



REVISIÓN

Epidemiological profile in college students: systematic review of the literature

Perfil epidemiológico en estudiantes universitarios: revisión sistemática de la Literatura

Ángel Mayacela-Alulema¹ , Byron Hidalgo-Cajo¹  , Vinicio Moreno-Rueda¹ , Wilson Nina-Mayancela¹ 

¹Facultad de Ciencias de la Salud, Carrera de Medicina, Universidad Nacional de Chimborazo (UNACH), Riobamba, Ecuador.

Citar como: Mayacela-Alulema A, Hidalgo Cajo B, Moreno-Rueda V, Nina-Mayancela W. Epidemiological profile in college students: systematic review of the literature. Salud, Ciencia y Tecnología. 2025; 5:1116. <https://doi.org/10.56294/saludcyt20251116>

Enviado: 13-02-2024

Revisado: 02-07-2024

Aceptado: 16-11-2024

Publicado: 01-01-2025

Editor: Dr. William Castillo-González 

Autor para la correspondencia: Byron Hidalgo-Cajo 

ABSTRACT

Introduction: the study systematically reviews the literature on the epidemiological profile of college students.

Objective: to identify the pathological prevalence in university students in order to provide a solid basis for developing specific health interventions.

Method: a qualitative, descriptive methodology of systematic literature review was used, following the guidelines of the PRISMA method, analyzing studies published in the last 10 years on the subject.

Results: the prevalence of diseases related to physical and mental health problems related to lifestyle and emotional well-being, as well as visual problems and alcohol consumption in university students is demonstrated.

Conclusions: the need for health policies that promote a healthy and sustainable university environment are underlined.

Keywords: University Students; Epidemiology; Public Health; Pathologies.

RESUMEN

Introducción: el estudio revisa sistemáticamente la literatura sobre el perfil epidemiológico de los estudiantes universitarios.

Objetivo: identificar la prevalencia patológica en estudiantes universitarios con el fin de proporcionar una base sólida para desarrollar intervenciones de salud específicas.

Método: se utilizó una metodología cualitativa, descriptiva de revisión sistemática de la literatura, siguiendo las directrices del método PRISMA, analizando estudios publicados en los 10 últimos años sobre el tema.

Resultados: se demuestra la prevalencia de enfermedades relacionadas con problemas de salud física y mental relacionados con el estilo de vida y el bienestar emocional, así como problemas visuales y consumo de alcohol en el estudiantado universitario.

Conclusiones: se subrayan la necesidad de políticas de salud que promuevan un entorno universitario saludable y sostenible.

Palabras clave: Estudiantes Universitarios; Epidemiología; Salud Pública; Patologías.

INTRODUCCIÓN

Los aspectos epidemiológicos en el contexto de los estudiantes universitarios son fundamentales para entender y abordar los problemas de salud prevalentes que afectan a esta población. La identificación del perfil epidemiológico de los estudiantes universitarios es crucial para desarrollar intervenciones efectivas dirigidas a mejorar la salud y bienestar de esta población con el fin de promover un entorno universitario saludable y sostenible.

De acuerdo con Guzys et al.⁽¹⁾, mejorar la salud a nivel institucional se logra mediante el fortalecimiento de la acción comunitaria y la democracia local, lo que requiere tener la información necesaria para influir en los gobiernos y organizaciones, y así construir políticas públicas saludables, y desarrollar habilidades para lograr un mayor control sobre los factores que afectan la salud. En ese sentido, la universidad, siendo institución y comunidad, debe asumir la responsabilidad de fomentar el bienestar de sus integrantes, lo que demanda la existencia de una línea base.

En ese escenario, la epidemiología destaca por su contribución a la identificación de factores o determinantes asociadas al estado de salud y a afecciones prevalentes en una población específica.⁽²⁾ Como sostiene Friis et al.⁽³⁾, la epidemiología se ocupa de la distribución y los determinantes de la salud y las enfermedades, la morbilidad, las lesiones, la discapacidad y la mortalidad en las poblaciones. De modo que un perfil epidemiológico se aplicaría al control de problemas de salud en las poblaciones a través de la investigación científica, y la aplicación de métodos descriptivos y analíticos para establecer la distribución, determinantes y resultados asociados a una o varias enfermedades y trastornos.

A su vez, los estudios epidemiológicos, caracterizados por su amplitud, son la base para futuras investigaciones más profundas. Mediante un estudio epidemiológico transversal se construye una imagen representativa de las enfermedades y se obtiene información sobre la distribución y exposición a las mismas. Esto facilita obtener datos descriptivos que permitan la planificación de estudios de cohorte, casos de control, casos de control anidados, entre otros tipos de investigación que abordarían con mayor énfasis las afecciones con mayor prevalencia entre la población.⁽⁴⁾

El análisis de estudios epidemiológicos debe considerar una variedad de factores críticos que influyen en la validez de sus hallazgos.⁽⁵⁾ Estos incluyen la evaluación del método empleado, el diseño de las preguntas de investigación, los criterios empleados para la selección de muestras, la calidad en la recolección de datos y la adecuada interpretación de estos. Según Olsen et al.⁽⁶⁾, la epidemiología estudia la distribución y determinantes de los estados de salud y eventos en poblaciones específicas para implementar medidas de control. La “distribución” implica el análisis temporal, geográfico y demográfico de los eventos de salud; los “determinantes” abarcan factores físicos, biológicos, sociales, culturales, económicos y conductuales que afectan la salud; los “estados y eventos relacionados con la salud” incluyen enfermedades, causas de muerte, y comportamientos; las “poblaciones específicas” se refieren a grupos con características comunes, y la “aplicación para el control” resalta el fin último de la epidemiología: promover y proteger la salud, así como restaurarla cuando sea necesario.

Dentro de los diversos campos de estudio en epidemiología, la revisión se centra en la epidemiología clínica y la epidemiología social. Weiss et al.⁽⁷⁾ sostiene que la epidemiología clínica estudia la variación en el resultado de enfermedades y las razones para dicha variación, mientras que la epidemiología social estudia la distribución de determinantes de los estados de salud, considerando elementos socioeconómicos, culturales, y ambientales que pueden tener influencia.⁽⁸⁾ No obstante, las estrategias usadas, tanto en epidemiología clínica como en epidemiología social son muy similares: observaciones de eventos en grupos poblacionales con características comunes, comparaciones en las tasas de eventos entre grupos, e inferencias sobre las diferencias observadas. La diferencia radica en que la epidemiología clínica se fija en síntomas, signos, enfermedades o procedimientos diagnósticos, y la epidemiología social considera el impacto sobre estas, de factores como la edad, el ingreso, el estilo de vida, entre otros aspectos.

De la misma manera, el perfil epidemiológico es entendido como “el estudio del estado del proceso salud-enfermedad en la población en un momento dado”.⁽⁹⁾ Este análisis es esencial para el desarrollo de planes o acciones de intervención en salud, ya que proporciona conocimientos clave sobre la cantidad de personas afectadas y las causas subyacentes de enfermedades y mortalidad.

El objetivo de la investigación es identificar las enfermedades y otros problemas de salud que afectan a los estudiantes universitarios, según los estudios epidemiológicos. A través de una revisión sistemática de la literatura existente, buscamos comprender la magnitud y la naturaleza de las afecciones que predominan en esta población, así como los factores de riesgo asociados. La investigación pretende proporcionar una base sólida de evidencia para el desarrollo de intervenciones y políticas de salud específicas, que aborden las necesidades únicas de los estudiantes universitarios. Al identificar y analizar los patrones de morbilidad y mortalidad en este grupo, nuestra meta es contribuir a la creación de entornos educativos más saludables y apoyar el bienestar integral de los estudiantes, promoviendo su éxito académico y personal.

MÉTODO

La presente investigación se fundamenta en una revisión sistemática cuantitativa de la literatura, diseñada

para presentar los resultados y la evidencia de manera descriptiva, sin recurrir a la realización de un metaanálisis. El proceso se ejecutó de manera rigurosa y objetiva, siguiendo las directrices establecidas por la declaración Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA), que guio la totalidad de la revisión.⁽¹⁰⁾ Esta metodología permitió determinar la elegibilidad de los estudios, así como evaluar criterios de calidad y riesgo de sesgo, con el propósito de proporcionar evidencia científica de alta calidad y relevancia, facilitando una síntesis actualizada sobre el tema en cuestión.^(11,12)

Se implementaron tanto búsquedas básicas como avanzadas en diversas bases de datos científicas, focalizándose en la temática de interés. La búsqueda de información se desarrolló en función de la pregunta de investigación empleando palabras clave previamente determinadas.

Criterios de inclusión y exclusión

Los criterios de inclusión y exclusión seleccionados se presentan en la tabla 1:

Tabla 1. Criterios de inclusión y exclusión	
Criterios de inclusión	Criterios de exclusión
Estudios epidemiológicos	Revisiones sistemáticas y metaanálisis
Estudios en inglés, español y portugués	Estudios con más de 10 años de antigüedad
Estudios realizados a estudiantes universitarios	Reseñas, editoriales y cartas
Estudios transversales y longitudinales	Estudios publicados en literatura gris.
Estudios con muestras estadísticamente representativas	

Bases de datos y estrategias de búsqueda

Se realizó una revisión inicial sobre las bases de datos disponibles, de modo que el estudio se limitó a aquellas que permiten el acceso libre o que posee convenios a nivel universitario. Se obviaron las bases de datos que requieren un pago o licencia para el acceso a la información. Las bases de datos a las que se accedió fueron: Medline, Embase, Emtree, Cochrane Library, PsycINFO, Scopus, Web of Science Core Collection y Scielo.

Proceso de selección de estudios

Para la selección de los estudios se determinaron los descriptores a partir de la pregunta de investigación, de estos se obtuvieron los términos similares o equivalentes para ampliar la búsqueda en las bases de datos, y se manejaron también los términos en inglés.

Tabla 2. Estrategia de búsqueda para cada una de las bases de datos del estudio		
Estrategia de búsqueda / sintaxis	Observaciones	Filtros activos
((STudents) OR (University students) OR (Higher education students) OR (College students)) AND ((Health) OR (Epidemiology) OR (Epidemiological profile) AND (Prevalence of diseases) OR (Risk factors) OR (Health Status)) AND ((University) OR (Universities))	Utiliza términos Medical Subjects Headings (MeSH) tales como Student; universities / university/ College students; Health; Epidemiology. Acepta booleanos AND y OR	Clinical Trial, Randomized Controlled Trial, in the last 10 year; Filtrado por idioma (inglés, portugués y español); Filtrado por edad (Adultos de +18 años)

Proceso de revisión método PRISMA

El estudio aplicó el enfoque PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-analyses) para realizar la búsqueda y selección de estudios relevantes.⁽¹³⁾ En primer lugar, se llevó a cabo una búsqueda exhaustiva de artículos en bases de datos científicas de impacto utilizando los términos de búsqueda mencionados previamente. Se seleccionaron estudios primarios que cumplieran con los criterios predefinidos de inclusión y exclusión para su posterior análisis, que incluyó los siguientes procedimientos:

1. Identificación: en esta etapa, se realizó una búsqueda exhaustiva y sistemática de la literatura relevante utilizando diferentes fuentes de información, como bases de datos electrónicas científicas. Se aplicaron estrategias de búsqueda específicas y se registraron todos los términos y criterios utilizados para la búsqueda, de la misma manera se filtraron los artículos duplicados ya que un artículo puede estar en varias bases de datos científicas.
2. Cribado: durante esta etapa, se examinaron los títulos y resúmenes de los estudios identificados en la fase de identificación. Se aplicaron criterios de inclusión y exclusión predefinidos para determinar qué estudios podrían ser relevantes para la revisión. Los estudios que pasaron esta fase avanzaron al siguiente paso.
3. Elegibilidad: en esta etapa, se realizó una evaluación más detallada de los estudios seleccionados durante el cribado. Se obtuvieron y revisaron los textos completos de los estudios para determinar si

cumplían con los criterios de inclusión establecidos previamente. Aquellos estudios que cumplían con los criterios fueron considerados elegibles para su inclusión en la revisión.

4. Inclusión: en esta última fase, se realizó la selección final de los estudios que serían incluidos en la revisión sistemática. Se aplicaron criterios adicionales como los criterios de calidad, para tomar decisiones finales sobre la inclusión de los estudios. Los estudios seleccionados se incluyeron en el análisis de la revisión.

a. Análisis de Calidad de los manuscritos: En aras de construir un corpus bibliográfico de alta calidad, el estudio implementó criterios rigurosos de selección. Para ello, los manuscritos fueron analizados conforme a las preguntas definidas en la tabla 2, las cuales están asociadas a criterios de calidad. Cada pregunta contaba con tres opciones de respuesta: sí (1 punto), no (0 puntos) y parcialmente (0,5 puntos). Se estableció un umbral mínimo de 7,5 puntos como criterio de corte para la inclusión de las publicaciones en el corpus final.⁽¹⁴⁾

Las preguntas de calidad aseguran una evaluación exhaustiva y crítica de los artículos incluidos en la revisión sistemática, permitiendo verificar la claridad, coherencia y rigor metodológico de los estudios sobre el perfil epidemiológico de los estudiantes universitarios.

Los resultados del análisis bibliográfico fueron presentados siguiendo las directrices establecidas por PRISMA. Se incluyeron tablas, figuras y gráficos para resumir clara y concisamente los descubrimientos realizados.

Los resultados del análisis bibliográfico fueron presentados siguiendo las directrices establecidas por PRISMA. Se incluyeron tablas, figuras y gráficos para resumir clara y concisamente los descubrimientos realizados.

RESULTADOS

La búsqueda de estudios arrojó 7 569 registros a través de siete bases de datos en inglés y español, como se muestra en la figura 1. De las bases de datos señaladas se obtuvo como mínimo 31 estudios (en Cochrane) y como máximo 4 045 estudios en SCOPUS. En la ilustración 1 se puede apreciar el proceso de selección de la literatura.

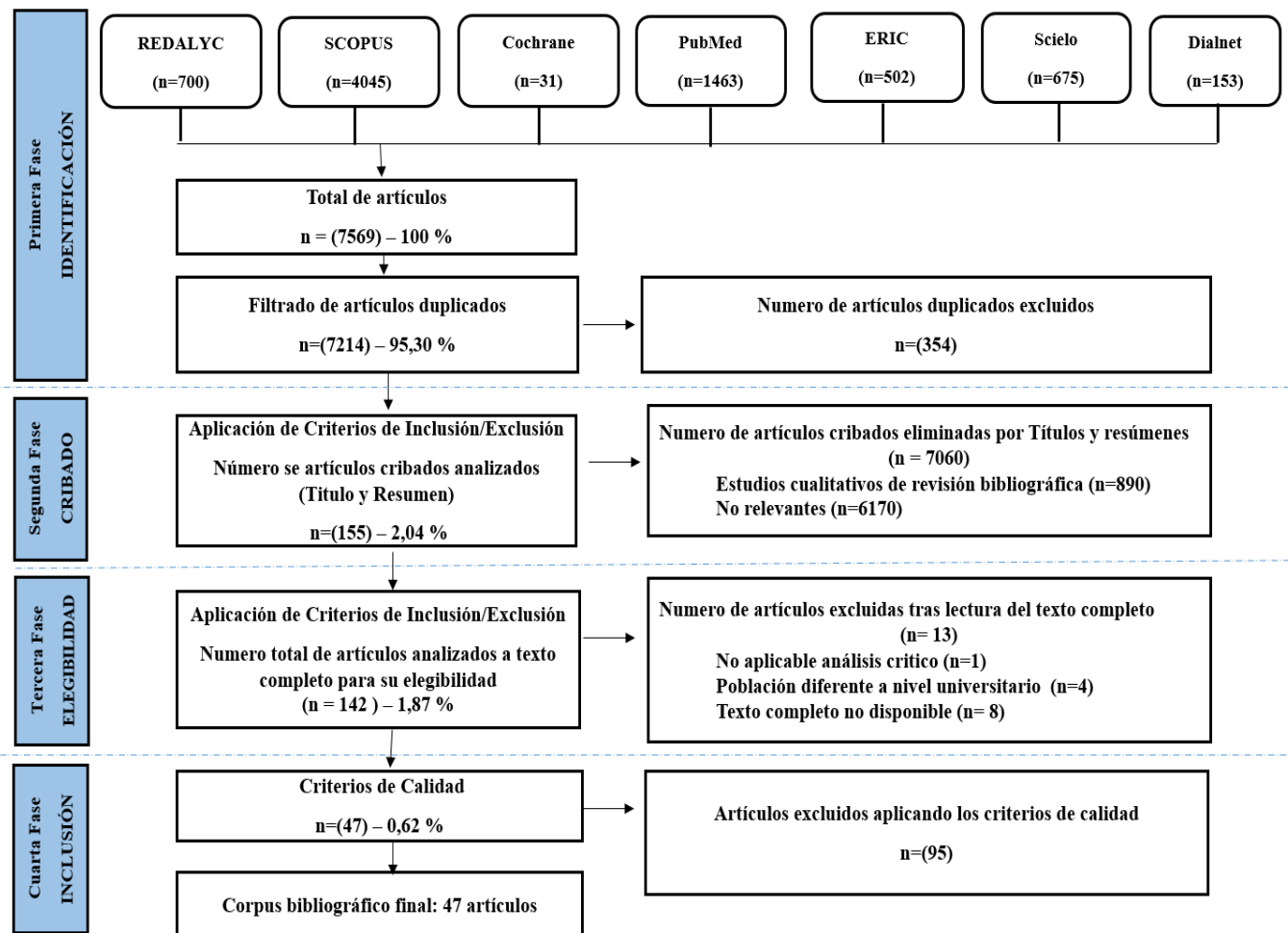


Figura 1. Diagrama de flujo de estudios identificados e incluidos en el estudio

La selección de estudios muestra una variabilidad notable en cuanto al número de universidades participantes, con la mayoría incluyendo de 1 a 2 instituciones. Excepciones notables son los estudios de Shasheen et al. y Fernández et al., que involucraron 3 y 9 universidades respectivamente, mientras que Peltzer K et al. y Mohamad et al. incluyeron 22 y 16 universidades. Esta variación en la cantidad de instituciones impacta en la representatividad geográfica y demográfica de los datos, lo que podría limitar la generalización de los resultados. Además, el tamaño de las muestras estudiantiles mostró una dispersión significativa, desde 210 participantes hasta más de 15 000, afectando así el poder estadístico y la precisión de los hallazgos, y por ende la robustez de las conclusiones epidemiológicas derivadas. Cumpliendo con los criterios mínimos de representatividad para poblaciones desconocidas, considerando un margen de error del 5 % y un nivel de confianza del 95 %, que requiere una muestra mínima de 385 sujetos. Esto sugiere que el 83 % de los estudios revisados presenta un error de muestreo aceptable ($\leq 0,05$), lo que garantiza una precisión estadística adecuada.

Por otra parte, la figura 1, refleja una participación heterogénea de países en los estudios revisados. Países como Colombia, Brasil y algunos en Asia como China e India presentan un mayor número de inclusiones, con un tono azul más oscuro, lo que indica que estos países fueron foco de mayor atención en los estudios revisados. Esto sugiere que la evidencia epidemiológica proviene mayormente de estas regiones.



Figura 2. Países incluidos en los estudios revisados

En la tabla 3 presenta un análisis en el ámbito de la epidemiológico de las condiciones de salud que afectan a diferentes poblaciones universitarias lo cual es fundamental para identificar patrones, prevalencias y factores de riesgo asociados con diversas enfermedades y trastornos. La tabla presentada proporciona un resumen detallado de las categorías y condiciones de salud estudiadas, permitiendo observar las áreas que han sido objeto de mayor atención en la investigación. El enfoque abarca desde enfermedades cardiovasculares y respiratorias, hasta aspectos relacionados con el estado mental y emocional, el estilo de vida y la alimentación.

Tabla 3. Detalle de las categorías y condiciones estudiadas por categoría y número de estudios			
Categorías estudiadas	Condiciones estudiadas	Total Condiciones	Total Categoría
Enfermedades cardiovasculares	Prehipertensión	1	2
	Síndrome metabólico	1	
Enfermedades respiratorias	Rinitis alérgica	1	1
Calidad de la visión	Defectos de visión del color	1	5
	Miopía	2	
	Síndrome de ojo seco	1	
	Síndrome de visión por computadora	1	
Consumo de sustancias y bebidas alcohólicas	Consumo de Alcohol	4	6
	Consumo de estimulantes	2	

Desorden gastrointestinal	Constipación crónica	1	2
	Síndrome de intestino irritable	1	
Desórdenes musculoesqueléticos	Desórdenes musculoesqueléticos	1	1
Estado mental y emocional	Ansiedad	1	13
	Burnout	1	
	Depresión	1	
	Depresión y ansiedad	1	
	Depresión y otros trastornos de la salud mental	1	
	Depresión, ansiedad y estrés	1	
	Desórdenes de la alimentación	1	
	Estrés	3	
	Estrés y apoyo social	1	
	Ideación suicida	2	
	Adicción a internet	1	16
	Calidad del sueño	1	
Estilo de vida y alimentación	Factores de riesgo, estrés y peso	5	
	Ortorexia nerviosa	1	
	Prevalencia de conductas de riesgo asociadas a enfermedades no transmisibles	1	
	Sobrepeso o Desnutrición	5	
	Uso problemático de internet	2	
	Infecciones sexuales	1	1
Salud sexual y reproductiva			
Total		47	47

Esta distribución de estudios refleja las preocupaciones actuales en salud pública, donde condiciones como el estrés, la ansiedad, y los problemas derivados del consumo de sustancias han cobrado relevancia en un contexto global de creciente deterioro de la salud mental y de las conductas de riesgo. Asimismo, el impacto del estilo de vida moderno, incluyendo el uso excesivo de dispositivos electrónicos y el sedentarismo, también ha sido un foco de interés en estas investigaciones.

No obstante, al examinar en detalle las categorías de enfermedades y condiciones incluidas en estos estudios, se observan importantes vacíos de investigación en áreas cruciales como las enfermedades respiratorias, los trastornos gastrointestinales, y las condiciones musculoesqueléticas, a pesar de su alta prevalencia y el impacto significativo que tienen en la calidad de vida. Esto subraya la importancia de realizar un análisis exhaustivo y balanceado en la selección de las áreas de estudio para lograr una comprensión más holística de la salud de las poblaciones.

A continuación, se presenta un análisis detallado de los resultados de la tabla, destacando las principales categorías de condiciones de salud estudiadas, las tendencias observadas y la relevancia de estos hallazgos en el contexto epidemiológico actual.

En cuanto a la prevalencia de las condiciones identificadas se obtuvieron los siguientes resultados:

En los resultados obtenidos se destacan varias tendencias significativas dentro de cada categoría de condiciones de salud estudiadas. En el ámbito de las enfermedades cardiovasculares, se observaron prevalencias del 31 % para la prehipertensión y del 41,3 % para el síndrome metabólico (MetS), según los estudios revisados. Estos hallazgos son preocupantes, ya que ambas condiciones representan factores de riesgo clave para el desarrollo de enfermedades cardiovasculares más graves, como la hipertensión y la enfermedad coronaria. La prehipertensión es particularmente relevante como marcador temprano de riesgo, mientras que el MetS abarca una combinación de factores de riesgo, como la obesidad abdominal y la inactividad física, que pueden ser fácilmente medidos en grandes poblaciones mediante evaluaciones antropométricas.^(15,16)

En cuanto a las condiciones respiratorias, se destaca la rinitis alérgica, con una prevalencia del 23,86 %. Sin embargo, solo el 15,98 % de los casos fueron diagnosticados por un médico, lo que apunta a una posible subestimación de esta condición. Este es un aspecto clave a tener en cuenta en estudios epidemiológicos, ya que la falta de diagnóstico médico puede resultar en la subestimación de la carga real de la enfermedad en la población.⁽¹⁷⁾

La calidad de la visión es otra categoría importante, con una alta prevalencia de miopía que varía entre el 48,2 % y el 86,8 % en los estudios revisados. Los factores de riesgo asociados incluyen el uso prolongado de dispositivos electrónicos, lo cual es relevante en una era donde el trabajo y el estudio a través de pantallas es omnipresente. Además, el síndrome de visión por computadora, caracterizado por síntomas como el dolor

de cabeza y los ojos secos, se asocia fuertemente con el tiempo excesivo frente a pantallas, subrayando la necesidad de promover mejores hábitos de uso de dispositivos electrónicos entre los estudiantes.^(18,19)

El consumo de sustancias y bebidas alcohólicas emerge como una categoría de alto interés, con prevalencias de consumo de alcohol que van del 43,50 % al 92,24 %, dependiendo del estudio y el grupo demográfico. Este consumo, asociado a menudo con problemas de salud mental como la depresión y el estrés, subraya la interrelación entre el comportamiento de riesgo y el bienestar emocional de los estudiantes universitarios.^(20,23)

Dentro de los trastornos gastrointestinales, la constipación crónica y el síndrome de intestino irritable muestran prevalencias del 13,7 % y 20,0 %, respectivamente, con una mayor predisposición en mujeres y personas con altos niveles de estrés. Esto resalta la conexión entre los trastornos gastrointestinales y factores psicosociales, como el estrés y la salud mental.^(23,27)

La segunda categoría con más estudios en la tabla corresponde a la salud mental y emocional, abarcando principalmente ansiedad, depresión y estrés. Se reportan tasas de prevalencia elevadas: 29 % de riesgo de ansiedad,⁽²⁸⁾ 46,9 %⁽²⁹⁾ y 33,5 %⁽³⁰⁾. Estos estudios resaltan que factores como el año académico, apoyo financiero, consumo de alcohol, calidad del sueño y el índice de masa corporal (IMC) son determinantes clave en la aparición de ansiedad.

El burnout también presenta una prevalencia preocupante del 38,1 %, con diferencias entre géneros y áreas de especialización,⁽³¹⁾ lo que refleja una carga significativa en los estudiantes. Respecto a la depresión, las tasas varían del 23,6 % al 35,7 %, ^(32,33) con un 5,3 % de estudiantes en riesgo moderado o severo de suicidio, lo que subraya la gravedad del estado emocional de esta población.⁽³⁴⁾

El estrés afecta al 22,3 % de los estudiantes,⁽³⁵⁾ mientras que el 65,7 % ⁽³⁶⁾ padece malestar mental, asociado con factores como el género, la facultad de estudio, enfermedades crónicas y bajos ingresos. El riesgo de comportamiento suicida se identifica en el 37,3 % de los estudiantes,⁽³⁷⁾ y el 13,8 % ha reportado ideación suicida en los últimos 12 meses, vinculado a factores socioeconómicos y antecedentes familiares.⁽³⁸⁾

Estas tasas indican que más de uno de cada cinco estudiantes universitarios padece problemas significativos de salud mental, lo que refuerza la necesidad de intervenciones de apoyo y estrategias preventivas dentro de las instituciones educativas.⁽³⁹⁾

En la categoría de estilo de vida y alimentación, el uso problemático de Internet es otro factor relevante, con una prevalencia del 21,6 % de adicción a Internet.⁽³⁹⁾ Este comportamiento se asocia con problemas de salud física y mental, y con la amplia exposición a dispositivos electrónicos en la vida universitaria. La calidad del sueño también está comprometida, con un 87,1 % de estudiantes mostrando deficiencias en este aspecto, lo que afecta negativamente su rendimiento académico y salud mental.^(40,41)

Los estudios sobre comportamientos de riesgo señalan que la inactividad física, tabaquismo y conductas sedentarias son comunes, mientras que la prevalencia de sobrepeso y obesidad supera el 10 % en la mayoría de los estudios. Esta tendencia, junto con el estilo de vida cada vez más sedentario, representa un desafío creciente para la salud pública en la población universitaria.^(42,47)

Finalmente, las infecciones de transmisión sexual (ITS) alcanzan una prevalencia del 18,2 %, ⁽⁴⁸⁾ lo que destaca la importancia de la educación sexual y la promoción de conductas preventivas entre los estudiantes universitarios. Estos resultados subrayan la necesidad de abordar de manera integral los factores de riesgo en la salud física y mental dentro de las universidades.

Los resultados muestran una prevalencia elevada de problemas de salud física y mental en estudiantes universitarios, con un enfoque particular en los factores de riesgo relacionados con el estilo de vida y el bienestar emocional. Esto subraya la necesidad de intervenciones integrales que aborden tanto las condiciones físicas como el estado mental para mejorar la calidad de vida de los estudiantes universitarios.

CONCLUSIONES

La investigación subraya la importancia crítica de implementar políticas de salud enfocadas en la prevención, dada la alta prevalencia de enfermedades cardiovasculares, problemas respiratorios, trastornos de la visión, consumo problemático de sustancias, y enfermedades mentales entre los estudiantes. Estas políticas deberían ser diseñadas para abordar los determinantes específicos de salud identificados, como el estrés académico y el estilo de vida, que son comunes en este grupo poblacional.

Los resultados destacan a la salud mental como una de las principales áreas de preocupación, con altas tasas de ansiedad, depresión, estrés, y burnout. Esto sugiere una necesidad urgente de servicios de apoyo psicológico más accesibles y eficaces en los campus universitarios, así como programas de bienestar estudiantil que promuevan técnicas de manejo del estrés y bienestar emocional.

El estilo de vida moderno, incluyendo el uso excesivo de dispositivos electrónicos y la inactividad física, afecta negativamente la salud de los estudiantes. Programas que fomenten la actividad física regular y limiten el tiempo frente a pantallas podrían ser beneficiosos.

La investigación proporciona evidencia clara de que la salud de los estudiantes universitarios debe ser una prioridad para las políticas públicas, con un enfoque integrado que combine intervenciones médicas,

psicológicas, y sociales para mejorar no solo la salud física sino también el bienestar general de esta población joven.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Guzys D, Brown R, Halcomb E, Whitehead D. An Introduction to Community and Primary Health Care. Cambridge University Press; 2020.
2. Jacobsen K. Introduction to Health Research Methods. Jones & Bartlett Publishers; 2016.
3. Friis R. Epidemiology 101. Jones & Bartlett Learning, LLC; 2018.
4. Boslaugh S. Encyclopedia of Epidemiology. SAGE Publications; 2008.
5. Magnos M. Intermediate Epidemiology. Jones & Bartlett Publishers; 2014.
6. Olsen J. Teaching Epidemiology. OUP Oxford; 2010.
7. Weiss N. Clinical epidemiology. En: Rothman K, Greenland S, Lash T, editores. Modern Epidemiology. Lippincott Williams & Wilkins; 2008. p. 641-651.
8. Oakes JM, Kaufman JS. Methods in Social Epidemiology. John Wiley & Sons; 2006.
9. Malagón G, Galán R, Pontón G. Garantía de calidad en salud. Editorial Médica Panamericana; 2006.
10. Yepes-Nuñez JJ, Urrutia G, Romero-García M, Cuello-García CA. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. Revista Española de Cardiología (English Edition). 2021;74(9):790-799.
11. Egea SC, Martin JE, Radua J, Jones J, Reichenberg A. Methodological approaches to meta-analysis of imaging data. Trends in Neurosciences. 2018;41(11):805-815.
12. Hidalgo-Cajo, B. G., & Delgadillo-Avila, R. (2025). Factores determinantes en la adopción de los sistemas de gestión de aprendizaje social en entornos mixtos universitarios. 4-5. <http://www.uaajournals.com/campusvirtuales/journal/26/13.pdf>
13. Rethlefsen ML, Kirtley S, Waffenschmidt S, et al. PRISMA-S: an extension to the PRISMA Statement for Reporting Literature Searches in Systematic Reviews. Systematic Reviews. 2021;10(1):39.
14. Castillo-Parra B, Hidalgo-Cajo BG, Váscquez-Barrera M, Oleas-López J. Gamification in higher education: A review of the literature. World Journal on Educational Technology: Current Issues. 2022;14(3):797-816.
15. Qaiser S, Daud MNM, Ibrahim MY, et al. Prevalence and risk factors of prehypertension in university students in Sabah, Borneo Island of East Malaysia. Medicine. 2020;99(21)
16. Zamil AH, Amin SS. The prevalence of metabolic syndrome among university students in Wasit, Iraq. Saudi Medical Journal. 2022;43(11):1240.
17. Kef K, Güven S. The prevalence of allergic rhinitis and associated risk factors among university students in Anatolia. Journal of Asthma and Allergy. 2020;13:589-597.
18. Alamri AR, Al Kaabi HA, Al Jallal MS. Prevalence of myopia among medical students in King Khalid University and its effects on academic performance. Bahrain Medical Bulletin. 2022;44(1):299-803.
19. Huang L, Kawasaki H, Liu Y, Wang Z. The prevalence of myopia and the factors associated with it among university students in Nanjing: A cross-sectional study. Medicine (Baltimore). 2019;98(10)
20. Ajayi AI, Owolabi EO, Olajire OO. Alcohol use among Nigerian university students: prevalence, correlates and frequency of use. BMC Public Health. 2019;19(1):752.
21. Chen C, Mpinganjira MG, Motilal A, et al. Prevalence and correlates of alcohol use and risky drinking among

undergraduate students in Johannesburg, South Africa: a cross-sectional study. *BMC Psychiatry*. 2023;23(1):553.

22. Ruisoto P, Cacho R, López-Goni JJ, et al. Prevalence and profile of alcohol consumption among university students in Ecuador. *Gaceta Sanitaria*. 2016;30(5):370-374.

23. Kamulegeya LH, Kitonsa PJ, Okolimong E, Kaudha G, Maria S, Nakimuli-Mpungu E. Prevalence and associated factors of alcohol use patterns among university students in Uganda. *Pan African Medical Journal*. 2020;37(1).

24. Dayi A, Gulec G, Mutlu F. Prevalence of tobacco, alcohol and substance use among Eskisehir Osmangazi University students. *Dusunen Adam*. 2015;28(4):309-318.

25. Vu NTH, Quach DT, Miyauchi S, Luu MN, Yoshida M, Nguyen DTN, et al. Prevalence and associated factors of chronic constipation among Japanese university students. *Frontiers in Public Health*. 2024;12:1258020.

26. Costanian C, Tamim H, Assaad S. Prevalence and factors associated with irritable bowel syndrome among university students in Lebanon: findings from a cross-sectional study. *World Journal of Gastroenterology*. 2015;21(12):3628-3635.

27. Parto DN, Wong AY, Macedo L. Prevalence of musculoskeletal disorders and associated risk factors in Canadian university students. *BMC Musculoskeletal Disorders*. 2023;24(1):501.

28. Mohamad NE, Sidik SM, Akhtari-Zavare M, Gani NA. The prevalence risk of anxiety and its associated factors among university students in Malaysia: a national cross-sectional study. *BMC Public Health*. 2021;21:1-12.

29. Paudel S, Gautam H, Adhikari C, Yadav DK. Depression, anxiety and stress among the undergraduate students of Pokhara Metropolitan, Nepal. *Journal of Mental Health and Human Behaviour*. 2020;25(1):22-30.

30. Simic I, Mihajlovic G, Kocic S, Bankovic D, Vukomanovic V, Dukic-Dejanovic S. The prevalence and socioeconomic correlates of depressive and anxiety symptoms in a group of 1,940 Serbian university students. *Vojnosanitetski Pregled*. 2016;73(2):169-177.

31. Li Y, Cao L, Liu J, Zhang T, Yang Y, Shi W, Wei Y. The prevalence and associated factors of burnout among undergraduates in a university. *Medicine*. 2021;100(27)

32. Othieno C, Okoth R, Peltzer K, Pengpid S, Malla L. Depression among university students in Kenya: prevalence and sociodemographic correlates. *Journal of Affective Disorders*. 2014;165:120-125.

33. Simic-Vukomanovic I, Mihajlovic G, Kocic S, Đonovic N, Bankovic D, Vukomanovic V, Đukic-Dejanovic S. The prevalence and socioeconomic correlates of depressive and anxiety symptoms in a group of 1,940 Serbian university students. *Vojnosanitetski Pregled*. 2016;73(2):169-177.

34. Baader T, Rojas C, Molina JL, Gotelli M, Alamo C, Fierro C, Dittus P. Diagnóstico de la prevalencia de trastornos de la salud mental en estudiantes universitarios y los factores de riesgo emocionales asociados. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*. 2014;52(3):167-176.

35. Tessema TT, Gebremariam TA, Abebe EA. The prevalence and factors associated with mental distress among college students in Southern Ethiopia: a cross-sectional study. *Ethiopian Journal of Health Sciences*. 2019;29(3):353-360.

36. Abuhamdah SM, Naser AY, Abdelwahab GM, AlQatawneh A. The prevalence of mental distress and social support among university students in Jordan: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021;18(21):11622.

37. Akram U, Ypsilanti A, Gardani M, Irvine K, Allen S, Akram A, Lazuras L. Prevalence and psychiatric correlates of suicidal ideation in UK university students. *Journal of Affective Disorders*. 2020;272:191-197.

38. Rahman ME, Saiful Islam M, Mamun MA, Moonajilin MS, Yi S. Prevalence and factors associated with suicidal ideation among university students in Bangladesh. *Archives of Suicide Research*. 2022;26(2):975-984.

39. Hidalgo Cajo, B. G., Moreno Ruiz, M. J., & Medina Gavidia, E. P. (2019). Prevalencia del Síndrome de Burnout en el personal docente universitario. *Atlante Journal*, 101. <https://www.eumed.net/rev/atlante/2019/03/sindrome-burnout-docente.html>
40. Tatenos M, Teo AR, Shiraishi M, Tayama M, Kawanishi C, Kato TA. Prevalence rate of Internet addiction among Japanese college students: Two cross-sectional studies and reconsideration of cut-off points of Young's Internet Addiction Test in Japan. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*. 2018;72(9):723-730.
41. Ramón-Arhués E, Granada-López JM, Martínez-Abadía B, Echániz-Serrano E, Antón-Solanas I, Nash M. Prevalence and factors associated with problematic internet use in a population of Spanish university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021;18(14):7620.
42. Shaheen AM, Alkaid Albqoor M. Prevalence and correlates of sleep quality among Jordanian university students: A cross-sectional national study. *Evaluation & the Health Professions*. 2022;45(2):176-182.
43. Crespo PA, Machado AKF, Nunes BP, Wehrmeister FC. Prevalence of behavioral health risk factors and their simultaneous occurrence among students at a public university in Pelotas, state of Rio Grande do Sul, Brazil, 2017. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*. 2021;30
44. Ferreira MDS, Nunes SAN, Papini CB, Sousa TF. Prevalence of negative self-rated health in university students and its relationship with the co-occurrence of risk behaviors. *Journal of Physical Education*. 2022;33
45. González-Zapata L, Carreño-Aguirre C, Estrada A, Monsalve-Alvarez J, Alvarez LS. Exceso de peso corporal en estudiantes universitarios según variables sociodemográficas y estilos de vida. *Revista Chilena de Nutrición*. 2017;44(3):251-261.
46. Peltzer K, Pengpid S, Samuels TA, Özcan NK, Mantilla C, Rahamefy OH, Gasparishvili A. Prevalence of overweight/obesity and its associated factors among university students from 22 countries. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2014;11(7):7425-7441.
47. Ramos OR, Jaimes MA, Juajinoy AM, Lasso AC, Jácome SJ. Prevalencia y factores relacionados de sobrepeso y obesidad en estudiantes de una universidad pública. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*. 2017;23(3).
48. Kassie BA, Yenus H, Berhe R, Kassahun EA. Prevalence of sexually transmitted infections and associated factors among the University of Gondar students, Northwest Ethiopia: a cross-sectional study. *Reproductive Health*. 2019;16:1-8.

FINANCIACIÓN

Ninguna.

CONFLICTO DE INTERESES

Ninguno.

CONTRIBUCIONES DE LOS AUTORES

Conceptualización: Marco Vinicio Moreno Rueda.

Búsqueda de datos: Wilson Lizardo Nina Mayancela.

Análisis formal: Ángel Gualberto Mayacela Alulema.

Investigación: Byron Geovanny Hidalgo Cajo.

Metodología: Byron Geovanny Hidalgo Cajo, Wilson Lizardo Nina Mayancela.

Administración del proyecto: Byron Geovanny Hidalgo Cajo.

Recursos: Marco Vinicio Moreno Rueda, Ángel Gualberto Mayacela Alulema.

Supervisión: Wilson Lizardo Nina Mayancela.

Validación: Marco Vinicio Moreno Rueda.

Visualización: Marco Vinicio Moreno Rueda, Ángel Gualberto Mayacela Alulema.

Redacción - borrador original: Wilson Lizardo Nina Mayancela, Marco Vinicio Moreno Rueda, Byron Geovanny Hidalgo Cajo.

Redacción - revisión y edición: Byron Geovanny Hidalgo Cajo.