



*Asesorías y Tutorías para la Investigación Científica en la Educación Puig-Salabarría S.C.  
José María Pino Suárez 400-2 esq a Lerdo de Tejada. Toluca, Estado de México. 7223898475*

RFC: ATI120618V12

**Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores.**

<http://www.dilemascontemporaneoseduccionpoliticayvalores.com/>

**Año: XII      Número: 3      Artículo no.: 39      Período: 1 de mayo al 31 de agosto del 2025**

**TÍTULO:** Impacto de la ansiedad y la depresión en estudiantes de educación superior.

**AUTORES:**

1. Máster. Andrea Gabriela Suárez López.
2. Máster. Mariela Isabel Valle Pico.
3. Máster. María Belén Porras Enríquez.

**RESUMEN:** El estudio analizó la prevalencia de síntomas de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios, explorando su relación y diferencias según el género. Con un diseño observacional y enfoque cuantitativo, se evaluó a 138 estudiantes de Ciencias Médicas mediante las escalas de Depresión y Ansiedad de Hamilton. Los resultados indicaron una alta prevalencia de ansiedad moderada a grave y una menor presencia de depresión, con una correlación significativa entre ambas. Las mujeres presentaron niveles más altos de ansiedad. Se concluye que existe una relación marcada entre ansiedad y depresión, con diferencias significativas por género, destacando la necesidad de estrategias de intervención específicas.

**PALABRAS CLAVES:** ansiedad, depresión, universidad, estudiantes, sintomatología.

**TITLE:** Impact of anxiety and depression in higher education students.

**AUTHORS:**

1. Master. Andrea Gabriela Suárez López.
2. Master. Mariela Isabel Valle Pico.
3. Master. María Belén Porras Enríquez.

**ABSTRACT:** The study analyzed the prevalence of anxiety and depression symptoms in university students, exploring their relationship and differences according to gender. With an observational design and quantitative approach, 138 students of Medical Sciences were evaluated using the Hamilton Depression and Anxiety scales. The results indicated a high prevalence of moderate to severe anxiety and a lower presence of depression, with a significant correlation between the two. Women presented higher levels of anxiety. It is concluded that there is a marked relationship between anxiety and depression, with significant differences by gender, highlighting the need for specific intervention strategies.

**KEY WORDS:** Anxiety, depression, university, students, symptomatology.

## **INTRODUCCIÓN.**

La depresión y la ansiedad han emergido como trastornos mentales de creciente interés investigativo debido a su alta frecuencia, especialmente entre los estudiantes universitarios, quienes enfrentan las demandas académicas rigurosas que caracterizan la educación superior, impactando negativamente su bienestar psicológico. Según Shao et al. (2020), diversos estudios recientes en el ámbito de la salud mental han destacado la prevalencia elevada de trastornos depresivos y de ansiedad en este grupo demográfico, mostrando una disparidad de género con una proporción de mujeres a hombres.

La depresión se ha identificado como una de las problemáticas de salud más frecuentes entre los estudiantes universitarios. Además de la depresión, numerosos estudios han señalado una alta prevalencia de síntomas de ansiedad entre los estudiantes universitarios. En Europa, alrededor del 30% de los estudiantes de medicina experimentan ansiedad o depresión. Estudios realizados en Brasil arrojaron resultados similares, indicando que entre el 20% y el 50% de los estudiantes de medicina presentan trastornos mentales (Haldorsen et al., 2014).

A nivel global, se han llevado a cabo investigaciones que exploran la ansiedad y la depresión en estudiantes universitarios. Londoño et al. (2021) describen este fenómeno como una teoría que vincula los aspectos tecnológicos (como la sobrecarga tecnológica, el conflicto entre el trabajo y el hogar, la facilidad de uso de

la tecnología, la confiabilidad tecnológica, la sociabilidad tecnológica y el ritmo de cambio) con la presencia de ansiedad y síntomas depresivos, sugiriendo que los diferentes estilos de afrontamiento actúan como mediadores en estas relaciones.

En la región latinoamericana, se han realizado múltiples investigaciones que resaltan la implicación de estudiantes y su conexión con la depresión y la ansiedad. Un estudio realizado por Ríos et al. (2019) analizó la relación entre la percepción personal y la expresión real de ansiedad y depresión en 355 estudiantes universitarios. Se encontró que el 100% de los participantes exhibía síntomas objetivos de ansiedad, aunque solo el 35% se autopercepción con ansiedad moderada, y de estos, solo el 14,2% cumplía con los criterios diagnósticos. Similarmente, mientras el 20% no identificaba signos de depresión, el 31,3% de este grupo tenía síntomas que correspondían al diagnóstico, al igual que el 70% del total de participantes. En general, se observó que los estudiantes tendían a sobrestimar sus niveles de ansiedad y depresión, aunque esta discrepancia variaba según el género y la edad; un porcentaje menor, aunque significativo, mostraba síntomas más graves de lo que percibían.

En Ecuador, el estudio propuesto por Gaibor-González & Moreta-Herrera (2020) buscó determinar las diferencias intergénero del optimismo disposicional, la depresión, la ansiedad, el estrés y su papel predictivo sobre estos rasgos patológicos en una muestra de estudiantes universitarios. Los resultados revelaron diferencias significativas de género en ansiedad y estrés, siendo más pronunciadas en mujeres que en hombres. Además, se encontraron correlaciones entre el optimismo disposicional y los rasgos patológicos evaluados; este estudio destacó el papel del optimismo disposicional como factor predictivo clave en la salud mental de los estudiantes universitarios.

### **Ansiedad como respuesta fisiológica.**

La ansiedad es una respuesta natural del cuerpo ante situaciones de peligro o estrés, pero cuando esta respuesta se desencadena de manera desproporcionada o persistente en situaciones cotidianas, se convierte en un trastorno. Este trastorno de ansiedad puede manifestarse a través de síntomas físicos y psicológicos,

como palpitaciones, sudoración excesiva, pensamientos intrusivos y preocupaciones constantes. La complejidad de la ansiedad radica en su capacidad para afectar todas las áreas de la vida de una persona, desde las relaciones interpersonales hasta el rendimiento laboral y académico (Delgado et al., 2021).

Los desencadenantes de la ansiedad pueden variar ampliamente, desde eventos traumáticos hasta factores genéticos y químicos en el cerebro. La presión social, las expectativas excesivas y los cambios importantes en la vida también pueden contribuir al desarrollo de la ansiedad. A menudo, quienes experimentan este trastorno se encuentran atrapados en un ciclo de pensamientos negativos y preocupaciones anticipatorias, lo que agrava aún más su condición.

### **Observación clínica de la ansiedad.**

La ansiedad puede adoptar diversas formas, como trastorno de ansiedad generalizada (TAG), trastorno de pánico, fobias específicas o trastorno obsesivo-compulsivo (TOC). Cada forma presenta sus propias características distintivas, pero todas comparten la cualidad de interferir significativamente en la vida diaria de quienes la experimentan. A menudo, las personas con ansiedad pueden sentirse atrapadas en un ciclo interminable de preocupación y miedo, lo que dificulta el disfrute de las experiencias cotidianas (Arrieta Vergara et al., 2014).

Es fundamental abordar la ansiedad de manera integral, utilizando enfoques que incluyan la terapia cognitivo-conductual, la medicación en casos necesarios, y estrategias de manejo del estrés. El apoyo social y el entendimiento por parte de amigos y familiares también desempeñan un papel crucial en el proceso de recuperación. La conciencia pública sobre la ansiedad y la importancia de destigmatizar los trastornos mentales son pasos esenciales para fomentar un entorno donde las personas puedan buscar ayuda sin temor al juicio (Naser, et al., 2021).

En última instancia, es imperativo reconocer que la ansiedad no define a una persona, y la búsqueda de ayuda no es un signo de debilidad, sino un paso valiente hacia el bienestar emocional. Con el tratamiento y el apoyo adecuados, muchas personas pueden aprender a manejar y superar la ansiedad, recuperando así el

control sobre sus vidas. La investigación continua sobre la ansiedad y los trastornos mentales contribuye a desarrollar enfoques más efectivos y comprensivos, brindando esperanza a aquellos que enfrentan estos desafíos.

### **La ansiedad en el contexto universitario.**

La ansiedad en estudiantes universitarios es una preocupación creciente a nivel mundial, afectando a un significativo porcentaje de la población estudiantil, que según estudios de muchos autores y entre ellos Supe Landa y Gavilanes (2023), la prevalencia de trastornos de ansiedad en estudiantes universitarios ha ido en aumento en diversas partes del mundo, siendo atribuido a las presiones académicas, la competencia intensificada y las expectativas sociales. América Latina no es una excepción, ya que la transición a la vida universitaria puede generar altos niveles de estrés en los jóvenes, exacerbados por factores socioeconómicos y culturales propios de la región.

En el caso específico de Ecuador, la ansiedad entre estudiantes universitarios es un fenómeno que también ha sido objeto de atención. Los desafíos académicos, la incertidumbre laboral y los cambios en la vida social pueden contribuir a la aparición y exacerbación de trastornos de ansiedad (Delgado et al. 2021). Es esencial considerar las diferencias culturales y los recursos disponibles en cada país para abordar este problema de manera efectiva.

La sensibilización sobre la importancia de la salud mental en entornos académicos y la implementación de servicios de apoyo adecuados son pasos cruciales para mitigar la prevalencia de la ansiedad y fomentar un ambiente universitario más saludable.

### **La depresión como trastorno.**

La depresión es un trastorno mental debilitante que afecta a millones de personas en todo el mundo. A menudo, se caracteriza por una profunda tristeza, pérdida de interés en actividades previamente placenteras y cambios en el apetito y el sueño. La depresión no distingue entre género, edad o estatus social, y puede

manifestarse de diversas maneras, desde formas leves hasta episodios graves que requieren intervención profesional (Asif et al., 2020).

Las causas de la depresión son complejas e incluyen factores genéticos, bioquímicos y ambientales (Islam et al., 2022). Experiencias traumáticas, eventos estresantes y desequilibrios químicos en el cerebro son elementos que contribuyen al desarrollo de este trastorno. La estigmatización que rodea a la depresión a menudo impide que las personas busquen ayuda, prolongando el sufrimiento y complicando su recuperación. Es esencial entender que la depresión no es simplemente "sentirse triste" y requiere un enfoque integral para el tratamiento.

La depresión puede tener consecuencias significativas en la calidad de vida, afectando las relaciones interpersonales, el rendimiento académico y laboral, y la salud física en general. Las personas que sufren de depresión a menudo experimentan una sensación abrumadora de desesperación y desamparo, lo que puede dificultar la realización de tareas cotidianas. Es crucial desterrar el estigma asociado con la depresión y fomentar un entorno comprensivo que apoye a quienes la padecen.

### **Contexto de la depresión en universitarios.**

La depresión entre estudiantes universitarios ha emergido como una preocupación global, impactando significativamente en su bienestar emocional y rendimiento académico. A nivel mundial, se observa un aumento en la prevalencia de la depresión entre esta población, atribuido a factores como la presión académica, la competencia intensificada y las transiciones vitales. Este fenómeno no conoce fronteras y afecta a jóvenes de diversas culturas y contextos, evidenciando la necesidad de abordar la salud mental en entornos educativos de manera más integral.

América Latina no escapa a la creciente incidencia de la depresión en estudiantes universitarios. Aquí, los desafíos socioeconómicos, la inseguridad laboral y las expectativas culturales pueden amplificar los factores de riesgo.

La falta de recursos y estigmatización en torno a los problemas de salud mental también puede dificultar el acceso a tratamientos adecuados. La atención a la salud mental en el ámbito universitario en América Latina es crucial para mitigar el impacto de la depresión y fomentar ambientes más saludables y comprensivos (Londoño et al., 2021).

En el caso específico de Ecuador, la depresión entre estudiantes universitarios es una problemática que ha ganado reconocimiento. Factores como la adaptación a la vida universitaria, las expectativas académicas y las tensiones socioeconómicas pueden contribuir a la aparición de la depresión. Es esencial, que las instituciones educativas y la sociedad en general trabajen de la mano para destigmatizar la salud mental, proporcionar recursos adecuados y promover un diálogo abierto sobre el bienestar emocional. La atención temprana y el apoyo efectivo pueden marcar la diferencia en la vida de los estudiantes, ayudándolos a superar los desafíos asociados con la depresión.

En síntesis, lo revisado previamente muestra la necesidad de ampliar los estudios sobre ansiedad y depresión en jóvenes universitarios debido a su impacto significativo en la salud mental y el bienestar académico, ya que estos trastornos psicológicos pueden afectar negativamente la capacidad de los estudiantes para concentrarse, aprender y alcanzar su máximo potencial académico. Comprender cómo estas condiciones se interrelacionan y cómo pueden manifestarse en el contexto específico de la vida universitaria es fundamental para desarrollar estrategias efectivas de prevención, intervención y apoyo; además, investigar esta relación puede proporcionar información valiosa para diseñar programas de salud mental dirigidos a jóvenes en entornos educativos, promoviendo así un ambiente universitario más saludable y resiliente.

A la luz de los aspectos analizados, se estima como objetivos de estudio: Analizar la presencia de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. Señalar la relación existente entre ambas variables y comparar en función del género ambas variables.

## **DESARROLLO.**

### **Materiales y métodos.**

La investigación se orientó desde un paradigma post-positivista, ya que la realidad no puede ser aprehendida en su totalidad en consecuencia a las limitaciones propias del ser humano, lo que hace que no se consideren elementos fuera de los observados para la medición, por lo que la comprensión del fenómeno de estudio se muestra imperfecto (Ramos, 2015).

Además, el enfoque que aborda la temática responde a la ruta cuantitativa de la investigación, ya que se emplean datos numéricos que se justifican en la medición y análisis a fin de describir el comportamiento de dos variables (Sampieri et al., 2014).

El diseño del estudio es observacional no experimental, de alcance descriptivo, comparativo y correlacional, ya que no se manipulan variables, sino que persigue la descripción profunda y cabal de cada una de las variables a fin de comprender su dinámica, además de verificar si existe un comportamiento relacionado entre la ansiedad y la depresión en jóvenes universitarios, también fue de corte transversal puesto que los datos fueron tomados una sola vez.

### **Técnicas e Instrumentos.**

La encuesta se utilizó como técnica principal, respaldada por Casas et al. (2003), para recopilar y analizar información de la población o muestra. Se emplearon las escalas Ansiedad y Depresión de Hamilton como instrumentos de evaluación.

La escala de ansiedad de Hamilton (Lobo et al., 2002) se trata de un instrumento administrado por un clínico tras una entrevista compuesta por 14 elementos, que pueden obtener; además, dos puntuaciones que corresponden a ansiedad psíquica (ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6 y 14) y a ansiedad somática (ítems 7, 8, 9, 10, 11, 12 y 13). No existen puntos de corte. Una mayor puntuación indica una mayor intensidad de la ansiedad. Es sensible a las variaciones a través del tiempo o tras recibir tratamiento.

La Escala de depresión de Hamilton consiste en un cuestionario de 17 ítems usado para diagnosticar la depresión mayor y como guía para evaluar su recuperación. Su objetivo no es el diagnóstico de la depresión sino evaluar la presencia de sintomatología depresiva de los pacientes diagnosticados con depresión (Purriños, 2013).

Los instrumentos utilizados en este estudio fueron validados para poblaciones latinoamericanas por Vásquez (2020) con un alfa de Cronbach de 0.89 para la escala de ansiedad de Hamilton y un 0,81 para la escala de depresión de Hamilton. Aunque también se verificó la consistencia interna de cada instrumento: Ansiedad (0,946) y depresión (0,911) (estadísticos de fiabilidad Tabla 1.).

Tabla 1. Estadísticos de fiabilidad de los instrumentos empleados.

<b>Escala de ansiedad</b>		<b>Escala de depresión</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos	Alfa de Cronbach	N de elementos
,946	14	,911	17

Fuente: Elaboración propia.

### **Participantes.**

En el estudio, se contó con la participación de 138 estudiantes universitarios. La selección se llevó a cabo mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, siguiendo criterios específicos de inclusión:

- a) Ser estudiantes de la Universidad Regional Autónoma de los Andes.
- b) Estar cursando el primer o último semestre de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Los participantes fueron divididos en dos grupos según su género, siendo 87 del género femenino y 51 del género masculino.

La edad de los participantes indicó una media de 21,05 años con una desviación estándar de 3,97. La mayoría de las participantes son femeninas (62%), indicando un estado civil soltero/a (95%), pertenecientes a la carrera de Psicología Clínica (44,9%), correspondientes al primer semestre (52,9%), procedentes de la Sierra (84,8%) y provenientes de una familia biparental (65,9%).

Se indagó sobre su estado de salud mental, en relación con la toma de medicación ansiolítica o antidepresiva, encontrando que el 92% no lo consume, y así mismo, no han recibido un diagnóstico de algún trastorno de salud mental (87,7%) y el 35,5% no ha experimentado síntomas de depresión o ansiedad antes.

### **Procedimiento.**

Posterior a la autorización institucional y el señalamiento de los objetivos de la investigación, todos los individuos involucrados llenaron el formulario de consentimiento, proporcionando además sus datos sociodemográficos.

La aplicación de los instrumentos se hizo mediante el uso de Google Forms. El enlace correspondiente se distribuyó a los directores de las diversas carreras de la Facultad de Ciencias Médicas, con el fin de solicitar la participación de los estudiantes universitarios.

Una vez recibidas las respuestas, estas fueron tabuladas en hojas de cálculo, inicialmente sumando un total de 140 observaciones; sin embargo, tras depurar aquellas respuestas que resultaron ser inconclusas e incongruentes, se redujo el conjunto de datos a 138 observaciones válidas.

No se observó una distribución normal en los datos, por lo que se optó por utilizar pruebas no paramétricas para llevar a cabo tanto la correlación como el coeficiente Rho de Spearman y la comparación mediante la prueba U de Mann-Whitney.

### **Resultados.**

El análisis categorial mediante frecuencias y porcentajes de las variables ansiedad y depresión se presentan en la Tabla 2. Se encuentra que la mayoría de los estudiantes evidenciaron un nivel de ansiedad moderada/grave en un 37,7% y ausencia de depresión en un 39,9%.

Tabla 2. Análisis categorial de ansiedad y depresión.

<b>Variable</b>	<b>Categoría</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Ansiedad	Ausencia	40	29
	Leve	46	33,3
	Moderada/Grave	52	37,7
Depresión	No deprimido	55	39,9
	Depresión ligera/menor	28	20,3
	Depresión moderada	25	18,1
	Depresión severa	9	6,5
	Depresión muy severa	21	15,2

Nota. 138 observaciones.

La Tabla 3 exhibe el análisis correlacional de las variables de estudio, abarcando tanto relaciones generales como dimensiones específicas. Se observa la presencia de correlaciones directas estadísticamente significativas entre ansiedad y depresión, así como entre ansiedad psíquica y somática con la depresión. En otras palabras, a medida que la ansiedad aumenta, también lo hace la depresión.

Tabla 3. Análisis correlacional entre la ansiedad y la depresión.

<b>Variable</b>	<b>Depresión</b>	
	<b>Rho Spearman</b>	<b>Sig</b>
Ansiedad	,823**	0,000
Ansiedad psíquica	,792**	0,000
Ansiedad somática	,757**	0,000

Nota. \*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01.

La Tabla 4 presenta el análisis comparativo de las variables de estudio según el género, revelando diferencias estadísticamente significativas. Se observa que el género femenino exhibe niveles más elevados de ansiedad, ansiedad psíquica, ansiedad somática y depresión en comparación con el género masculino.

Tabla 4. Análisis comparativo de la ansiedad y la depresión en función del género.

Variable	Femenino		Masculino		U de Mann Whitney	p
	(n= 87)		(n= 51)			
	M	DS	M	DS		
Ansiedad	15,45	11,61	10,25	10,48	1564	0,004
Ansiedad psíquica	8,97	6,34	6,86	6,24	1758	0,042
Ansiedad somática	6,48	5,91	3,39	4,78	1466	0,001
Depresión	13,26	9,71	9,54	9,54	1670,50	0,016

Nota. M = Media; DS = Desviación Estándar, 138 observaciones.

### Discusión.

La prevalencia y los factores asociados con la ansiedad y depresión en jóvenes universitarios denotó una presencia de ansiedad moderada/grave y baja presencia de depresión severa o muy severa en los participantes de la Facultad de Ciencias Médicas de la universidad de estudio. Estos resultados son consistentes con un estudio previo realizado por Vinnacia y Ortega (2021) en la universidad en la costa Atlántica colombiana, al encontrar síntomas de ansiedad; sin embargo, difieren en lo que respecta a la depresión, al encontrar la presencia de sintomatología depresiva, así como comorbilidad entre ambas.

Por otro lado, los resultados son similares a los del estudio de Asif et al. (2020) en Pakistan, que la mayoría de los universitarios presentan ansiedad extremadamente severa y niveles normales de depresión. Una posible explicación para los altos niveles de ansiedad podría estar relacionada con la exigencia académica, factores socioeconómicos y socioemocionales (Arntz et al., 2022).

Otras investigaciones denotan que la ansiedad y la depresión en estudiantes pueden estar relacionadas con la autoestima, la autoconfianza, los diferentes tipos de personalidad y el sentimiento de soledad; asimismo, se han reconocido otros elementos de riesgo, tales como la elevada carga laboral, el temor a un bajo desempeño académico, expectativas poco realistas sobre el programa educativo y la institución, la falta de dominio del contenido y experiencias negativas con el personal docente (Mofatteh, 2021).

Además, se identificó una correlación directa estadísticamente significativa entre ansiedad y depresión; es decir, a mayores niveles de ansiedad, existen mayores niveles de depresión. Estos resultados concuerdan con diversas investigaciones tales como Usuga et al. (2021), Ríos et al. (2019); Shao et al. (2020) y Vinnacia y Ortega (2021), quienes hallaron relación entre la ansiedad y la depresión.

Dichos resultados son respaldados por la literatura y diversas investigaciones al encontrar que personas con alta ansiedad tienen mayores probabilidades de experimentar sintomatología depresiva (Xu & Wei, 2013); asimismo, la depresión tiene mayor comorbilidad con la ansiedad (Brenneisen et al., 2016; Shao et al., 2020).

Por último, se halló que las mujeres presentan mayores niveles de ansiedad y depresión en comparación de los hombres, resultado que compagina con el estudio de Naser et al. (2021); Islam et al. (2022); sin embargo, en la investigación de Shao et al. (2020) en estudiantes de medicina chinos y Londoño et al. (2021) en estudiantes colombianos en general no se encontraron diferencias significativas en función del sexo entre los estudiantes de medicina chinos.

Una posible explicación podría relacionarse con la disciplina académica en la que se encuentran, dado que en el estudio actual, se abarcan diferentes disciplinas de Ciencias de la Salud en la que se encuentran, dado que en la investigación actual que involucra otras carreras de Ciencias de la Salud y la utilización de diferentes instrumentos de evaluación.

Después de analizar los resultados, es esencial identificar y discutir las limitaciones del estudio. Una de las principales limitaciones es que no todas las carreras incluidas en la investigación tienen un último semestre dedicado a un proyecto de titulación. Esta circunstancia impidió la formación de dos grupos comparativos, uno de primer semestre y otro de último semestre, lo cual habría enriquecido el análisis de los resultados obtenidos; además, la disponibilidad de un mayor número de participantes en diversas carreras habría permitido realizar comparaciones más sólidas entre los grupos. Estas limitaciones deben ser consideradas como oportunidades de mejora para futuras investigaciones en este ámbito.

## CONCLUSIONES.

La prevalencia de ansiedad moderada/grave y la baja presencia de depresión severa/muy severa entre los estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias Médicas reflejan la influencia de las demandas académicas en el bienestar psicológico de este grupo demográfico.

Los hallazgos de este estudio sugieren una correlación directa entre los niveles de ansiedad y depresión, destacando la importancia de abordar estas dos condiciones de manera integral en programas de salud mental dirigidos a estudiantes universitarios.

Las diferencias significativas observadas en los niveles de ansiedad y depresión según el género resaltan la necesidad de considerar factores socioemocionales y culturales en la evaluación y tratamiento de estos trastornos en el contexto universitario.

Aunque se identificaron correlaciones entre ansiedad y depresión, así como diferencias de género en la manifestación de estos trastornos, es importante reconocer las limitaciones del estudio, como la falta de representación de todas las carreras universitarias y el tamaño de la muestra, para futuras investigaciones en este campo.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. Arrieta Vergara, K. M., Díaz Cárdenas, S., & González Martínez, F. (2014). Síntomas de depresión y ansiedad en jóvenes universitarios: prevalencia y factores relacionados. *Revista clínica de medicina de familia*, 7(1), 14-22. <https://scielo.isciii.es/pdf/albacete/v7n1/original2.pdf>
2. Arntz, J., Trunce, S., Villarroel, G., Werner, K., & Muñoz, S. (2022). Relación de variables sociodemográficas con niveles de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 60(2), 156–166. <https://doi.org/10.4067/S0717-92272022000200156>
3. Asif, S., Muddassar, A., Shahzad, T., Raouf, M., & Pervaiz, T. (2020). Frequency of depression, anxiety and stress among university students. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 36(5). <https://doi.org/10.12669/pjms.36.5.1873>

4. Brenneisen, F., Souza, I., Silveira, P., Itaqui, M., De Souza, A., Campos, E., de Abreu, B., Hoffman, I., Magalhães, C., Lima, M., Almeida, R., Spinardi, M., & Tempski, P. (2016). Factors associated to depression and anxiety in medical students: a multicenter study. *BMC Medical Education*, 16(1), 282. <https://doi.org/10.1186/s12909-016-0791-1>
5. Delgado, C., Mateus, E., & Rincón, L. (2018). Efectos del ejercicio físico sobre la salud mental (depresión y ansiedad). Una mirada desde la evidencia científica existente. [Investigación para optar al título de fisioterapeuta]. Fundación universitaria escuela colombiana de rehabilitación.
6. Delgado, E. C., Cera, D. X., Lara, M. F., y 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>
7. Gaibor-González, I., & Moreta-Herrera, R. (2020). Optimismo disposicional, ansiedad, depresión y estrés en una muestra del Ecuador. Análisis inter-género y de predicción. *Actualidades en Psicología*, 34(129), 17-31. <https://www.scielo.sa.cr/pdf/ap/v34n129/2215-3535-ap-34-129-17.pdf>
8. Haldorsen, H., Bak, N. H., Dissing, A., & Petersson, B. (2014). Stress and symptoms of depression among medical students at the University of Copenhagen. *Scandinavian journal of public health*, 42(1), 89-95. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1403494813503055>
9. Islam, S., Akter, R., Sikder, T., & Griffiths, M. (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>
10. Londoño, N., Restrepo, L., & Rojas, Z. (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://doi.org/10.20435/pssa.v13i4.1371>

11. Lobo, A., Chamorro, L., Luque, A., Dal-Ré, R., Badia, X., Baró, E., & Grupo de Validación en Español de Escalas Psicométricas (GVEEP). (2002). Validación de las versiones en español de la Montgomery-Asberg Depression Rating Scale y la Hamilton Anxiety Rating Scale para la evaluación de la depresión y de la ansiedad. *Medicina clínica*, 118(13), 493-499.
12. Monterrosa-Castro, Á., Ordosgoitia-Parra, E., & Beltrán-Barrios, T. (2020). Ansiedad y depresión identificadas con la Escala de Golberg en estudiantes universitarios del área de la salud. *MedUNAB*, 23(3), 372-388.
13. Mofatteh, M. (2021). Risk factors associated with stress, anxiety, and depression among university undergraduate students. *AIMS Public Health*, 8(1), 36–65.  
<https://doi.org/10.3934/publichealth.2021004>
14. Naser, A., Alwafi, H., Amara, N., Alhamad, H., Almadani, M., Alsairafi, Z., & Salawati, E. (2021). Epidemiology of depression and anxiety among undergraduate students. *International Journal of Clinical Practice*, 75(9). <https://doi.org/10.1111/ijcp.14414>
15. Purriños, M. J. (2013). Escala de hamilton-hamilton depression rating scale (HDRS). *Serv. Epidemiol*, 2, 1-4.
16. Ríos, J., Escudero, C., López, C., Estrada, C., Montes, J., & Muñoz, A. (2019). Autopercepción del estado de ánimo y presencia de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología:(Universidad de Antioquía)*, 11(1), 61-92.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7529936.pdf>
17. Ramos, C. A. (2015). Los paradigmas de la investigación científica. *Avances en Psicología*, 23(1), 9–17.  
<https://doi.org/10.33539/avpsicol.2015.v23n1.167> <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
18. Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6ta ed.). Mc Graw Hill Education.

19. Shao, R., He, P., Ling, B., Tan, L., Xu, L., Hou, Y., Kong, L., & Yang, Y. (2020). Prevalence of depression and anxiety and correlations between depression, anxiety, family functioning, social support and coping styles among Chinese medical students. *BMC Psychology*, 8(1), 38. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00402-8>
20. Supe Landa, Ricardo Vinicio & Gavilanes Manzano, Fanny Rocío (2023). Ansiedad y calidad de vida en estudiantes universitarios. <https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/774>
21. Usuga, A., Lemos, N., Pinzón, J., Pérez, P., & Uribe, A. (2021). Sucesos vitales estresantes, ansiedad y depresión en estudiantes de una universidad privada de Bucaramanga. *Informes Psicológicos*, 21(2), 61–74. <https://doi.org/10.18566/infpsic.v21n2a04>
22. Vásquez, L. (2020). Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores del Hospital Cayetano Heredia durante la pandemia de COVID 19 durante el año 2020 [Tesis para obtener el grado académico de: Maestro en Gestión de los Servicios de la Salud]. Universidad César Vallejo.
23. Vinaccia, S., & Ortega, A. (2021). Variables asociadas a la ansiedad-depresión en estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica*, 19. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy19.vaad>
24. Xu, J., & Wei, Y. (2013). Social Support as a Moderator of the Relationship between Anxiety and Depression: An Empirical Study with Adult Survivors of Wenchuan Earthquake. *PLoS ONE*, 8(10), e79045. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0079045>

## DATOS DE LOS AUTORES.

1. **Andrea Gabriela Suárez López.** Master Universitario en Psicopedagogía. Docente de la Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Matriz Ambato, Ecuador. E-mail: [ua.andreas101@uniandes.edu.ec](mailto:ua.andreas101@uniandes.edu.ec)
2. **Mariela Isabel Valle Pico.** Magister en Psicología Mención en Intervención. Docente de la Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Matriz Ambato, Ecuador. E-mail: [ua.marielavp68@uniandes.edu.ec](mailto:ua.marielavp68@uniandes.edu.ec)

3. **María Belén Porras Enríquez.** Master Universitario en Especialización en Intervención Logopédica.

Docente de la Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Matriz Ambato, Ecuador. E-mail:

[ua.mariaporras@uniandes.edu.ec](mailto:ua.mariaporras@uniandes.edu.ec)

**RECIBIDO:** 5 de enero del 2025.

**APROBADO:** 8 de febrero del 2025.