

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i3.1175>

## Proceso de nivelación universitaria y su incidencia en la salud mental de los adolescentes

University leveling process and its incidence on the mental health of adolescents

**Katherine G. Cedeño Figueroa**

[gissella.cedeno@utm.edu.ec](mailto:gissella.cedeno@utm.edu.ec)

<https://orcid.org/0000-0001-7128-9567>

Instituto de Admisión y Nivelación de la Universidad Técnica de Manabí Ecuador  
Portoviejo – Ecuador

**Madeline M. Rezabala Zambrano**

[madeline.rezabala@utm.edu.ec](mailto:madeline.rezabala@utm.edu.ec)

<https://orcid.org/0000-0001-8290-6209>

Instituto de Admisión y Nivelación de la Universidad Técnica de Manabí Ecuador  
Portoviejo – Ecuador

**Ana C. Castro Intriago**

[ana.castro@utm.edu.ec](mailto:ana.castro@utm.edu.ec)

<https://orcid.org/0009-0007-1889-9981>

Instituto de Admisión y Nivelación de la Universidad Técnica de Manabí Ecuador  
Portoviejo – Ecuador

**Homero A. Zambrano Ferrín**

[homerof.zambrano@uleam.edu.ec](mailto:homerof.zambrano@uleam.edu.ec)

<https://orcid.org/0009-0004-7980-6708>

Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí Ecuador  
Portoviejo – Ecuador

**Orlando J. Flores Cedeño**

[orlando.flores@13d02.mspz4.gob.ec](mailto:orlando.flores@13d02.mspz4.gob.ec)

<https://orcid.org/0000-0001-6889-6788>

Ministerio de Salud Pública Ecuador  
Portoviejo – Ecuador

Artículo recibido: 09 de setiembre de 2023. Aceptado para publicación: 26 de setiembre de 2023.  
Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

### Resumen

El presente artículo tuvo como objetivo principal diagnosticar la salud mental de los adolescentes durante el proceso de nivelación universitaria, para identificar los niveles de ansiedad que presentan los estudiantes en esta etapa. Es una investigación cuantitativa, no experimental con corte transversal, en el cual emplearon métodos científicos como el analítico sintético, el instrumento de recolección de datos se basó en el test de Inventario de Ansiedad de Beck aplicado a los estudiantes de nivelación con una muestra de 258 adolescentes, 176 mujeres y 82 varones escogidos mediante un muestreo probabilístico aleatorio. Los resultados del estudio mostraron que 1 de cada 6 estudiantes adolescentes pueden presentar trastorno de ansiedad moderada y 1 de cada 15 trastorno de ansiedad severa durante su inserción a la universidad, con rasgos predominantes a nivel emocional, como: estrés, miedo, nervios, depresión y acaloramamiento. Se concluye en la investigación que proporciona una estimación preliminar del estado de salud mental de los estudiantes universitarios. Se sugiere que en futuros estudios se

profundice en las causas de las influencias profesionales y sociales que pueden afectar en cierta medida la salud mental de los estudiantes.

*Palabras clave:* salud mental, ansiedad, estudiantes, nivelación universitaria

## Abstract

The main objective of this article was to diagnose the mental health of adolescents during the university leveling process, to identify the levels of anxiety that students present at this stage. It is a quantitative, non-experimental, cross-sectional investigation, in which scientific methods such as synthetic analytics were used, the data collection instrument was based on the Beck Anxiety Inventory test applied to leveling students with a sample of 258 adolescents, 176 women and 82 men chosen by random probabilistic sampling. The results of the study showed that 1 in 6 adolescent students may present moderate anxiety disorder and 1 in 15 severe anxiety disorder during their insertion into university, with predominant emotional traits, such as: stress, fear, nerves, depression. and heat. It is concluded in the research that provides a preliminary estimate of the state of mental health of university students. It is suggested that future studies delve into the causes of professional and social influences that can affect to some extent the mental health of students

*Keywords:* mental health, anxiety, students, university leveling

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

Como citar: Cedeño Figueroa, K. G., Rezabala Zambrano, M. M., Castro Intriago, A. C., Zambrano Ferrín, H. A. & Flores Cedeño, O. J. (2023). Proceso de nivelación universitaria y su incidencia en la salud mental de los adolescentes. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 4(3), 1464–1474. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i3.1175>

## **INTRODUCCIÓN**

Los estudiantes universitarios durante el proceso de ingreso a la universidad y nivelación de sus estudios, enfrentan etapas de estrés y exigencias que condicionan en algunos casos su salud mental, las pruebas de ingreso casi inmediatas a culminar sus exámenes de grado en el bachillerato, no le permiten al estudiante tener un tiempo de asimilación y acomodación a su nueva etapa educativa.

En base a ello, es preocupante las consecuencias a la salud mental que este proceso implique para los adolescentes, además, la Organización Mundial de la Salud (ONU, 2021) asegura que “aunque en el mundo, según se calcula, uno de cada siete adolescentes de 10 a 19 años (14%) padece algún trastorno mental, estas enfermedades siguen en gran medida sin recibir el reconocimiento y el tratamiento debidos” (párr. 2).

Algunos de estos problemas mentales, se presentan con trastornos de ansiedad, depresión e incluso suicidio. Los estudios superiores implican mayor carga emocional para los adolescentes, se enfrentan a un sistema educativo en donde ellos son los responsables del cumplimiento de sus metas, sin la guía de un representante, es la etapa decisiva para el resto de su vida, ya que le proporcionará una profesión con la cual obtendrá independencia y solvencia económica para desenvolverse socialmente.

Algunos autores, como (Alarcón, 2019; Moreta et al., 2021; Robles et al., 2020) coinciden en que, la salud mental es un tema de preocupación en el mundo académico y que el ingreso a la universidad implica lidiar con algunos factores psicosociales, que involucran el estrés, depresión, trastornos y otras enfermedades.

En este sentido, es propicio realizar una investigación con el objetivo de medir la incidencia que tiene el proceso de nivelación universitaria en la salud mental de los adolescentes mediante el Inventario de Ansiedad de Beck (Vizioli & Pagano, 2022) en los estudiantes de nivelación de la Universidad Técnica de Manabí, a fin de identificar rasgos o indicios de ansiedad y depresión causados durante la inserción universitaria en los jóvenes, considerando este instrumento uno de los más eficaces para evaluar el estado psicosocial con bases científicas que lo respaldan.

Es necesario, identificar de qué manera el proceso de nivelación universitario puede incidir en la salud mental de los adolescentes, para reflexionar y analizar los factores que provocan condiciones delicadas en la salud de las personas en estas edades, además servirá de sustento para investigaciones futuras en torno al tema, por ahora es fundamental conocer: ¿Cuántos estudiantes adolescentes desarrollan un tipo de ansiedad durante el proceso de nivelación universitaria?

## **DESARROLLO**

### **Salud mental**

Cuando se habla de la salud mental, es muy difícil centrar una sola definición, para Hiriart (2018) “se utiliza la noción de salud mental para aludir a un estado o condición del individuo, a un campo -conceptual y práctico- dentro de la salud pública, a una serie de patologías psiquiátricas y problemas psicosociales” (p. 87). La salud mental parece reducirse a un conjunto de trastornos llamados “mentales y conductuales”. De hecho, los servicios, divisiones o departamentos psiquiátricos tienden a definir su ámbito de manera bastante tradicional en función de los diversos trastornos en los que se especializan.

La salud se define como el estado general de bienestar percibido por una persona, por lo que va más allá de la ausencia de síntomas psicopáticos y se concibe como un continuo entre la enfermedad y el estado ideal del individuo en condiciones óptimas; es decir, es la capacidad de

disfrutar de los recursos personales que funciona de manera inestimable en un contexto sociocultural y resiste la adversidad y próspera a lo largo de la vida (Álvarez et al., 2020). De acuerdo a la ONU (2017) el bienestar biológico del individuo es uno de los aspectos que determina su estado de salud mental.

### **Trastorno de ansiedad**

“El trastorno de ansiedad generalizada (TAG) es el segundo trastorno mental más frecuente después de la depresión y, dentro de los trastornos ansiosos, el más frecuente en atención primaria” (Amor et al., 2018, p. 3). Los trastornos de ansiedad (TA) se caracterizan por miedo y preocupación excesivos en situaciones que no representan una amenaza real para el paciente (Delgado et al., 2021), estos pacientes muestran angustia, miedo y ataques de pánico, lo cual afecta de alguna manera su desenvolvimiento social, laboral o académico.

Según las referencias proporcionadas, se establece que el TAG ocupa un lugar destacado en la clasificación de los trastornos mentales en términos de frecuencia. Además, se señala su predominio en la atención primaria, indicando que las personas con TAG a menudo buscan ayuda médica en una etapa temprana. La definición de los trastornos de ansiedad como experiencias de miedo y preocupación excesivos en situaciones no amenazantes destaca la irracionalidad de estos síntomas. La mención de angustia, miedo y ataques de pánico subraya el impacto emocional de los trastornos de ansiedad en la vida cotidiana de los pacientes, incluyendo su funcionamiento social, laboral y académico.

En base, al test de Inventario de Ansiedad de Beck implementado en la investigación se describen tres niveles de ansiedad (Tabla 1):

**Tabla 1**

#### *Niveles de ansiedad*

<b>Nivel de ansiedad</b>	<b>Descripción</b>
Ansiedad muy baja o leve	Este nivel de ansiedad, es el más frecuente, está asociado a las situaciones diarias de la vida que propician estrés y puede promover el aprendizaje y la creatividad. La ansiedad leve no dura mucho tiempo y la gente tiende a recuperarse rápidamente.
Ansiedad moderada	La ansiedad moderada se presenta cuando el individuo solo se centra en las preocupaciones, disminuyendo su percepción y bloqueando algunas áreas; presenta con mayor frecuencia los síntomas. Los síntomas psicológicos de la ansiedad moderada incluyen inquietud, incapacidad para relajarse y preocupación excesiva. Los síntomas físicos pueden incluir mareos, sudoración y sofocos, náuseas, estado de ánimo deprimido y dolor muscular.
Ansiedad severa o grave	Este nivel de ansiedad puede ser extremadamente debilitante. Los síntomas de ansiedad severa son frecuentes y persistentes. Estos pueden incluir un ritmo cardíaco acelerado, sentimientos de pánico, nerviosismo o comportamiento inusual, ira y aislamiento de los demás. Los síntomas de ansiedad severa pueden hacer que la víctima no pueda trabajar o realizar sus actividades diarias. A veces, las personas con trastornos de ansiedad graves recurren al alcohol o las drogas para hacer frente a sus síntomas. Ayudar a las personas con trastornos de ansiedad severos requiere de ayuda especializada.

**Nota:** la tabla 1 describe cada uno de los niveles de ansiedad

**Fuente:** tomado de (Sanz, 2014).

## **METODOLOGÍA**

En la investigación se aplicó un enfoque cuantitativo, para probar las teorías planteada en el transcurso de la misma. Esta investigación se caracteriza por ser no experimental de corte transversal, la cual se lleva a cabo sin la manipulación de las variables de estudio y permite observar los aspectos que intervienen en la problemática para ser analizados (Hernández et al., 2010), de corte transversal para observar los hechos del fenómeno en un determinado momento (Ato et al., 2013), en este caso de los trastornos de ansiedad existentes en los adolescentes que ingresan a la universidad actualmente.

Aplicándose el método analítico sintético, durante toda la investigación, a fin de diagnosticar el estado mental de los adolescentes durante la nivelación universitaria, con el uso del test como técnica de recolección de datos. Se aplicó el test Inventario de Ansiedad de Beck mediante un formulario en línea, que está compuesto de 21 preguntas, proporcionando un rango de puntuación entre 0 y 63. Los puntos de corte sugeridos para interpretar el resultado obtenido son los siguientes:

00–21 - Ansiedad muy baja

22–35 - Ansiedad moderada

más de 36 - Ansiedad severa

Cada ítem se puntúa de 0 a 3, correspondiendo la puntuación 0 a "en absoluto", 1 a "levemente, no me molesta mucho", 2 a "moderadamente, fue muy desagradable, pero podía soportarlo" y la puntuación 3 a "severamente, casi no podía soportarlo", la puntuación total es la suma de las de todos los ítems, este test permite tener un acercamiento al diagnóstico de trastornos de ansiedad generalizado en base a situaciones diarias de la vida de las personas, de acuerdo a los últimos días al momento de su aplicación.

La población estudiantil que formó parte de la investigación, fueron los estudiantes de nivelación, de 7907 personas, que en base a una fórmula muestral con un nivel de confianza del 95% y 6% de margen de error se consideró una muestra compuesta por 258 estudiantes adolescentes, esta muestra fue aleatoria simple de tipo probabilística, ya que se compartió el formulario web a todos los grupos de estudiantes de nivelación, teniendo así, todos las mismas probabilidades de ser parte del estudio, con único criterio de exclusión en la edad, ya que solo seleccionaron aquellos que su rango etario está entre 17 y 21 años, de los cuales 176 fueron mujeres y 82 varones.

## **RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

Una vez recopilada la información se presentan los resultados por género, para contrastar los resultados en función de ello, cabe mencionar que de los 258 estudiantes que formaron parte de la investigación 176 fueron mujeres y 82 hombres, lo cual indica que el 68% de la muestra es femenina y el 32% masculina. En base al test aplicado a los estudiantes con 21 preguntas y teniendo en cuenta cuatro criterios de respuesta: en absoluto, levemente, moderadamente y severamente; se logró identificar tres niveles de ansiedad, es decir, ansiedad muy baja, ansiedad moderada y ansiedad severa. A continuación, se muestran los resultados del test en base a las preguntas y criterios de respuesta (Tabla 2):

**Tabla 2**

*Resultados del Test Inventario de Ansiedad de Beck*

Criterios del test	En absoluto			Levemente, no me molesta mucho			Moderadamente, fue muy desagradable, pero podía soportarlo			Severamente, casi no podía soportarlo		
	Femenino	Masculino	Población	Femenino	Masculino	Población	Femenino	Masculino	Población	Femenino	Masculino	Población
1. Torpe o entumecido	104	52	156	41	19	60	29	11	40	2	0	2
2. Acalorado	58	24	82	68	31	99	28	17	45	22	10	32
3. Con temblor en las piernas.	125	62	187	26	14	40	13	5	18	12	1	13
4. Incapaz de relajarse.	62	31	93	59	37	96	36	11	47	19	3	22
5. Con temor a que ocurra lo peor	43	29	72	60	27	87	36	19	55	37	7	44
6. Mareado, o que se va la cabeza.	101	61	162	0	0	0	55	19	74	20	2	22
7. Con latidos del corazón fuertes y acelerados	80	53	133	54	21	75	27	6	33	15	2	17
8. Inestable	96	53	149	44	24	68	23	5	28	13	0	13
9. Atemorizado o asustado.	71	44	115	61	25	86	28	11	39	16	2	18
10. Nervioso.	34	30	64	77	35	112	30	12	42	35	5	40
11. Con sensación de bloqueo.	78	42	120	60	29	89	16	6	22	22	5	27
12. Con temblores en las manos	102	60	162	44	11	55	21	9	30	9	2	11
13. Inquieto, inseguro.	69	41	110	68	31	99	25	6	31	14	4	18
14. Con miedo a perder el control	96	57	153	39	16	55	18	4	22	23	5	28
15. Con sensación de ahogo	105	63	168	38	11	49	20	5	25	13	3	16
16. Con temor a morir.	105	58	163	45	10	55	9	6	15	17	8	25
17. Con miedo.	62	43	105	73	29	102	20	6	26	21	4	25
18. Con problemas digestivos.	111	61	172	38	14	52	14	4	18	13	3	16
19. Con desvanecimientos.	139	72	211	25	6	31	11	3	14	1	1	2
20. Con rubor facial.	111	69	180	52	12	64	6	1	7	7	0	7
21. Con sudores, fríos o calientes	90	48	138	58	21	79	18	7	25	10	6	16

**Nota:** Esta tabla muestra los resultados del test aplicado a los estudiantes, con datos numéricos por género en cada una de los ítems.

Estos resultados permitieron, obtener un valor entre 0 y 63 puntos para determinar el nivel de ansiedad que muestran los estudiantes en base a sus respuestas, considerando que el primer criterio tiene una puntuación de 0, el segundo de 1, el tercero de 2 y el cuarto de 3; de los cuales se considera ansiedad muy baja en puntuación de 0 a 21, ansiedad moderada de 22 a 35 y severa mayor de 36, a continuación, se detallan los resultados de acuerdo a esta clasificación (Tabla 3):

**Tabla 3**

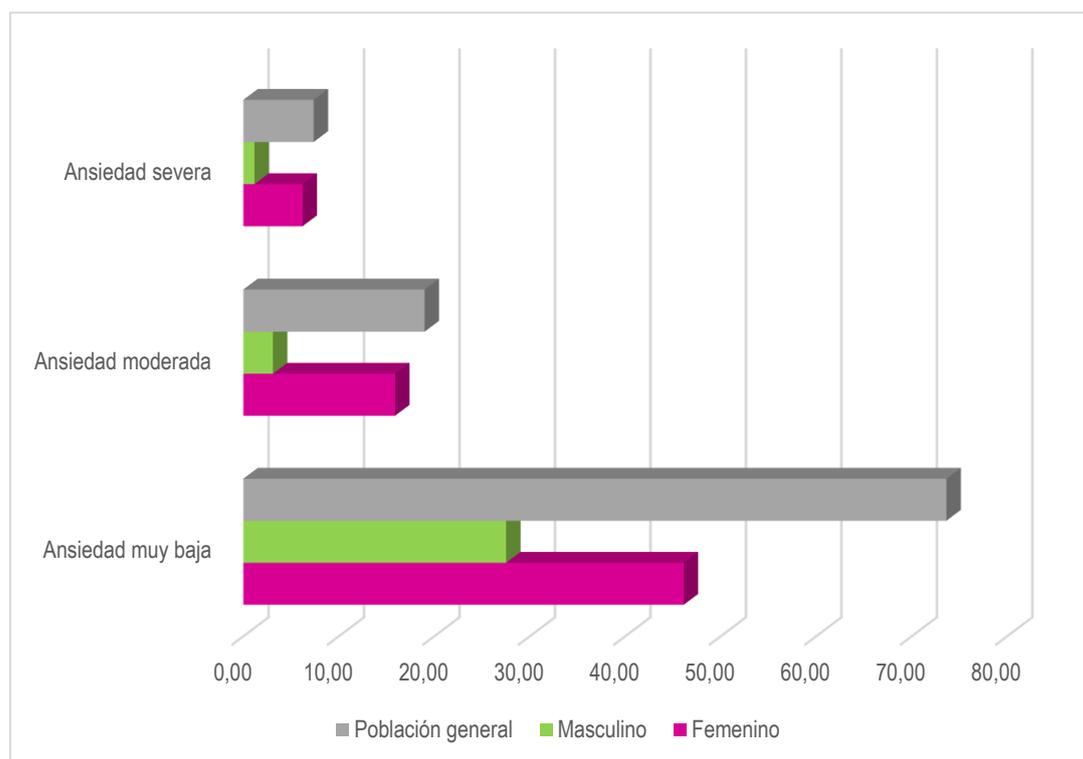
*Resultados por tipo de ansiedad*

VARIABLES	FRECUENCIA			PORCENTAJE		
	Femenin o	Masculino	Població n	Femenin o	Masculino	Població n
0-21 Ansiedad muy baja	119	71	190	46.12	27.52	73.64
22-35 Ansiedad moderada	41	8	49	15.89	3.10	18.99
>36 Ansiedad severa	16	3	19	6.20	1.16	7.36
TOTAL	176	82	258	68.22	31.78	100.00

**Nota:** Esta tabla presenta los resultados de cuántos estudiantes y su equivalencia en porcentajes presentan ansiedad muy baja, moderada y severa.

**Gráfico 1**

*Resultados por tipo de ansiedad y género*



De los 258 estudiantes el 73,64% presenta ansiedad muy baja, de este porcentaje el 46,12% son mujeres y el 27,52 son hombres, en su mayoría no presentan trastornos graves, sin embargo, el 18,99% muestra un trastorno de ansiedad moderada, el 15,89% corresponde a mujeres y solo el 3,10% son hombres, pese a que no es un gran porcentaje, si genera preocupación, ya que según el estudio al menos 1 de cada 6 personas puede sufrir ansiedad moderada al ingresar a la

universidad, siendo las mujeres más propensas a este padecimiento. Finalmente, el 7,36% de la población denota rasgos de ansiedad severa, de este grupo el 6.20% son mujeres y el 1.16% hombres, es decir, que 1 de cada 15 personas sufre ansiedad severa durante el proceso de ingreso universitario.

Los adolescentes viven con mayor intensidad sus emociones y sentimientos, es por ello, que de alguna manera su salud mental está más expuesta que la de un adulto, se puede evidenciar en la investigación realizada los rasgos de ansiedad presentados con mayor intensidad fueron: el acaloramamiento, el miedo, el temor a que suceda algo malo, el nerviosismo, miedo a perder el control de las situaciones en su vida y sensaciones de bloqueo; debido al proceso de ingreso a la universidad y la presión de aprobar la nivelación que es indispensable para acceder a una carrera profesional.

La salud mental de los adolescentes universitarios, es expuesta durante procesos de ingreso a la universidad, por la necesidad que sienten de obtener un cupo a la carrera profesional que escojan, la vida universitaria presenta algunos retos o ajustes en los hábitos que se forman, lo que puede acarrear ciertas consecuencias que empeoran la salud y, a su vez, la calidad de vida, sin embargo, para Brustio et al. (2018) llevar a cabo rutinas físicas durante esta etapa ayuda a liberar emociones que puedan afectar su estado emocional.

Es clave mencionar que, de acuerdo a los resultados de la investigación son las mujeres más propensas a padecer trastornos de ansiedad y por ende tener afectaciones en su salud mental, durante los procesos de ingreso y aprobación en la universidad, por otro lado, Álvarez et al. (2020) plantea que la diferenciación en el sexo, no marcan diferencias significativas a nivel psicológico ni en ninguna otra dimensión, sin embargo, asegura que la aceptación es un rasgo que los hombres denotan con mayor facilidad en el reconocimiento de su personalidad.

Por su parte, varios autores como (Bilgi et al., 2021; Gutiérrez et al., 2020; Izurieta et al., 2022; Saddik et al., 2021), han demostrado mayores niveles de ansiedad en el sexo femenino por sobre el masculino, en coherencia con los resultados obtenidos en el presente estudio. Un creciente cuerpo de evidencia sugiere que los sexos difieren en la anatomía del cerebro, la neuroquímica, los patrones de activación y las respuestas a los estímulos ambientales; diferencias que pueden afectar la etiología y el curso de los trastornos mentales. Sin embargo, se sabe poco sobre los factores de riesgo de ciertas enfermedades mentales en las mujeres.

En síntesis, los resultados muestran que los estudiantes universitarios de nivelación se encuentran bajo mucha presión académica, siendo las mujeres el grupo más afectado. Por lo consiguiente, los rasgos o síntomas que presentan están asociados mayormente a sus emociones, sin embargo, ambos sexos, mostraron en su mayoría ansiedad muy baja, en porcentajes bajos moderada y severa, es preciso mencionar también, que, a pesar de encontrar mayores casos en mujeres, la población de estudio femenina duplicaba a la masculina.

Las condiciones emocionales que presentan los estudiantes en la investigación tienen una prevalencia alta en depresión, miedo, nerviosismo y ansiedad; que también han sido identificados en estudios similares (Arredondo et al., 2021; García et al., 2018; Islam et al., 2022; Martin et al., 2018; Morales et al., 2020); los problemas académicos estarían asociados con la depresión y la ansiedad, así como con eventos potencialmente mortales y entornos hostiles. Otros eventos asociados específicamente con la depresión se refieren a preocupaciones sobre los seres queridos y problemas o discusiones con miembros de la familia.

Este estudio se realizó utilizando plataformas digitales, y dado que se utiliza de manera autónoma, en ausencia de lineamientos profesionales o de que los evaluadores no controlen las

variables de intervención, esto puede afectar el nivel percibido por los participantes, por lo que, se puede presentar un sesgo en algunos resultados debido a estas condiciones.

### **CONCLUSIÓN**

En la investigación se logró determinar que 1 de cada 6 adolescentes son propensos a padecer ansiedad moderada y 1 de cada 15 ansiedad severa o grave durante los procesos de ingreso a la universidad y aprobación de la nivelación, debido a las expectativas sobre su futuro y la toma de decisiones en torno a su vida estudiantil y profesional.

Los resultados obtenidos en este estudio muestran problemas actuales en el ámbito universitario que sugieren la necesidad de intervenciones en salud mental. Con la finalidad de prevenir a tiempo trastornos psicológicos que afecten el desarrollo académico de los estudiantes, pese a que los datos no son alarmantes, si crean precedentes para que las universidades consideren estrategias de orientación y acompañamiento emocional a los estudiantes durante los procesos de nivelación.

Este estudio proporciona una estimación preliminar del estado de salud mental de los estudiantes universitarios. Se sugiere que en futuros estudios se profundice en las causas de las influencias profesionales y sociales que pueden afectar en cierta medida la salud mental de los estudiantes, y también aplicarlo a otros grupos etarios y clasificarlos por carreras.

## REFERENCIAS

Alarcón, R. D. (2019). La Salud Mental de los estudiantes universitarios. *Revista Médica Herediana*, 30(4), 219-221. <https://www.redalyc.org/journal/3380/338062332001/html/>

Álvarez, D. G., Hernández, J., Espinosa, J.-F., & Soler, M. J. (2020). Salud mental en la adolescencia montevideana: Una mirada desde el bienestar psicológico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(2), 182-190. <https://www.redalyc.org/journal/559/55969799007/html/>

Amor, G., Vega, A., Villena, A., Gómez, C., Morales, J. M., & Hurtado, M. M. (2018). Implicación de usuarios diagnosticados de Trastorno de Ansiedad Generalizada en la elaboración de una guía de práctica clínica. *Universitas Psychologica*, 17(2), 1-10. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy.17-2.iudt>

Arredondo, N. H. L., Restrepo, L. C. C., & Rojas, Z. B. (2021). Depresión y ansiedad en estudiantes que ingresan a la universidad y factores de estrés asociados. *Revista Psicología e Saúde*, 13(4), 123-138. <https://www.redalyc.org/journal/6098/609871321010/html/>

Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>

Bilgi, K., Aytaş, G., Karatoprak, U., Kazancıoğlu, R., & Özçelik, S. (2021). The Effects of Coronavirus Disease 2019 Outbreak on Medical Students. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 637946. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.637946>

Brustio, P. R., Moisé, P., Marasso, D., Alossa, D., Miglio, F., Mulasso, A., Rabaglietti, E., Rainoldi, A., & Boccia, G. (2018). Participation in a school-based walking intervention changes the motivation to undertake physical activity in middle-school students. *PLOS ONE*, 13(9), e0204098. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0204098>

Delgado, E. C., Lara, M. F., & Arias, R. M. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1), 23-36. <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>

García, C., Bayona, E. M., Ibáñez, O. P., Guerre, S. O., & Fornas, C. V. (2018). Longitudinal descriptive study of diagnostic concordance between primary care and psychology support program in primary care. *Anales de Psicología*, 34(1), 23-29. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16753837004>

Gutiérrez, J. R., Lobos, M. E., & Chacón, E. R. (2020). Síntomas de ansiedad por la COVID-19, como evidencia de afectación de salud mental en universitarios salvadoreños. *Universidad Tecnológica de El Salvador, Vicerrectoría de Investigación y Proyección Social*. <http://biblioteca.utec.edu.sv:8080/jspui/handle/11298/1171>

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. del P. (2010). *Metodología de la investigación* (Vol. 12). Mc Graw Hill. [https://www.academia.edu/25455344/Metodolog%C3%ADa\\_de\\_la\\_investigaci%C3%B3n\\_Hernandez\\_Fernandez\\_y\\_Baptista\\_2010\\_](https://www.academia.edu/25455344/Metodolog%C3%ADa_de_la_investigaci%C3%B3n_Hernandez_Fernandez_y_Baptista_2010_)

Hiriart, G. M. (2018). ¿De qué hablamos cuando hablamos de salud mental? *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 23(83), 86-95. <https://www.redalyc.org/journal/279/27957772009/html/>

Islam, S., Akter, R., Sikder, T., & Griffiths, M. D. (2022). Prevalence and Factors Associated with Depression and Anxiety Among First-Year University Students in Bangladesh: A Cross-Sectional

Study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20(3), 1289-1302. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00242-y>

Izurieta, D., Poveda, S., Naranjo, T., & Moreno, E. (2022). Trastorno de ansiedad generalizada y estrés académico en estudiantes universitarios ecuatorianos durante la pandemia COVID-19. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 85(2), 86-94. <https://www.redalyc.org/journal/3720/372071694003/html/>

Martin, J. C., Garriga, A., Egea, C., Díaz, G., Campillo, M. J., & Espinosa, R. M. (2018). Stepped psychological intervention with common mental disorders in Primary Care. *Anales de Psicología*, 34(1), 30-40. <https://doi.org/10.6018/analesps.34.1.281491>

Morales, S. T. T., Quinchalef, G. del P. V., Vera, J. A. A., Muñoz, S. I. M., & Contreras, K. M. W. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación en educación médica*, 9(36), 8-16. <https://www.redalyc.org/journal/3497/349765723002/html/>

Moreta, R., Zambrano, J., Sánchez, H., & Naranjo, S. (2021). Salud mental en universitarios del Ecuador: Síntomas relevantes, diferencias por género y prevalencia de casos1. *Pensamiento Psicológico*, 19(1). <https://www.redalyc.org/journal/801/80165629004/html/>

Organización Mundial de la Salud. (2017). Global accelerated action for the health of adolescents (AA-HA!): Guidance to support country implementation. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/255415>

Organización Mundial de la Salud. (2021). Salud mental del adolescente. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Robles, N. E. C., Bravo, L. M. R., Riva, M. E. M. L., & Suyo -Vega, J. A. (2020). Salud mental en adolescentes universitarios Latinoamericanos: Revisión sistemática. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(6), 689-695. <https://www.redalyc.org/journal/559/55965387003/html/>

Saddik, B., Hussein, A., Albanna, A., Elbarazi, I., Al-Shujairi, A., Temsah, M.-H., Saheb Sharif-Askari, F., Stip, E., Hamid, Q., & Halwani, R. (2021). The psychological impact of the COVID-19 pandemic on adults and children in the United Arab Emirates: A nationwide cross-sectional study. *BMC Psychiatry*, 21(1), 224. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03213-2>

Sanz, J. (2014). Recomendaciones para la utilización de la adaptación española del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) en la práctica clínica. *Clínica y Salud*, 25(1), 39-48. <https://doi.org/10.5093/cl2014a3>

Vizioli, N. A., & Pagano, A. E. (2022). Inventario de Ansiedad de Beck: Validez estructural y fiabilidad a través de distintos métodos de estimación en población argentina. *Acta Colombiana de Psicología*, 25(1), 28-41. <https://www.redalyc.org/journal/798/79870427003/html/>