansiedad fueron Consultorio y Procedimiento, Contingencia, Sala 3, Sala 4 y Sala 5. En todas estas áreas, se registró un nivel de ansiedad leve del 100%. En cuanto a la depresión, los resultados en función del área de trabajo mostraron que en la Sala de Agudas se encontró un 43% de depresión leve, en Contingencia/Urgencia hubo un 33% de depresión moderada, y en la Sala de Agudas un 14% de depresión severa.

Tabla 3

Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21)

Estudiantes Evaluados	Nivel		Porcentaje
156	Estrés Normal	85	54.49%
	Estrés Leve	36	23.08%
	Estrés Moderada	28	17.95%
	Estrés Severa	4	2.56%
	Estrés Extremadamente Severo	3	1.92%
	Total	156	100.00

Finalmente, como resultados del Estrés tenemos que un 45% de los estudiantes presentan algún tipo de alteración, de estos se tiene que 36 presentan un Estrés leve, muy posiblemente causado por las demandas normales de la vida, algo que puede causarle problemas en su vida cotidiana, pero puede esperar su tratamiento. También 28 presentan una depresión moderada, por una posible presencia de problemas que no puede controlar y es necesaria la atención cuando el paciente disponga de tiempo para hacerlo. Apenas se encontró que 4 presentan un Estrés severo, posiblemente por una crisis de la vida, el individuo encontrará dificultades para poder desarrollarse y necesita atención profesional lo antes posible. Finalmente 3 estudiantes presentaron un Estrés extremadamente severo, lo que muestra que se debe proporcionarle atención de manera urgente y se debe de remitirle para una valoración psiquiátrica.

Osorio et al. En su estudio realizado en trabajadores sanitarios en el contexto del Covid-19 en Perú, encontró que, de un grupo compuesto por 258 participantes encuestados, 254 (98%) completaron el formulario de encuesta. Entre ellos, el 61,8% eran mujeres y la categoría laboral más frecuente era la de emergencias u hospitalización (62,2%). El análisis de variables múltiples reveló que ser médico estaba relacionado con una menor prevalencia de ansiedad (con un RPa ajustado de 0,77 y un intervalo de confianza del 95% de 0,62-0,94). Por otro lado, vivir solo se asoció con una mayor prevalencia de depresión.

CONCLUSIONES

Se puede concluir que es muy estrecha la presencia de estas 3 patologías, que hay una relación tanto entre el estrés-ansiedad, estrés-depresión y depresión-ansiedad. La mayor parte de los evaluados eran mujeres, pese a esto el número de individuos que presentaban una de estas patologías era muy similar, lo cual muestra que el estrés, la ansiedad y la depresión sin afecciones que no tienen una relación directa con el sexo del individuo.

Los estudiantes universitarios tienen una gran posibilidad de desarrollar estos trastornos, el conjunto de dificultades por las cuales pasa, las exigencias propias de la sociedad y sus relaciones personales pueden ser demasiadas para ellos, por lo cual no podrá lidiar todas estas crisis de una manera adecuada y en varios casos necesitará buscar ayuda profesional para superar estas crisis.

REFERENCIAS

Ania Ayuque-Loayza CLMWDCPDVAJAD la CV. Salud mental de médicos y enfermeras en situaciones de crisis sanitaria. *Revista Cubana de Medicina Militar* [Internet]. 2022;51(2). Disponible en: <http://scielo.sld.cu><http://www.revmedmilitar.sld.cu>

Beiter R, Nash R, McCrady M, Rhoades D, Linscomb M, Clarahan M, et al. The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *J Affect Disord*. el 1 de marzo de 2015;173:90–6

Carolina B, Barbosa R, De Paula W, Ferreira AD, Dias De Freitas E, Martins C, et al. Anxiety and depression symptoms in university students from public institutions of higher education in Brazil during the covid-19 pandemic: a multicenter study Posted on: 2023-05-25 (version 1) (YYYY-MM-DD). *SciELO Preprints* [Internet]. 2022;20(4):675–82. Disponible en: <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.6080>

Chávez Acurio AI, Lima Rojas D. Depresión, ansiedad, estrés y funcionalidad familiar en adolescentes de una unidad educativa de Guayaquil. *REVISTA EUGENIO ESPEJO*. el 28 de abril de 2023;17(2):33–45

Freitas PHB de, Meireles AL, Ribeiro IK da S, Abreu MNS, Paula W de, Cardoso CS. Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes del área de la salud e impacto en la calidad de vida. *Rev Lat Am Enfermagem*. 2023;31:e3884. Song Y, Lindquist R. Effects of mindfulness-based stress reduction on depression, anxiety, stress and mindfulness in Korean nursing students. *Nurse Educ Today*. el 1 de enero de 2015;35(1):86–90.

January J, Madhombiro M, Chipamaunga S, Ray S, Chingono A, Abas M. Prevalence of depression and anxiety among undergraduate university students in low- and middle-income countries: A systematic review protocol. *Syst Rev*. el 10 de abril de 2018;7(1).

Lee E, Kim Y. Effect of university students' sedentary behavior on stress, anxiety, and depression. *Perspect Psychiatr Care*. el 1 de abril de 2019;55(2):164–9.

Leiva Nina M, Indacochea Cáceda S, Cano LA, Medina Chinchon M. Association between anxiety and depression in Medical students at Universidad Ricardo Palma during the year 2021. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*. el 7 de septiembre de 2022;22(1):735–42.

León HCR, Chávez PVA, Rojas P del VF, Iparraguirre AVP, Rodríguez-Azabache J, Yupari-Azabache IL. Characteristics associated with depression, anxiety, and stress in university students. *Enfermería Global*. 2023;22(3):152–66.

Leonangeli S, Michelini Y, Montejano GR. Depression, Anxiety and Stress in College Students Before and During the First Three Months of COVID-19 Lockdown. *Rev Colomb Psiquiatr*. 2022;

Lun KWC, Chan CK, Ip PKY, Ma SYK, Tsai WW, Wong CS, et al. Depression and anxiety among university students in Hong Kong. *Hong Kong Medical Journal*. el 1 de octubre de 2018;24(5):466–72.

Marić NP, Mihić LJ, Lazarević LB, Knežević G. Probable depression and anxiety in seven European countries during the COVID-19: Probable overestimation of the problem due to sampling method. Vol. 311, *Journal of Affective Disorders*. Elsevier B.V.; 2022. p. 554–5

Mejía-Zambrano H, Ramos-Calsín L. Prevalencia de los principales trastornos mentales durante la pandemia por COVID-19. *Rev Neuropsiquiatr*. el 21 de marzo de 2022;85(1):72–82.

Oliveira FES de, Trezena S, Dias VO, Martelli Júnior H, Martelli DRB. Common mental disorders in Primary Health Care professionals during the COVID-19 pandemic period: a cross-sectional study in the Northern health macro-region of Minas Gerais state, Brazil, 2021. *Epidemiol Serv Saude*. 2023;32(1):e2022432.

Osorio-Martínez ML, Malca-Casavilca M, Condor-Rojas Y, Becerra-Bravo MA, Ruiz Ramirez E. Factores asociados al desarrollo de estrés, ansiedad y depresión en trabajadores sanitarios en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Perú. *Arch Prev Riesgos Labor*. el 15 de julio de 2022;25(3):271–84

Ramón-Arbués E, Gea-Caballero V, Granada-López JM, Juárez-Vela R, Pellicer-García B, Antón-Solanas I. The prevalence of depression, anxiety and stress and their associated factors in college students. *Int J Environ Res Public Health*. el 1 de octubre de 2020;17(19):1–15.

Santana Aveiga JR, Del Hierro Santana JE, Cevallos Santana AM, Cevallos Santana KJ. Apoyo social en los trastornos depresivos de adultos jóvenes en edades entre 18-25 años. *ReHuSo: Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales*. el 5 de enero de 2023;8(1).

Schuch HS, Cademartori MG, Dias VD, Levandowski ML, Munhoz TN, Hallal PC, et al. Depression and anxiety among the University community during the Covid-19 pandemic: a study in Southern Brazil. *An Acad Bras Cienc*. 2023;95(1).

Servín-Pappalardo E, Isaza-Vélez JA, Vázquez-Alcaraz JJ. Nivel de ansiedad y depresión en el personal de enfermería del Hospital Psiquiátrico en tiempos de pandemia, Asunción Paraguay año 2022. *Revista Científica de la UCSA*. el 15 de abril de 2023;10(1):30–7.

Tijerina González LZ, Guevara G, Nava G, Estala C, García R, Peña R. Depresión, ansiedad, estrés, estudiantes universitarios. Vol. 17, Artículo Original *Revista de Salud Pública y Nutrición*. 2018.