

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2316>

Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios post covid 19 en la carrera de pedagogía de los idiomas nacionales y extranjeros (español – francés – inglés)

Depression, anxiety and stress in college students post covid 19: analysis of a sample of students from the pedagogy of national and foreign languages (spanish – french - english) major

Karina del Pilar Clerque Acuña

kdclerque@uce.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0004-8464-3624>
Universidad Central del Ecuador
Quito – Ecuador

Jenny Jittomy Díaz Villarruel

jjdiaz@uce.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0008-2591-8316>
Universidad Central del Ecuador
Quito – Ecuador

Denise Jacqueline Cabascango Vinuesa

djcabascangov@uce.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0000-7711-0521>
Universidad Central del Ecuador
Quito – Ecuador

Artículo recibido: 19 de junio de 2024. Aceptado para publicación: 04 de julio de 2024.
Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

La pandemia del Covid 19 provocó un confinamiento obligatorio en el mundo y en el Ecuador no fue la excepción, las consecuencias de esta medida se pudieron evidenciar cuando la población en general retornó a la presencialidad. En el ámbito universitario los alumnos han presentado características comportamentales atípicas que no deben ser pasadas por alto. El presente trabajo visibiliza la necesidad de investigar los posibles desequilibrios en la salud mental de los estudiantes. La muestra para el presente estudio estuvo compuesta por 158 alumnos de la Carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros (español-francés-inglés) de la Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación de la Universidad Central del Ecuador, que cumplimentaron el instrumento de escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21)). Los resultados expresaron un significativo porcentaje de dicentes con afectaciones a su salud mental respecto a los elementos evaluados, como por ejemplo el porcentaje de 46,83% de alumnos que mostraron niveles de ansiedad y el 21,52% de depresión. Estas condiciones emocionales que afectan a los estudiantes tuvieron notables implicaciones en las aulas y fuera de ellas. Los resultados han sido útiles para el establecer el impacto de la Pandemia COVID 19 en la estabilidad emocional de los estudiantes de la carrera y como guía para planear proyectos de prevención y acompañamiento.

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

Abstract

The Covid 19 pandemic caused an imperative confinement worldwide and Ecuador was not the exception, and the consequences of this regulation could be seeing when the population returned to normalcy. In the university environment, students have presented atypical behavior characteristics that should not be overlooked. This paper makes visible the need of investigating the possible affections on students' mental health. The study sample for the present study was comprised by 158 students belonging to Pedagogy of national and foreign languages (Spanish - French - English) major of the Faculty of Philosophy in the Central University of Ecuador, who completed the Depression, Anxiety and Stress Scales instrument (DASS-2). The results revealed a significant percentage of students who presented issues with their mental health regarding the elements assessed. As example a 46,83% of students presented anxiety affection while y 21,52% suffered depression. These emotional conditions that affected students had considerable implications as in the classrooms as outside of them. The results have been useful to establish the impact of the COVID 19 Pandemic on the students' emotional stability of the major and as a guide to plan prevention and support projects.

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

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

Cómo citar: Clerque Acuña, K. del P., Díaz Villarruel, J. J., & Cabascango Vinuesa, D. J. (2024). Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios post covid 19 en la carrera de pedagogía de los idiomas nacionales y extranjeros (español – francés – inglés). *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 5 (4), 1069 – 1080. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2316>

INTRODUCCIÓN

La ansiedad, depresión y estrés son afecciones mentales que actualmente se hacen evidentes en la población en general y con mayor énfasis en el entorno de la educación superior (Tijerina González et al., 2018). Hablar sobre salud mental entre los dicentes universitarios debe considerarse un tema relevante por su incidencia en el rendimiento y la proliferación de conductas de riesgo que comprometen la vida estudiantil y la productividad (Moreta et.al., 2021). El estado de bienestar en el individuo es fundamental pues le permite ser consciente de sus capacidades y le impulsa a trabajar de forma activa y productiva.

La población de jóvenes universitarios es un grupo social vulnerable, los acontecimientos vividos durante la pandemia por COVID-19, las medidas propuestas por las autoridades gubernamentales ante esta situación no vislumbraron las posibles consecuencias en la estabilidad mental que podían provocar en este grupo etario. Las instituciones universitarias se vieron obligadas a continuar la formación por medio del uso de las tecnologías impactando el desarrollo educativo, emocional y social de los jóvenes (Velazque Rojas et al., 2020)

El período universitario es la época donde adolescentes o adultos jóvenes, consolidan proyectos de vida, asumen nuevas responsabilidades sociales, lo cual aumenta las presiones psicosociales. Si a todo esto se suma lo transitado durante los dos años de la pandemia, la vulnerabilidad de padecer signos y síntomas como la ansiedad, estrés y depresión ha ido en incremento. No obstante, la salud mental de los alumnos no siempre es considerada como algo relevante que requiera atención más aún, cuando se considera que los jóvenes constituyen un segmento poblacional, por lo general saludable (Cardona-Arias et al., 2015)

Todas las personas experimentan problemas emocionales en algún momento de su vida, situación que se entiende como una señal de alerta que advierte un peligro inminente y hace necesario que los individuos busquen adoptar medidas para afrontar dicha amenaza. Sin embargo, la falta de atención a estos problemas puede convertirse en algo patológico cuando esto impide realizar las actividades cotidianas (Cardona-Arias et al., 2015a). Por esta razón es importante desplegar un estudio para poder establecer la prevalencia de estos desequilibrios de la salud mental en los jóvenes estudiantes a fin de que esta información permita adoptar medidas que den una respuesta oportuna y que contribuya al desarrollo de destrezas para la vida en los alumnos.

Con el fin de obtener un panorama general sobre el estado de salud mental entre los estudiantes de la Carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros (español – francés – inglés) quienes después de dos años en la virtualidad, sin contacto social con compañeros y docentes retornaron a las aulas universitarias llevando consigo una enorme carga emocional con bajo desarrollo de habilidades interpersonales. Se propone, por tanto, el presente estudio cuyo fin es identificar y medir los estados emocionales en una determinada muestra de estudiantes que sirvan como referente para delinear algunas orientaciones y medidas necesarias que ayuden a enfrentar esta problemática.

El proceso de Enseñanza Aprendizaje en los diferentes niveles educativos puede verse afectado por varios elementos que impiden el cumplimiento de logros académicos. Uno de estos elementos es la salud mental que puede influir notablemente en el progreso de la población estudiantil y por ende en el éxito de sus actividades (Meléndez-Armenta, 2022). Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) salud mental “significa ser más capaces de relacionarse, desenvolverse, afrontar dificultades y prosperar” (OMS, 2022, p. 2). Sin embargo, no siempre suele ser así, entre las posibilidades mencionadas puede existir estados óptimos que lleven al sujeto a obtener bienestar y otros que, por el contrario, conducen a experimentar estados emocionales agotadores que debilitan su actitud personal.

De acuerdo a Meléndez-Armenta (2022) “la salud mental ha tomado un rol importante dentro de las investigaciones en un contexto educativo, cuyos resultados permiten aseverar que su inclusión genera beneficios a la población estudiantil” (p.5). Una adecuada gestión emocional por parte de los alumnos repercute en las condiciones para el aprendizaje y el desarrollo de sus habilidades académicas.

En función de lo señalado, González-Jaimes et al., (2020) indican que las dificultades emocionales en los estudiantes se han incrementado; su incapacidad a enfrentar los desafíos educativos tiene como respuesta niveles de depresión, ansiedad, estrés, afecciones adictivas, conductas agresivas, baja autoestima. En el aula se puede observar algunas características como: distracción, poco interés, escasa participación, aspectos que afectan de gran manera su capacidad de aprender (Mayo Clinic, 2022).

Resulta claro que hablar de la salud mental implica reconocer una extensa gama de factores relacionados con el desarrollo psicosocial y conductual, es decir tener el control de la forma de pensar, regular emociones y comportamientos ante las diversas experiencias a las que un individuo puede enfrentarse (Pruthi, 2021). Es transcendental en cualquier período de la vida tener relaciones sanas que le permitan contribuir de forma positiva a la sociedad alcanzando el máximo potencial personal.

Así también es menester mencionar que aspectos individuales, familiares, comunitarios y estructurales pueden ser elementos claves que contribuyan a proteger o minar la salud mental. Estas variantes en los actuales momentos han permitido descubrir que los problemas mentales están presentes en cualquier contexto. La OMS (2022) señala que aproximadamente una de cada ocho personas en el mundo sufre algún trastorno mental, variando de acuerdo con el sexo y edad, siendo los más comunes entre hombres y mujeres los trastornos de ansiedad y depresión.

Una de las enfermedades emocionales que preocupan por su alta incidencia es la depresión, se expresa mediante pensamientos que agobian, abaten la razón y disminuyen la alegría en los individuos. En términos académicos esta afectación emocional se entiende como un “síndrome caracterizado por una tristeza profunda y la inhibición de casi todas las funciones psíquicas, que da lugar a cinco series de síntomas: físicos, psicológicos, de conducta, cognitivos, asertivos y sociales” (Rojas, 2012, p. 1).

De igual forma otra afección a la salud mental es la ansiedad, aunque de manera natural esta es un mecanismo de defensa inherente en las personas porque le permite estar alerta y responder ante cualquier amenaza o peligro inminente. Se considera un trastorno cuando los pensamientos negativos se vuelven intrusivos, los miedos llegan de forma intensa, persistente, discapacitante sobre situaciones diarias que no implican riesgo (Mayo Clinic, 2021).

Otro aspecto que puede provocar problemas en la estabilidad emocional es el estrés, el cual en niveles normales actúa de forma adaptativa de los individuos al medio y no tiene por qué ser negativo pues aumenta la eficacia, agiliza el pensamiento. Aunque, empieza a ser perjudicial cuando no se recupera los recursos emocionales invertidos produciendo exceso de energía que puede influir de forma negativa en el estado físico y psicológico dando como resultado un desgaste emocional importante en la persona (Gallardo, 2021).

Por otro lado, la autoestima que es un aspecto relevante en la vida de la persona y que se define como una autovaloración que el individuo hace de sí mismo está en constante transformación a lo largo de toda la vida (Panesso & Arango, 2017). En el ámbito académico elevarla debe ser considerado un objetivo del proceso educativo debido a que influye en el desenvolvimiento y actitud de los universitarios en sus actividades cotidianas. La autoestima se basa en el autoconcepto de la persona. Las múltiples impresiones, evaluaciones, sensaciones y experiencias reunidas se juntan en un sentimiento positivo hacia sí mismo (Rodríguez, 2022).

Un buen nivel de autoestima permite a la persona resistir a las críticas, facilita las relaciones con los demás, le permite una vida más gratificante lo cual contribuye a prevenir cualquier dificultad en su salud mental, motiva a la persona a conducirse correctamente, mostrar su autonomía además de favorecer su capacidad y motivación por el aprendizaje (Bermúdez, 2018).

Los riesgos de padecer problemas de salud mental suelen presentarse en todas las etapas de la vida, pero los que ocurren durante periodos sensibles del desarrollo como la infancia y la adolescencia pueden ser los que más repercusiones tienen a lo largo de su vida (OMS, 2022). La mayoría de los alumnos de pregrado de la carrera en mención se encuentran en la adolescencia tardía, de acuerdo con la edad del grupo evaluado en esta investigación. Y es precisamente en esta etapa, donde se acentúan algunas dificultades de salud mental como los trastornos de ansiedad, depresión y estrés como menciona Rodas et al. (2010) en la investigación realizada en una población semejante de estudiantes en Colombia.

En la actualidad son varias las amenazas que desencadenan problemas mentales como lo indica el Informe mundial sobre la Salud Mental (OMS, 2022) en él se menciona que la pandemia de la COVID-19 generó una crisis global "socavando la salud mental de millones de personas" (OMS, 2022, p. 2) y de manera particular en el grupo etario más joven debido a su vulnerabilidad. Según Moreta-Herrera et al., (2021), el impacto que produjo esta pandemia provocó un mayor esfuerzo mental que llevó a la población en general a experimentar afectaciones como agotamiento, incertidumbre, pérdida de interés académico, soledad, tristeza e irritabilidad.

El 11 de marzo del 2020, la OMS determinó como pandemia al brote del virus SARS COV-2 (COVID 19) debido a su alta capacidad de propagación, por el alto impacto y consecuencias que se dio en todos los ámbitos como salud, economía y en el campo social (OMS, 2020). Una de las directrices para minimizar la propagación del COVID 19 fue el confinamiento, es decir, el aislamiento social cuyo fin fue resguardar la vida de las personas, involucrando un cambio radical en las actividades, alterando su labor cotidiana, entre ellos, el trabajo y la educación, así como las limitaciones en las obligaciones fuera de casa, llevando a la población estudiantil específicamente a desarrollar y adoptar nuevos modelos de vida dentro del hogar ante esta contingencia.

Desde la perspectiva de la OMS, diversas investigaciones realizadas en diferentes países indican que el confinamiento durante la pandemia ha provocado complicaciones psicológicas en las personas, encontrando que los niveles más altos de depresión en la población corresponden a la falta de apoyo social, el impacto económico y el miedo ante un inminente contagio del virus (OMS, 2020).

En países del continente americano, la población ha tenido que afrontar la muerte de sus seres queridos por COVID-19, crisis económica muchos de ellos por pérdida de trabajos, negocios que daban sustento a la familia. Se ha experimentado cierre de instituciones educativas acrecentando la incertidumbre de la población ante un escenario cada vez más incierto. En el Ecuador el impacto socioeconómico se evidencia en el incremento de los índices de pobreza extrema y la persistencia de las desigualdades, con ello, el descontento de la población en general frente a las políticas y acciones que el Gobierno implementó en este período tal como lo señalan Cevallos et al., (2021).

En relación a la salud mental la Organización Panamericana de la Salud (OPS), (2022) menciona que el COVID 19 ocasionó un aumento de la ansiedad, depresión, situaciones de violencia intrafamiliar, riesgos de suicidio que afectan directamente a la población más joven, siendo tanto causa como consecuencia de la pobreza, la educación deficiente, la desigualdad de género, problemas de salud, entre otros.

Por lo mencionado en los párrafos anteriores resulta de suma importancia conocer la prevalencia con la que afecciones como el estrés, la ansiedad y la depresión se presentan en la población estudiantil

universitaria. Dicho estudio posibilitará mejorar su salud mental mediante estrategias de prevención e intervención.

METODOLOGÍA

El estudio se desarrolla fundamentado en la investigación cuantitativa con el propósito de establecer una relación entre los factores que se presentan en un determinado fenómeno como es el impacto en la salud mental de los estudiantes de la Carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros Español- Francés – Inglés, de la Facultad de Filosofía Letras y Ciencias de la Educación de la Universidad Central del Ecuador por el confinamiento obligatorio establecido en el contexto del COVID 19. Es necesario señalar que este enfoque de investigación tiene la finalidad de identificar las causas y los efectos del problema de investigación propuesto (Ugalde Binda & Balbastre-Benavent, 2022). Para desarrollar este trabajo se determinó como criterio de elección de la población, el muestreo no probabilístico deliberado por juicio del investigador (Hernández, 2020) tomando en consideración que los investigadores conocen a la población y el propósito del estudio es determinar aspectos psicológicos emocionales con el fin de establecer la prevalencia de depresión, ansiedad y estrés en los estudiantes. Además, los individuos elegidos cumplen con criterios y descripciones específicos; así la población escogida como muestra está conformada por 158 alumnos de primero a tercer semestre de la carrera antes mencionada, todos se mantuvieron en confinamiento obligatorio, recibieron clases virtuales por un periodo extendido, retornaron a la presencialidad y son estudiantes del semestre mayo – septiembre 2022. La prueba DASS-21 versión en español adaptada (Antúnez & Vinet, 2012) es el instrumento de investigación que permitió la recolección de datos; tiene tres escalas de autorreporte dimensional y evalúa la presencia de estados afectivos de ansiedad, depresión y estrés; cada una de las tres escalas tiene siete ítems con formato de respuesta tipo Likert con cuatro alternativas, las que se ordenan en una escala de 0 a 3 puntos, el puntaje de cada escala se calcula con la suma de los puntajes de los ítems pertenecientes a esa escala y varía entre 0 a 21 puntos (Mella & Vinet, 2014). Una vez obtenido el puntaje para cada escala se clasificaron los niveles de depresión, ansiedad y estrés como: normal, bajo, moderado, severo y extremadamente severo; la escala utilizada está construida para el DASS-42, por lo cual, para poder utilizar la escala y determinar los resultados del DASS-21 se deben multiplicar por dos (Lovibond & Lovibond, 1995; Antony et al., 1998), como lo explica la siguiente tabla

Tabla 1

Escala para los puntajes DASS-42

Gravedad	Depresión	Ansiedad	Estrés
Normal	0-9	0-7	0-14
Leve	10-13	8-9	15-18
Moderada	14-20	10-14	19-25
Severa	21-27	15-19	26-33
Extremadamente Severa	28+	20+	34+

Nota: Puntos de corte para la interpretación de la sintomatología del instrumento evaluador (Lovibond & Lovibond, 1995)

Los propósitos y objetivos de estudio fueron detallados a los estudiantes, se les pidió su colaboración voluntaria, luego de su aceptación se les entregó el cuestionario, garantizando la privacidad de su participación y de los resultados, cumpliendo con la confidencialidad que sugiere las investigaciones en Salud mental en el Ecuador (Registro Oficial, 2006) .

RESULTADOS

En este apartado se presentan los resultados de la investigación cuyo objetivo de estudio fue indagar en qué medida los estudiantes universitarios de la Carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros (Español-Francés-Inglés) han sufrido una afectación a su salud mental debido al confinamiento obligatorio establecido por la pandemia del COVID 19, a continuación se presentan los resultados de la aplicación de la batería DASS 21 de la que se obtuvieron datos importantes que evidencian la presencia de afectaciones como la depresión, ansiedad y estrés en los estudiantes universitarios.

Depresión

Tabla 2

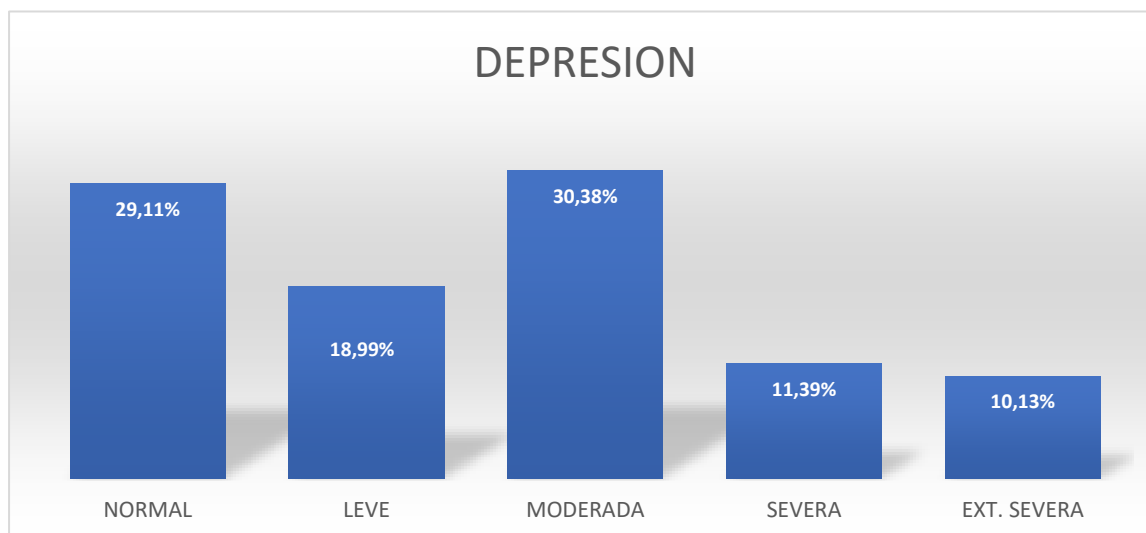
Niveles de Depresión

Gravedad	Cantidad	Porcentaje
Normal	46	29,11
Leve	30	18,99
Moderada	48	30,38
Severa	18	11,39
Ext. Severa	16	10,13
Total	158	

Nota: Esta tabla muestra los puntajes directos y los porcentajes de los niveles de depresión de la muestra analizada.

Gráfico 1

Niveles de Depresión



Nota: muestra los niveles de depresión que presentan los estudiantes evaluados.

Entre los 158 estudiantes evaluados se observa que los niveles de depresión se mantuvieron normales en un 29.11% de la muestra, mientras un 18,99 % tiene una afectación leve y en el nivel moderado el 30% tales cifras indican que los alumnos evaluados presentan síntomas como bajo estado de ánimo,

fatiga, alteraciones del sueño, de apetito y de atención o concentración, sin embargo, esto no afecta sus actividades diarias. El 11% y 10% que corresponde a severa y extremadamente severa, es decir el 21% estudiantes enfrentan niveles de depresión altos como consecuencia del confinamiento en la pandemia del COVID 19 y deben ser analizados a profundidad debido a que esta afectación puede significar que este porción de la población no pueda controlar sus estados de ánimo, tengan tristeza profunda, desolación, tendencia suicida por lo que pueden presentar problemas para realizar actividades cotidianas, entre ellas las académicas.

Ansiedad

Tabla 3

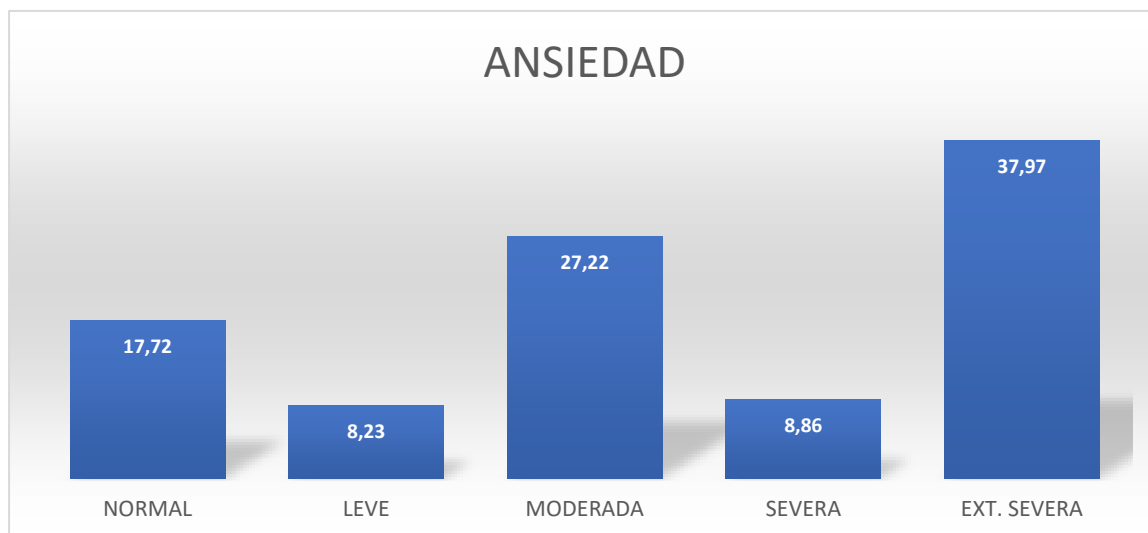
Niveles de Ansiedad

Gravedad	Cantidad	Porcentaje
Normal	28	17,72
Leve	13	8,23
Moderada	43	27,22
Severa	14	8,86
Ext. Severa	60	37,97
Total	158	

Nota: Esta tabla muestra los puntajes directos y los porcentajes de los niveles de Ansiedad de la muestra analizada.

Gráfico 2

Niveles de Ansiedad



Nota: muestra los niveles de ansiedad que presentan los estudiantes evaluados.

Los resultados obtenidos de los 158 estudiantes analizados, el 38% de la población evaluada posee indicios extremadamente severos de ansiedad, si a este porcentaje se le suma el valor que arroja el criterio de severo que alcanza un 8.86 %, se puede señalar que un 46.83% de la población estudiada tiene una afectación a su salud emocional; se infiere que este trastorno puede ser una consecuencia evidente entre los estudiantes luego del confinamiento por el COVID 19.

Estrés

Tabla 4

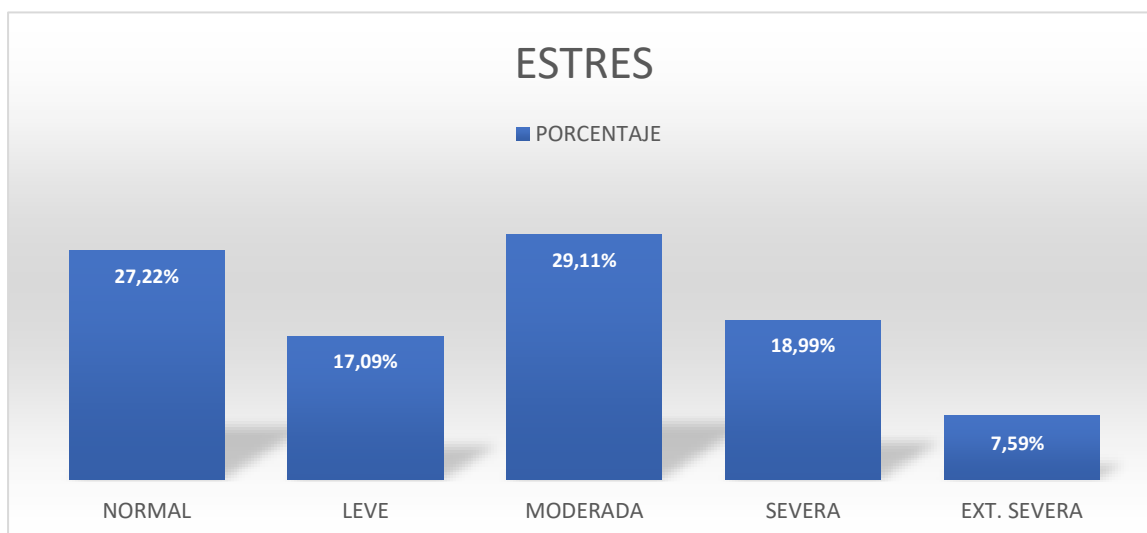
Niveles de Estrés

Gravedad	Cantidad	Porcentaje
Normal	43	27,22
Leve	27	17,09
Moderada	46	29,11
Severa	30	18,99
Ext. Severa	12	7,59
Total	158	

Nota: Esta tabla muestra los puntajes directos y los porcentajes de los niveles de ansiedad de la muestra analizada.

Gráfico 3

Niveles de Estrés



Nota: Esta figura muestra los niveles de ansiedad que presentan los estudiantes evaluados.

La cantidad de estrés percibido por los 158 estudiantes sometidos a evaluación, prevalecen los parámetros normales con 27% y moderado 29% y leve 17,09% resultados que evidencian que un buen número de alumnos tienen herramientas para enfrentar las dificultades que la academia representa. Las personas que se encuentran en el rango de severa y extremadamente severa, 19,99% y 7,59% respectivamente, sumados estos dos porcentajes el valor alcanza un 27,58% que si bien no constituye la mayoría de la población estudiada si es un porcentaje significativo de estudiantes que podría tener dificultades para enfrentar la carga académica causando incumplimiento de sus obligaciones como estudiantes debido a su inhabilidad de gestionar el estrés.

CONCLUSIÓN

Los hallazgos de la investigación muestran resultados importantes que ponen de manifiesto la existencia de un problema de salud mental en los jóvenes universitarios de la Carrera de Pedagogía de

los Idiomas Nacionales y Extranjeros (Español – Francés – Inglés), que podrían ser consecuencia del confinamiento obligatorio producto de la pandemia del COVID 19, este tuvo su afectación en los estudiantes, ya que la existencia de casos en la muestra analizada evidencia la presencia de condiciones de malestar psicológico como depresión, ansiedad y estrés en el grupo estudiado.

La elevada presencia de ansiedad y depresión en esta investigación que indica casos severos y extremadamente severos, 46,83% y 21,52% respectivamente, ha sido objeto de estudio en otros entornos universitarios como lo mencionan Saldívar-Garduño & Ramírez-Gómez (2020) en su investigación a personas mayores de 18 años que enfrentaron el confinamiento por el Covid 19, esta población es similar a la de esta investigación y los resultados coinciden con la presencia de afectaciones a la salud mental, así el 29 % señaló tener síntomas depresivos mientras el 32,4 % declaró tener síntomas severos de ansiedad. Las estadísticas de esta investigación ponen de manifiesto que el confinamiento obligatorio trajo un resquebrajamiento de la estabilidad mental y con ello un perjuicio en la vida cotidiana y académica de los jóvenes. En el mismo sentido Aponte Castro et al., (2022) señalan que en su estudio se pudo observar que el 56.3% de los estudiantes universitarios manifestaron síntomas de depresión y ansiedad luego del confinamiento.

Los resultados expuestos sobre el trastorno de ansiedad evidencian un problema a ser tomado en cuenta debido a las consecuencias que esta situación de salud mental puede provocar en este conjunto elevado de estudiantes; la presencia preocupaciones, miedos intensos, excesivos y persistentes sobre circunstancias cotidianas y frecuentes son una expresión de esta afectación a la salud mental. Los estudiantes son susceptibles a presentar episodios de pánico que alcanzan un enorme pico en cuestión de minutos; mientras los jóvenes que sufren depresión podrían presentar signos importantes de abatimiento, apatía; el rendimiento académico se afectaría provocando incluso que algunos estudiantes abandonen los estudios universitarios. El impacto de estas afectaciones emocionales puede conducir incluso al suicidio como una manera de dar fin a su sufrimiento.

La salud mental de las personas frente a esta nueva realidad se encontraba amenazada (Cobo-Rendón et al., 2020), las investigaciones respecto a este tema específicamente al problema del estrés en estudiantes universitarios coinciden con los datos obtenidos en este trabajo de investigación que arrojan la presencia de niveles de estrés severo y extremadamente severo 18.99% y 7,59 % respectivamente y si bien no son mayoritarios, su porcentaje denota la existencia de un afectación en la salud mental de una parte importante de jóvenes que estuvieron sometidos al confinamiento. Estudios en estudiantes universitarios mexicanos que vivieron el confinamiento por el COVID-19, describen indicadores de síntomas moderados a severos de estrés que alcanzan un 31,92%, que al comparar con los resultados de este trabajo no distan de ser preocupantes (González-Jaimes et al., 2020).

En conclusión, al analizar los datos obtenidos de la prueba DASS-21 aplicada a los jóvenes universitarios de la carrera en mención se puede señalar que el confinamiento afectó su salud mental expresada en depresión, ansiedad y estrés y aunque los porcentajes son disímiles y sus efectos pudieron ser evidenciados cuando los estudiantes regresaron a la presencialidad y enfrentaron nuevas condiciones de trabajo académico y de socialización entre sus pares y docentes. Los resultados son una línea base para profundizar su estudio y desarrollar medidas preventivas que contribuyan a dar atención real y apropiada a la estabilidad mental de los alumnos evaluados.

REFERENCIAS

- Antony, M. M., Bieling, P. J., Cox, B. J., Enns, M. W., & Swinson, R. P. (1998). Psychometric properties of the 42-item and 21-item versions of the Depression Anxiety Stress Scales in clinical groups and a community sample. *Psychological Assessment*, 10(2), 176-181. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.10.2.176>
- Antúnez, Z., & Vinet, E. V. (2012). Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS - 21): Validación de la Versión abreviada en Estudiantes Universitarios Chilenos. *Terapia psicológica*, 30(3), 49-55. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082012000300005>
- Aponte Castro, H. L., Pérez Ortiz, P. D., & Salazar Jiménez, J. G. (2022). Aspectos sociofamiliares y salud mental en estudiantes de Trabajo social de la Fundación Universitaria Juan de Castellanos durante el confinamiento por Covid-19. *Latinoamericana de Estudios de Familia*, 14(1), 51-72. <https://doi.org/10.17151/rlef.2022.14.1.4>
- Bermúdez, V. E. (2018). Ansiedad, depresión, estrés y autoestima en la adolescencia. Relación, implicaciones y consecuencias en la educación privada. *Cuestiones Pedagógicas*.
- Cardona-Arias, J. A., Pérez-Restrepo, D., Rivera-Ocampo, S., Gómez-Martínez, J., & Reyes, Á. (2015). Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios* Prevalence of anxiety in students of a university. 11(1), 12.
- Cevallos, A., Mena, P., & Reyes, E. (2021). Salud mental docente en tiempos de pandemia por covid-19 teacher mental health in times of covid-19 pandemic: Manuscrito recibido: 13/01/2021 Aceptado: 01/07/2021. *Investigación y Desarrollo*, 14(1), 132-138. <https://doi.org/10.31243/id.v14.2021.1334>
- Cobo-Rendón, R., Vega-Valenzuela, A., & García-Álvarez, D. (2020). Consideraciones institucionales sobre la Salud Mental en estudiantes universitarios durante la pandemia de Covid-19. *CienciAmérica*, 9(2), 277-284. <https://doi.org/10.33210/ca.v9i2.322>
- Gallardo, I. (2021, febrero 8). Estrés: Síntomas, Tratamientos, Qué es, e Información [Informativo]. cuidateplus.marca.com. <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/estres.html>
- González-Jaimes, N. L., Tejeda-Alcántara, A. A., Espinosa-Méndez, C. M., & Ontiveros-Hernández, Z. O. (2020). Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19 [Preprint]. <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.756>
- Hernández, O. (2020). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen.
- Mayo Clinic. (2021, noviembre 11). Trastornos de ansiedad—Síntomas y causas—Mayo Clinic. <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/anxiety/symptoms-causes/syc-20350961>
- Mayo Clinic. (2022, de diciembre). Enfermedad mental—Síntomas y causas—Mayo Clinic. <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/mental-illness/symptoms-causes/syc-20374968>
- Meléndez-Armenta, R. A. (2022). La salud mental y su influencia en el desempeño académico de estudiantes durante la pandemia COVID-19. *Revista Electrónica Educare*, 27(1), 1-12. <https://doi.org/10.15359/ree.27-1.14538>
- Mella, F. R., & Vinet, E. V. (2014). Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21): Adaptación y propiedades psicométricas en estudiantes secundarios de temuco.

Moreta-Herrera, R., Zambrano-Estrella, J., & Sánchez-Vélez, H. (2021). Salud mental en universitarios del Ecuador: Síntomas relevantes, diferencias por género y prevalencia de casos1. *Pensamiento Psicológico*, 13.

OMS. (2020, marzo 11). Alocución de apertura del Director General de la OMS en la rueda de prensa sobre la COVID-19 celebrada el 11 de marzo de 2020. <https://www.who.int/es/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19--11-march-2020>

OMS. (2022). Informe mundial sobre salud mental. <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240050860>

Organización Panamericana de la Salud de la salud. (2022, junio 17). Salud mental: Fortalecer nuestra respuesta [News-room]. [www.who.int. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response)

Panesso, K., & Arango, M. J. (2017). La autoestima, proceso humano. *Revista Electrónica Psyconex*. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/328507>

Pruthi, S. (2021, diciembre 14). Salud mental: Qué es normal y qué no—Mayo Clinic [Medicina]. [www.mayoclinic.org. https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/adult-health/in-depth/mental-health/art-20044098](https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/adult-health/in-depth/mental-health/art-20044098)

Registro Oficial. (2006). Ley de derechos y amparo del paciente.

Rodas, J. A. G., Vélez, L. P. M., Isaza, B. E. T., Zapata, M. A. B., Restrepo, E. R., & Quintero, L. E. S. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. 12.

Rodríguez, R. (2022, de agosto). ¿Autoestima: Qué es? | PsicoGlobal. [www.psicoglobal.com. https://www.psicoglobal.com/blog/autoestima-que-es](https://www.psicoglobal.com/blog/autoestima-que-es)

Rojas, E. (2012). Adios, Depresion—Enrique Rojas pdf. https://www.academia.edu/30311077/Adios_depresion

Saldívar-Garduño, A., & Ramírez-Gómez, K. E. (2020). Salud mental, género y enseñanza remota durante el confinamiento por el COVID-19 en México. *Persona*, 023(2), 11-40. [https://doi.org/10.26439/persona2020.n023\(2\).5011](https://doi.org/10.26439/persona2020.n023(2).5011)

Tijerina González, L. Z., González Guevara, E., Gómez Nava, M., Cisneros Estala, M. A., Rodríguez García, K. Y., & Ramos Peña, E. G. (2018). Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de nuevo ingreso a la educación superior. *RESPYN Revista Salud Pública y Nutrición*, 17(4), 41-47. <https://doi.org/10.29105/respyn17.4-5>

Ugalde Binda, N., & Balbastre-Benavent, F. (2022). Investigación cuantitativa e investigación cualitativa: buscando las ventajas de las diferentes metodologías de investigación. *Revista de Ciencias Económicas*, 31(2), 179-187. <https://doi.org/10.15517/rce.v31i2.12730>

Velazque Rojas, L., Valenzuela Huamán, C. J., & Murillo Salazar, F. (2020). Pandemia COVID-19: Repercusiones en la educación universitaria. *Odontología Sanmarquina*, 23(2), 203-205. <https://doi.org/10.15381/os.v23i2.17766>

Todo el contenido de **LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades**, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) 