





















ORIGINAL

## Assessment the mental health of university students in the Peruvian Amazon: A cross-sectional study

### Evaluación de la salud mental de los estudiantes universitarios de la Amazonía peruana: Un estudio transversal

Jimmy Nelson Paricahua-Peralta<sup>1</sup>  , Edwin Gustavo Estrada-Araoz<sup>2</sup>  , Lesy Berly León-Hancco<sup>3</sup>  , Basilide Avilés-Puma<sup>3</sup>  , Cesar Elias Roque-Guizada<sup>1</sup>  , Percy Amilcar Zevallos-Pollito<sup>4</sup>  , Libertad Velasquez-Giersch<sup>1</sup>  , Alhi Jordan Herrera-Osorio<sup>5</sup>  , Dany Dorian Isuiza-Perez<sup>4</sup>  

<sup>1</sup>Universidad Andina del Cusco, Filial Puerto Maldonado. Puerto Maldonado, Perú.

<sup>2</sup>Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Facultad de Educación. Puerto Maldonado, Perú.

<sup>3</sup>Universidad Nacional del Altiplano, Facultad de Ciencias de la Educación. Puno, Perú.

<sup>4</sup>Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Facultad de Ingeniería. Puerto Maldonado, Perú.

<sup>5</sup>Universidad Andina del Cusco, Filial Quillabamba. Quillabamba, Perú.

**Citar como:** Paricahua-Peralta JN, Estrada-Araoz EG, León-Hancco LB, Avilés-Puma B, Roque-Guizada CE, Zevallos-Pollito PA, Velasquez-Giersch L, Herrera-Osorio AJ, Isuiza-Perez DD. Assessment the mental health of university students in the Peruvian Amazon: A cross-sectional study. Salud, Ciencia y Tecnología. 2024; 4:879. <https://doi.org/10.56294/saludcyt2024879>

Enviado: 11-11-2023

Revisado: 06-03-2024

Aceptado: 29-04-2024

Publicado: 30-04-2024

Editor: Dr. William Castillo-González 

#### ABSTRACT

**Introduction:** the mental health of university students is a growing concern worldwide, as these young individuals face a series of emotional and psychological challenges during their transition to university life. Academic pressure, social demands, and adaptation to a new environment can affect their mental well-being.

**Objective:** to assess depression, anxiety, and stress in students from two universities providing educational services in the city of Puerto Maldonado, Peru.

**Methods:** quantitative study, non-experimental design, analytical type. The sample consisted of 307 university students of both genders who were administered the Depression, Anxiety, and Stress Scale, an instrument with adequate psychometric properties.

**Results:** 42,7 % of students showed symptoms of depression, 52,4 % experienced anxiety, and 28,7 % suffered from stress. High, direct, and significant correlations were also reported between depression and anxiety ( $\rho = 0,757$ ;  $p < 0,05$ ), depression and stress ( $\rho = 0,726$ ;  $p < 0,05$ ), and anxiety and stress ( $\rho = 0,811$ ;  $p < 0,05$ ). Additionally, a statistically significant association was found between anxiety and students' age, as well as between stress and gender ( $p < 0,05$ ).

**Conclusions:** it was concluded that students from two universities providing educational services in the city of Puerto Maldonado, Peru, presented symptoms of depression, anxiety, and stress. Therefore, it is suggested that universities implement early detection programs and psychological support services to address students' mental health issues.

**Keywords:** Mental Health; Depression; Anxiety; Psychological Stress; Psychological Well-Being.

#### RESUMEN

**Introducción:** la salud mental de los estudiantes universitarios es un tema de creciente preocupación a nivel mundial, ya que estos jóvenes enfrentan una serie de desafíos emocionales y psicológicos durante su transición a la vida universitaria. La presión académica, las demandas sociales y la adaptación a un nuevo entorno pueden afectar su bienestar mental.

**Objetivo:** evaluar la depresión, ansiedad y estrés en los estudiantes de dos universidades que brindan el

servicio educativo en la ciudad de Puerto Maldonado (Perú).

**Métodos:** estudio cuantitativo, diseño no experimental y tipo analítico. La muestra fue conformada por 307 estudiantes universitarios de ambos sexos a quienes se les aplicó la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés, un instrumento con adecuadas propiedades psicométricas.

**Resultados:** el 42,7 % de los estudiantes mostraron síntomas de depresión, el 52,4 % experimentaron ansiedad y el 28,7 % padecieron estrés. También se reportaron correlaciones altas, directas y significativas entre la depresión y la ansiedad ( $\rho = 0,757$ ;  $p < 0,05$ ), entre la depresión y el estrés ( $\rho = 0,726$ ;  $p < 0,05$ ) y entre la ansiedad y el estrés ( $\rho = 0,811$ ;  $p < 0,05$ ). Además, se encontró una asociación estadísticamente significativa entre la ansiedad y la edad de los estudiantes, así como entre el estrés y el sexo ( $p < 0,05$ ).

**Conclusiones:** se concluyó que los estudiantes de dos universidades que brindan el servicio educativo la ciudad de Puerto Maldonado (Perú) presentaron síntomas de depresión, ansiedad y estrés. Por ello, se sugiere que las universidades implementen programas de detección temprana y servicios de apoyo psicológico para abordar los problemas de salud mental de los estudiantes.

**Palabras clave:** Salud Mental; Depresión; Ansiedad; Estrés Psicológico; Bienestar Psicológico.

## INTRODUCCIÓN

La transición a la universidad marca un cambio tanto social como académico que puede tener un impacto significativo en la salud mental. Este período implica enfrentar nuevas demandas académicas, desafíos de aprendizaje, desarrollo profesional y autocuidado.<sup>(1)</sup> Además, es durante este tiempo cuando se definen proyectos de vida, lo que conlleva asumir nuevas responsabilidades sociales y académicas, lo que puede incrementar las presiones y la vulnerabilidad, aumentando el riesgo de experimentar altos niveles de depresión, ansiedad y estrés.<sup>(2)</sup> A esto se suma el hecho de que la vida universitaria coincide con la transición de la adolescencia a la adultez, donde las experiencias previas juegan un papel crucial en la capacidad del individuo para adaptarse a los cambios.<sup>(3)</sup> Asimismo, los estudiantes en esta etapa suelen experimentar sus emociones y sentimientos con mayor intensidad, lo que los hace más susceptibles desde el punto de vista de la salud mental.<sup>(4)</sup> Además, enfrentarse a nuevos entornos, distintos a los que están acostumbrados, puede suponer un desafío adicional para los estudiantes en su proceso de adaptación.<sup>(5)</sup>

Entonces, resulta crucial reconocer la importancia de evaluar la depresión, la ansiedad y el estrés, ya que estos factores pueden tanto desencadenar como mitigar su aparición, teniendo un impacto significativo en la salud de los estudiantes.<sup>(6)</sup> La presencia de problemas de salud mental, especialmente cuando los estudiantes no cuentan con las habilidades necesarias para afrontarlos, puede ocasionar limitaciones en su rendimiento académico.<sup>(7)</sup>

La depresión se caracteriza por una serie de síntomas emocionales predominantes, que incluyen tristeza, apatía, desesperanza, decaimiento, melancolía o sensación de impotencia frente a las demandas de la vida.<sup>(8)</sup> Además, se manifiesta con una disminución del placer y la pérdida de interés en actividades previamente disfrutadas.<sup>(9)</sup> Otros síntomas comunes son la pérdida de confianza y autoestima, sentimientos irracionales de culpa, pensamientos de muerte y suicidio, dificultad para concentrarse, así como problemas para conciliar el sueño y la alimentación.<sup>(10)</sup> El trastorno depresivo mayor implica una alteración intensa en la capacidad para trabajar, dormir, estudiar, interactuar y disfrutar de actividades placenteras, mientras que el trastorno distímico es similar pero menos grave y de mayor duración.<sup>(11)</sup>

Por su parte, la ansiedad es un estado emocional que predispone a las personas a enfrentar circunstancias adversas de la vida, haciéndolas vulnerables a situaciones emocionalmente desestabilizadoras, como la sobrecarga académica,<sup>(12)</sup> la situación laboral, la falta de recursos económicos y las responsabilidades personales.<sup>(13)</sup> Esto puede generar cambios significativos en la vida, como preocupación, miedo o temores excesivos, así como tensión o activación que provocan malestar,<sup>(14)</sup> especialmente frente a la amenaza de fracaso o la evaluación del aprendizaje, las cuales no siempre son identificadas ni abordadas por profesionales.<sup>(15)</sup> Estos sentimientos pueden desencadenar una reacción emocional y conductual negativa que afecta el funcionamiento motor e intelectual del individuo como parte de su sintomatología.<sup>(13)</sup> Además, las mujeres son más propensas a padecer trastornos de ansiedad y, por lo tanto, a experimentar afectaciones en su salud mental.<sup>(4)</sup>

Respecto al estrés, puede proporcionar a los estudiantes una sensación de competencia y motivación que impulsa el aprendizaje; no obstante, en ocasiones puede generar sentimientos de ansiedad e impotencia, lo que resulta en dificultades que afectan el desarrollo en entornos académicos.<sup>(16)</sup> Por lo tanto, se considera una reacción emocional cada vez más común, influenciada por una variedad de factores, y los universitarios pueden experimentarlo sin darse cuenta.<sup>(15)</sup>

El estrés puede afectar el estado emocional, la salud física y las relaciones interpersonales, y su impacto puede variar según cada individuo.<sup>(16)</sup> Este fenómeno repercute en el funcionamiento de todo el cuerpo,

manifestándose a través de síntomas comunes como depresión, ansiedad, dolores de cabeza, insomnio, nerviosismo y taquicardia.<sup>(17)</sup> Surge cuando se percibe que la demanda supera los recursos del individuo, y puede originarse en diversas circunstancias y contextos, siendo el entorno universitario un escenario desafiante para los estudiantes, expuestos a situaciones y estímulos estresantes específicos.<sup>(18)</sup> La experiencia universitaria puede conllevar nuevas y mayores responsabilidades para los estudiantes, enfrentándolos a factores estresantes como la incertidumbre sobre la elección de carrera, la separación familiar y las dificultades para establecer relaciones afectivas.<sup>(10)</sup> Es importante destacar que el estrés constituye un factor de riesgo para los síntomas de ansiedad y depresión asociados con el rendimiento académico, pudiendo afectar el estado emocional, la salud física y las relaciones interpersonales de una persona.<sup>(19)</sup>

Se han realizado investigaciones que han identificado la presencia de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios. Por ejemplo, en Cuba<sup>(20)</sup> se evaluó la salud mental de estudiantes de Estomatología, encontrando niveles severos de depresión, ansiedad y estrés. En Perú,<sup>(21)</sup> también se investigó la presencia de DAE, revelando que los estudiantes presentaban diversos trastornos como depresión, ansiedad y somatización. En otra investigación realizada en Perú<sup>(22)</sup> determinaron que los estudiantes mostraban bajos niveles de depresión y ansiedad, sin embargo, presentaron niveles moderados de estrés. Además, se determinó que la depresión, la ansiedad y el estrés se asociaron significativamente con algunos factores sociodemográficos como el género y el grupo etario.

La presente investigación aborda la salud mental de los estudiantes universitarios, un tema cada vez más relevante en el ámbito académico y social. La transición a la vida universitaria puede afectar el bienestar emocional y el rendimiento académico debido a desafíos y presiones. Sin embargo, hay una falta de estudios específicos sobre la depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios de la Amazonía peruana. Comprender la salud mental de los estudiantes es crucial para desarrollar estrategias efectivas de apoyo y prevención. La vulnerabilidad de los estudiantes universitarios a problemas de salud mental ha sido destacada en investigaciones previas, lo que puede tener consecuencias a largo plazo en su bienestar y desarrollo personal.

Finalmente, el objetivo de la presente investigación fue evaluar la depresión, ansiedad y estrés en los estudiantes de dos universidades que brindan el servicio educativo en la ciudad de Puerto Maldonado (Perú).

## MÉTODOS

La investigación adoptó un enfoque cuantitativo, que se centró en la medición numérica y el uso de estadísticas para determinar los patrones de comportamiento de los participantes. En cuanto al diseño, se empleó un enfoque no experimental, ya que las variables de depresión, ansiedad y estrés no fueron manipuladas deliberadamente, sino simplemente observadas. En cuanto al tipo, se trató de un estudio analítico de corte transversal, dado que se analizaron las características de las variables en un único momento y se recolectaron datos en una sola ocasión.<sup>(23)</sup>

La investigación se llevó a cabo en dos universidades que ofertan el servicio educativo en la ciudad de Puerto Maldonado (Perú): la Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios (UNAMAD) y la Universidad Andina del Cusco - Filial Puerto Maldonado (UAC). La población de estudio incluyó a 1520 estudiantes matriculados en ambas universidades. Por otro lado, la muestra fue conformada por 307 estudiantes, cantidad determinada mediante un muestreo probabilístico con un nivel de confianza del 95 % y un nivel de significancia del 5 %.

Para la recolección de datos, se utilizó una encuesta estructurada en dos secciones. En la primera parte, se solicitó a los participantes información sociodemográfica (género, edad, universidad y condición socioeconómica). En la segunda parte, se aplicó la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21).<sup>(24)</sup> Esta escala consta de 21 ítems evaluados cuantitativamente mediante una escala Likert de 4 puntos, que varían desde 0 (no me ha ocurrido) hasta 3 (me ha ocurrido mucho), distribuidos en tres dimensiones: depresión (ítems del 1 al 7), ansiedad (ítems del 8 al 14) y estrés (ítems del 15 al 21). En una investigación previa realizada en Perú<sup>(25)</sup> se determinó que la escala tenía adecuadas propiedades psicométricas ( $V$  de Aiken = 0,801;  $\alpha$  = 0,838).

La recolección de datos se llevó a cabo de manera virtual luego de obtener los permisos de las autoridades universitarias correspondientes. Posteriormente, a través de la aplicación de mensajería WhatsApp, se invitó a los estudiantes a participar y se les envió el enlace de la encuesta. Los mensajes fueron enviados a todos los grupos de WhatsApp de los cursos en los que están matriculados. El objetivo de este procedimiento fue lograr la mayor participación estudiantil posible. Se les explicó el objetivo de la investigación y se les brindaron instrucciones para que pudieran desarrollar los ítems. Este procedimiento tuvo una duración aproximada de 15 minutos y luego de corroborar la participación de los 307 estudiantes, se inhabilitó el acceso al instrumento.

El análisis de los datos se realizó a nivel descriptivo e inferencial. Para el análisis descriptivo, se utilizó una figura obtenida con el software SPSS V.25. Posteriormente, se realizó un análisis inferencial utilizando el coeficiente de correlación rho de Spearman para determinar si existían relaciones significativas entre las variables de estudio. Además, se empleó la prueba de Chi-Cuadrado ( $X^2$ ) para examinar si la depresión, la ansiedad y el estrés estaban significativamente asociados con las variables sociodemográficas y académicas propuestas. Se consideraron resultados estadísticamente significativos cuando el p-valor era menor a 0,05.

En consonancia con los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki, esta investigación se llevó a cabo con estricto apego a los estándares éticos. Se obtuvo el consentimiento informado de todos los estudiantes participantes, quienes fueron plenamente informados sobre el propósito y los procedimientos de la investigación. Se garantizó la confidencialidad de los datos recopilados y se protegió el bienestar de los participantes en todo momento.

## RESULTADOS

En la tabla 1 se realizó la caracterización de la muestra. Del total de participantes, el 53,4 % eran mujeres y el 46,6 % eran hombres. Respecto a la edad, el 44 % tenían entre 17 y 19 años, el 24,1 % entre 20 y 22 años, el 20,5 % entre 23 y 25 años y el 11,4 % más de 25 años. En cuanto a la universidad de procedencia, el 57,7 % estudiaban en la UNAMAD y el 42,3 % en la UAC. Con relación a la condición económica, el 63,2 % eran dependientes, mientras que el 36,8 % dependían de su familia.

Variables		n= 307	%
Sexo	Hombre	143	46,6
	Mujer	164	53,4
Edad	Entre 17 y 19 años	135	44,0
	Entre 20 y 22 años	74	24,1
	Entre 23 y 25 años	63	20,5
	Más de 25 años	35	11,4
Universidad	UNAMAD	177	57,7
	UAC	130	42,3
Condición económica	Dependiente	194	63,2
	Independiente	113	36,8

En la figura 1 se presentan los porcentajes de estudiantes según el nivel de síntomas de depresión, ansiedad y estrés. En cuanto a la depresión, el 57,3 % de los estudiantes no mostró síntomas, mientras que el 21,2 % presentó un nivel moderado, el 10,7 % un nivel leve, el 7,2 % un nivel extremadamente severo y el 3,6 % un nivel severo. Respecto a la ansiedad, el 47,6 % de los estudiantes no presentó síntomas, seguido por el 17,6 % con un nivel moderado. Además, el 14,3 % experimentó un nivel extremadamente severo, el 13,7 % un nivel leve y el 6,8 % un nivel severo. En relación al estrés, el 71,3 % de los estudiantes no mostró sintomatologías, en contraste, el 10,1 % experimentó un nivel severo, el 9,4 % un nivel leve, el 7,8 % un nivel moderado y el 1,3 % un nivel extremadamente severo.

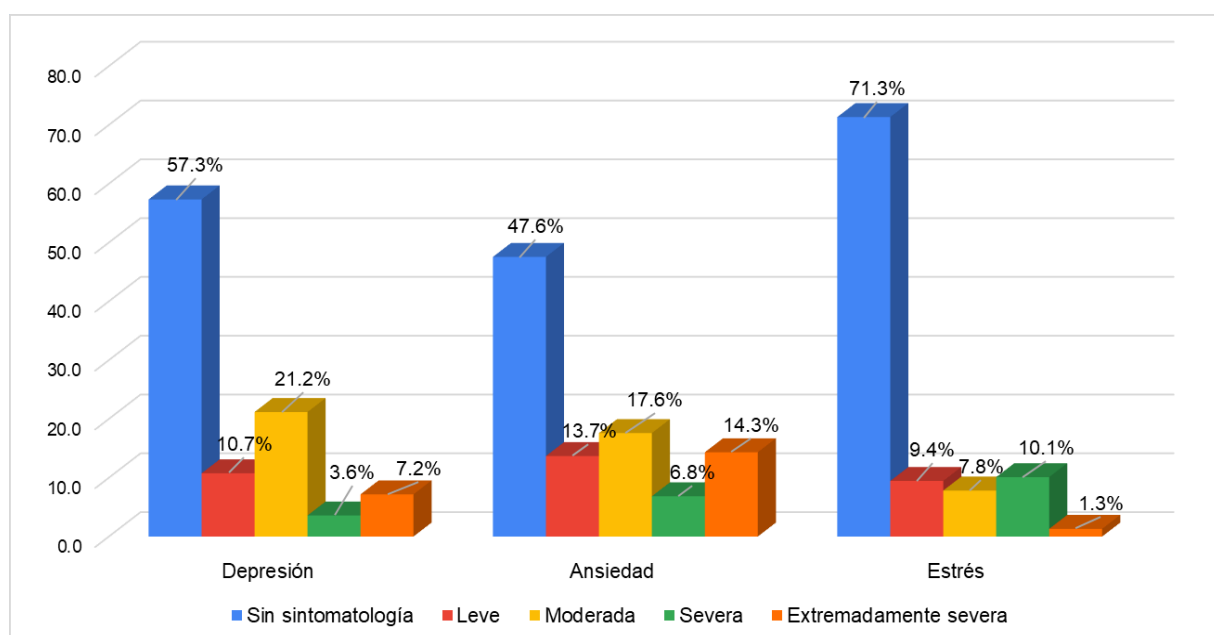


Figura 1. Distribución de porcentajes de las variables depresión, ansiedad y estrés

Fuente: Encuestas.

La tabla 2 revela una correlación directa y significativa ( $p < 0,05$ ) entre las variables depresión, ansiedad y estrés. Los coeficientes de correlación Rho de Spearman muestran que la depresión se correlacionó positivamente con la ansiedad ( $\rho = 0,757^{**}$ ) y con el estrés ( $\rho = 0,726$ ), mientras que la ansiedad también se correlacionó positivamente con el estrés ( $\rho = 0,811^{**}$ ).

Tabla 2. Correlación entre la depresión, ansiedad y estrés			
Variables	Depresión	Ansiedad	Estrés
Depresión	1	-	-
Ansiedad	0,757**	1	-
Estrés	0,726**	0,811**	1
** $p < 0,01$			

En la tabla 3 se observa que ninguna variable sociodemográfica o académica se asoció de manera significativa a los niveles de depresión de los estudiantes ( $p > 0,05$ ). Esto podría indicar que aspectos como el sexo, la edad, la universidad de procedencia o la condición económica no tuvieron un impacto significativo en los niveles de depresión observados en la muestra estudiada.

Tabla 3. Asociación entre la depresión y las variables sociodemográficas y académicas							
Variables		Depresión					P-valor
		SS	L	M	S	ES	
Sexo	Hombre	77 (53,8 %)	18 (12,6 %)	35 (24,5 %)	5 (3,5 %)	8 (5,6 %)	p>0,05
	Mujer	99 (60,4 %)	15 (9,1 %)	30 (18,3 %)	6 (3,7 %)	14 (8,5 %)	
Edad	Entre 17 y 19 años	77 (57,0 %)	15 (11,1 %)	30 (22,2 %)	5 (3,7 %)	8(5,9 %)	p>0,05
	Entre 20 y 22 años	42 (56,7 %)	8 (10,8 %)	16 (21,6 %)	3 (4,1 %)	5(6,8 %)	
	Entre 23 y 25 años	36 (57,1 %)	7 (11,1 %)	14 (22,2 %)	2 (3,2 %)	4 (6,4 %)	
	Más de 25 años	21 (60,0 %)	3 (8,6 %)	5 (14,3 %)	1 (2,9 %)	5 (14,3 %)	
Universidad	UNAMAD	95 (53,7 %)	20 (11,3 %)	40 (22,6 %)	6 (3,4 %)	16(9,0 %)	p>0,05
	UAC	81 (62,3 %)	13 (10,0 %)	25 (19,2 %)	5 (3,9 %)	6(4,6 %)	
Condicción económica	Dependiente	105 (54,1 %)	22 (11,3 %)	43 (22,2 %)	7 (3,6 %)	17 (8,8 %)	p>0,05
	Independiente	71 (62,8 %)	11 (9,7 %)	22 (19,5 %)	4 (3,5 %)	5 (4,4 %)	
Nota: SS= Sin sintomatología; L= Leve; M=Moderada; S= Severa; ES= Extremadamente severa							
Fuente: Encuestas.							

En la tabla 4 se puede ver que la edad fue la única variable sociodemográfica que se asoció de manera significativa a los niveles de ansiedad de los estudiantes ( $p < 0,05$ ). En ese sentido, se observó que los estudiantes más jóvenes experimentaron niveles de ansiedad más elevados en comparación con sus contrapartes de mayor edad.

Tabla 4. Asociación entre la ansiedad y las variables sociodemográficas y académicas							
Variables		Ansiedad					P-valor
		SS	L	M	S	ES	
Sexo	Hombre	69 (48,3 %)	19 (13,3 %)	25 (17,5 %)	9 (6,3 %)	21 (14,7 %)	$p > 0,05$
	Mujer	77 (47,0 %)	23 (14,0 %)	29 (17,7 %)	12 (7,3 %)	23 (14,0 %)	
Edad	Entre 17 y 19 años	66 (48,9 %)	18 (13,3 %)	22 (16,3 %)	9 (6,7 %)	20 (14,8 %)	$p < 0,05$
	Entre 20 y 22 años	35 (47,3 %)	9 (12,2 %)	13 (17,6 %)	5 (6,8 %)	12 (16,2 %)	
	Entre 23 y 25 años	30 (47,6 %)	8 (12,7 %)	10 (15,9 %)	4 (6,3 %)	11 (17,5 %)	
	Más de 25 años	15 (42,9 %)	7 (20,0 %)	9 (25,7 %)	3 (8,6 %)	1 (2,9 %)	
Universidad	UNAMAD	86 (48,6 %)	23 (13,0 %)	31 (17,5 %)	12 (6,8 %)	25 (14,1 %)	$p > 0,05$
	UAC	60 (46,2 %)	19 (14,6 %)	23 (17,7 %)	9 (6,9 %)	19 (14,6 %)	



Condicción económica	Dependiente	95 (49,0 %)	28 (14,4 %)	35 (18,0 %)	14 (7,2 %)	22 (11,4 %)	p>0,05
	Independiente	51 (45,1 %)	14 (12,4 %)	19 (16,8 %)	7 (6,2 %)	22 (19,5 %)	
<b>Nota:</b> SS= Sin sintomatología; L= Leve; M=Moderada; S= Severa; ES= Extremadamente severa							
<b>Fuente:</b> Encuestas.							

En la tabla 5 se observa que el sexo fue la única variable sociodemográfica que se asoció de manera significativa a los niveles de estrés ( $p<0,05$ ). En ese sentido, se observó que las mujeres experimentaron niveles de estrés más elevados que los hombres.

**Tabla 5.** Asociación entre el estrés y las variables sociodemográficas y académicas

Variables		Estrés					P-valor
		SS	L	M	S	ES	
Sexo	Hombre	111 (77,6 %)	15 (10,5 %)	5 (3,5 %)	11 (7,7 %)	1 (0,7 %)	p<0,05
	Mujer	108 (65,9 %)	14 (8,5 %)	19 (11,6 %)	20 (12,2 %)	3 (1,8 %)	
Edad	Entre 17 y 19 años	100 (74,1 %)	11 (8,1 %)	7 (5,2 %)	15 (11,1 %)	2 (1,5 %)	p>0,05
	Entre 20 y 22 años	55 (74,3 %)	7 (9,5 %)	2 (2,7 %)	9 (12,2 %)	1 (1,4 %)	
	Entre 23 y 25 años	41 (65,1 %)	7 (11,1 %)	9 (14,3 %)	5 (7,9 %)	1 (1,6 %)	
	Más de 25 años	23 (65,7 %)	4 (11,4 %)	6 (17,1 %)	2 (5,7 %)	0 (0,0 %)	
Universidad	UNAMAD	128 (72,3 %)	16 (9,0 %)	14 (7,9 %)	17 (9,6 %)	2 (1,1 %)	p>0,05
	UAC	91 (70,0 %)	13 (10,0 %)	10 (7,7 %)	14 (10,8 %)	2 (1,5 %)	
Condicción económica	Dependiente	143 (73,7 %)	16 (8,3 %)	14 (7,2 %)	18 (9,3 %)	3 (1,5 %)	p>0,05
	Independiente	76 (67,3 %)	13 (11,5 %)	10 (8,8 %)	13 (11,5 %)	1 (0,9 %)	
Nota: SS= Sin sintomatología; L= Leve; M=Moderada; S= Severa; ES= Extremadamente severa							
Fuente: Encuestas.							

## DISCUSIÓN

En la actualidad, la salud mental es considerada un componente esencial del bienestar general y la calidad de vida de las personas. Se reconoce como un aspecto fundamental de la salud en su conjunto, ya que no se limita únicamente a la ausencia de trastornos mentales, sino que también abarca el equilibrio emocional, la capacidad de afrontar los desafíos de la vida y el desarrollo de habilidades para gestionar el estrés y las dificultades. En ese sentido, la presente investigación se centró en evaluar la depresión, ansiedad y estrés en los estudiantes de dos universidades que brindan el servicio educativo en la ciudad de Puerto Maldonado (Perú).

Al evaluar la depresión, se encontró que el 57,3 % de los estudiantes no presentó síntomas de depresión, no obstante, el 42,7 % mostró sintomatología asociada a dicho problema de salud mental. Esto sugiere que, aunque más de la mitad de los estudiantes no mostraron síntomas evidentes de depresión, casi la mitad de la población estudiantil evaluada presentó síntomas relacionados con este trastorno. Este resultado es congruente con lo reportado en Argentina,<sup>(26)</sup> en la cual determinaron que los estudiantes universitarios tenían bajos niveles de depresión en el contexto de la educación presencial. Además, se guarda relación con lo reportado también en Argentina,<sup>(1)</sup> donde hallaron que existían bajos niveles de depresión entre los estudiantes universitarios.

Respecto a la ansiedad, se halló que el 47,6 % de los estudiantes no presentó síntomas, sin embargo, el 52,4 % experimentó síntomas de ansiedad. Esto indica que, aunque un grupo significativo de estudiantes no manifestó síntomas de ansiedad, la mayoría sí experimentó algún grado de malestar relacionado con este trastorno. Los resultados expuestos coinciden con los hallazgos de una investigación realizada en España,<sup>(27)</sup> donde determinaron que la prevalencia de la ansiedad fue del 23,6 %. Del mismo modo, se guarda relación con una investigación realizada en Perú,<sup>(28)</sup> donde se encontró que el 63,7 % del total de estudiantes no reportaron síntomas asociados a la ansiedad y el 36,3 % sí presentaron síntomas de ansiedad.

Con relación al estrés, se identificó que el 71,3 % de los estudiantes no mostró sintomatologías, mientras que el 28,7 % sí mostró sintomatologías relacionadas con dicho padecimiento. La presencia de reacciones cognitivas, emocionales y fisiológicas podrían afectar el estado emocional de los estudiantes universitarios. Los resultados expuestos coinciden con lo reportado en una investigación realizada en México,<sup>(29)</sup> donde se determinó que el nivel de estrés de los estudiantes durante el periodo de postpandemia fue considerable. De manera similar, en Bolivia<sup>(30)</sup> evaluaron la situación emocional de los estudiantes universitarios al término de la pandemia y encontraron también un predominio de niveles moderados de estrés.

Un hallazgo interesante revela una relación directa y significativa entre la depresión, la ansiedad y el estrés.

De manera similar, se encontró que la ansiedad también estaba directa y significativamente relacionada con el estrés. Estos resultados son consistentes con lo reportado en Malasia,<sup>(31)</sup> donde investigadores evaluaron la salud mental de estudiantes universitarios y encontraron que las tres variables estaban relacionadas directa y significativamente. También, en dos investigaciones realizadas en Perú<sup>(22,32)</sup> analizaron el estado emocional de los estudiantes universitarios y encontraron que existía una relación directa y significativa entre la depresión, la ansiedad y el estrés.

Al asociar la salud mental con las variables sociodemográficas y académicas, se encontró que los estudiantes más jóvenes mostraron mayores niveles de ansiedad en comparación con los estudiantes adultos. Este fenómeno podría atribuirse al hecho de que muchos estudiantes jóvenes están adaptándose a la transición de la educación básica a la educación superior, y a las continuas exigencias académicas que se generan en este contexto.<sup>(33)</sup> Por otro lado, los estudiantes adultos pueden haber desarrollado, ya sea de manera formal o informal, algunas estrategias para hacer frente a las dificultades inherentes a la educación universitaria, que son las principales fuentes de ansiedad. Resultados similares fueron obtenidos en algunas investigaciones,<sup>(34-36)</sup> donde determinaron que la edad era un factor que determinaba el nivel de ansiedad.

Otro hallazgo muestra que las mujeres experimentaron mayores niveles de estrés que los hombres. Este hallazgo podría explicarse desde dos perspectivas. Por un lado, existe la tendencia entre las mujeres a externalizar manifestaciones emocionales y fisiológicas en contextos estresantes, lo que puede influir en la aparición de niveles más altos de estrés en comparación con los hombres.<sup>(37)</sup> Por otro lado, además de sus responsabilidades académicas, las mujeres suelen asumir una carga desproporcionada de tareas adicionales en el hogar, incluyendo responsabilidades familiares, cuidado de niños y otras actividades domésticas, lo que incrementa su carga mental y emocional.<sup>(38)</sup>

Los problemas de salud mental relacionados con el estado emocional, como la depresión, la ansiedad y el estrés, son comunes durante la juventud, coincidiendo con el período universitario.<sup>(39)</sup> Sin embargo, los estudiantes a menudo carecen de apoyo para abordar estas condiciones.<sup>(40)</sup> Estos problemas están asociados con una mayor incidencia de problemas físicos y emocionales a medio y largo plazo, marginación del mercado laboral, trastornos del sueño y relaciones disfuncionales, entre otros desafíos.<sup>(41)</sup> Por tanto, es crucial promover campañas de detección y tratamiento oportunos que ayuden a los estudiantes a superar los diversos estresores que enfrentan durante su formación profesional y en la vida diaria.<sup>(42)</sup>

Esta investigación tiene algunas limitaciones que pueden afectar la interpretación de los resultados. La muestra fue pequeña y específica geográficamente, lo que limita la generalización de los hallazgos. Además, el uso de cuestionarios autoadministrados podría haber introducido sesgos de deseabilidad social. Para futuras investigaciones, se recomienda usar muestras más grandes y diversificadas y complementar los datos cuantitativos con métodos cualitativos para una comprensión más profunda.

## CONCLUSIONES

En el entorno universitario, los estudiantes enfrentan una serie de demandas académicas, sociales y emocionales que pueden generar problemas de salud mental, como depresión, ansiedad y estrés, debido a la presión por el rendimiento académico, la competencia entre pares y la adaptación a nuevas responsabilidades.

Los resultados de la presente investigación confirman estas preocupaciones al encontrar que los estudiantes de dos universidades que brindan el servicio educativo la ciudad de Puerto Maldonado (Perú) presentaron síntomas de depresión, ansiedad y estrés. Estos problemas de salud mental suelen manifestarse de diversas formas, como sentimientos de tristeza persistente, preocupación excesiva, nerviosismo, irritabilidad, dificultad para concentrarse, entre otros, y pueden tener un impacto significativo en su bienestar emocional y rendimiento académico. De igual forma, se encontró que las tres variables estaban directa y significativamente relacionadas. Finalmente, se halló que algunas variables sociodemográficas como la edad y el género de los estudiantes se asociaron con los niveles de ansiedad y estrés, respectivamente.

Por lo tanto, es imperativo que las autoridades universitarias implementen medidas concretas, como programas de detección temprana y servicios de apoyo psicológico, para brindar el apoyo necesario en el manejo de estos problemas. Además, se debe promover activamente la sensibilización sobre la importancia de la salud mental en toda la comunidad universitaria. Estas acciones no solo beneficiarán a los estudiantes en su desarrollo personal, sino que también contribuirán a crear un entorno educativo más saludable y propicio para el aprendizaje y el crecimiento personal y académico.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Trunce S, Villarroel G, Arntz J, Muñoz S, Werner K. Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación Educ Médica*. 2020;9(36):8-16. <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20229>
2. Cardona J, Pérez D, Rivera S, Gómez J, Reyes Á. Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios.

Divers: Perspect. Psicol. 2015;11(1):79-89. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2015.0001.05>

3. Jiménez W, Cusme N, Cantuñi V, Chasillacta F, Egas F. Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios. *LATAM Rev Latinoam Cienc Soc Humanid.* 2023;4(3):978-988. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i3.1126>

4. Cedeño K, Rezabala M, Castro A, Zambrano H, Flores O. Proceso de nivelación universitaria y su incidencia en la salud mental de los adolescentes. *LATAM Rev Latinoam Cienc Soc Humanid.* 2023;4(3):1464-1474. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i3.1175>

5. Hidalgo G, Ponce R. Ansiedad y relación con el consumo de tabaco en estudiantes universitarios. *LATAM Rev Latinoam Cienc Soc Humanid.* 2023;4(1):340-353. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.248>

6. Cabrera E, Charry S, Astaiza G. Asociación entre depresión, ansiedad, estrés y lugar de origen (migración interna-no migración) en estudiantes universitarios. *Psicol Salud.* 2023;33(2):477-486. <https://doi.org/10.25009/pys.v33i2.2829>

7. Cuamba N, Zazueta N. Salud mental, habilidades de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicumex.* 2020;10(2):71-94. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v10i2.351>

8. Tijerina L, González E, Gómez M, Cisneros M, Rodríguez K, Ramos E. Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de nuevo ingreso a la educación superior. *RESPYN Rev Salud Pública Nutr.* 2018;17(4):41-47. <https://doi.org/10.29105/respyn17.4-5>

9. Manriquez M, Veloz K, Pérez E, Martínez A, Altamira R. Estrés, ansiedad y depresión relacionados con burnout estudiantil en alumnos de enfermería en universidad pública. *Garnata.* 2021;91(24):e212407.

10. Guimarães M, Vizzotto M, Avoglia H, Paiva E. Depresión, ansiedad, estrés y calidad de vida para estudiantes de universidades públicas y privadas. *Rev Psicol Divers Saúde.* 2022;11:e4038. <http://dx.doi.org/10.17267/2317-3394rpsd.2022.e4038>

11. Obregón B, Montalván J, Segama E, Dámaso B, Panduro V, Arteaga K. Factores asociados a la depresión en estudiantes de medicina de una universidad peruana. *Educ Med Sup.* 2020;34(2):e1881.

12. Pinargote E, Caicedo L, Vélez L. The anxiety and the relation in the academic performance of the students of the career of Psychology of the Technical University of Manabí. *Espiraes Rev Multidiscip Investig.* 2019(S1):81-100. <https://doi.org/10.31876/er.v3i28.577>

13. Supe R, Gavilanes F. Ansiedad y calidad de vida en estudiantes universitarios. *LATAM Rev Latinoam Cienc Soc Humanid.* 2023;4(2):2522-2530. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.774>

14. Londoño N, Restrepo L, Rojas Z. Depressão e ansiedade em alunos que entram na universidade e fatores de estresse associados. *Rev Psicol Saúde.* 2022;13(4):121-138. <https://doi.org/10.20435/pssa.v13i4.1371>

15. Chávez I. Ansiedad en universitarios durante la pandemia de COVID-19: un estudio cuantitativo. *Psicumex.* 2021;11(1):1-26. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v11i1.420>

16. Cobiellas L, Anazco A, Góngora O. Estrés académico y depresión mental en estudiantes de primer año de medicina. *Educ Med Sup.* 2020;34(2):e2125.

17. Ortega P, Terrazas M, Zuñiga O, Macías C. El Estrés percibido en estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19. *Rev ConCiencia EPG.* 2022;7(2):68-88. <https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.7-2.5>

18. Cassaretto M, Vilela P, Gamarra L. Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Liberabit.* 2021;27(2):e482. <https://dx.doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>

19. Ruiz A, Benítez V, Rodríguez J, Rivera R, Rea H. Análisis del Estrés Académico en Estudiantes Universitarios del Área de la Salud. *CISA.* 2023;4(4):54-82. <https://doi.org/10.58299/cisa.v4i4.27>



20. Corrales I, Villegas J, Carranza R, Mamani O. Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes cubanos de Estomatología durante el rebrote de la COVID-19. *Rev Cuba Med Mil.* 2022;51(1):e02201720.
21. Sánchez H, Yarlequé L, Alva L, Núñez E, Iparraguirre C, Matalinares M, et al. Indicadores de ansiedad, depresión, somatización y evitación experiencial en estudiantes universitarios del Perú en cuarentena por Covid-19. *Rev Fac Med Hum.* 2021;21(2):346-353. <https://doi.org/10.25176/RFMH.v21i2.3654>
22. Farfán M, Estrada E, Lavilla W, Ulloa N, Calcina D, Meza L, et al. Mental health in the post-pandemic period: Depression, anxiety, and stress in Peruvian university students upon return to face-to-face classes. *Sustainability.* 2023;15(15):11924. <https://doi.org/10.3390/su151511924>
23. Hernández R, Mendoza C. Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. México: McGraw-Hill; 2018.
24. Lovibond P, Lovibond S. The structure of negative emotional states: comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behav Res Ther.* 1995 Mar;33(3):335-343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-u](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-u)
25. Estrada E, Gallegos N, Paricahua J. Estado emocional de los estudiantes universitarios al retorno a las clases presenciales. *Gac Méd Caracas.* 2023;131(2):345-353. <https://doi.org/10.47307/GMC.2023.131.2.11>
26. Seleme M, Carbonetti M, Retamar A, Moreno S, Carboneti M. Prevalencia de síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de medicina de la Universidad Nacional de Córdoba en el retorno a la presencialidad. *Rev Fac Cien Med Univ Nac Cordoba.* 2022;79:23.
27. Ramón E, Gea V, Granada J, Juárez R, Pellicer B, Antón I. The Prevalence of depression, anxiety and stress and their associated factors in college students. *Int J Environ Res Public Health.* 2020;17(19):7001. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197001>
28. Sandoval K, Morote P, Moreno M, Taype A. Depresión, estrés y ansiedad en estudiantes de Medicina humana de Ayacucho (Perú) en el contexto de la pandemia por COVID-19. *Rev Colomb Psiquiatr.* 2023;52(S1):S77-S84. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.10.005>
29. Calixto P, Hernández J, Gaxiola M. Valoración del estrés académico postpandemia COVID-19 en estudiantes del nivel medio superior. *Ciencia. Lat.* 2023;7:1553-1573. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i1.4498](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.4498)
30. Ocampo D, Correa A. Situación emocional y resiliencia de estudiantes universitarios, pos-pandemia de la COVID-19. Norte de Potosí, Bolivia. *Societec.* 2022;6:17-32. <https://doi.org/10.51247/st.v6i1.322>
31. Ooi P, Khor K, Tan C, Ong D. Depression, anxiety, stress, and satisfaction with life: Moderating role of interpersonal needs among university students. *Front Public Health.* 2022;10:958884. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.958884>
32. Estrada E, Bautista J, Córdova L, Ticona E, Mamani H, Huaman J. Mental health of university students when returning to face-to-face classes: A cross-sectional study. *Behav Sci (Basel).* 2023;13(6):438. <https://doi.org/10.3390/bs13060438>
33. Estrada E, Gallegos N, Mamani H, Zuloaga M, Mamani M. Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *AVFT Arch Venez Farmacol Ter.* 2021;40:88-93. <http://doi.org/10.5281/zenodo.4675923>
34. Piscoya J, Heredia W, Morocho N, Zeña S, Hernández P, Díaz C, et al. Prevalence and factors associated with anxiety and depression in Peruvian medical students. *Int J Environ Res Public Health.* 2023;20(4):2907. <https://doi.org/10.3390/2Fijerph20042907>
35. Carbonell D, Cedeño S, Morales M, Badiel M, Cepeda I. Depression symptoms, anxiety, stress and related factors in medical students. *Interdisciplinary Journal of Epidemiology and Public Health.* 2019;2(2):e-021. <https://doi.org/10.18041/2665-427X/ijeph.2.5497>

36. Hoang V, Nguyen H. Factors associated with depression, anxiety, and stress symptoms among men in a rural area in Vietnam during COVID-19. *Front Psychiatry*. 2022;13:987686. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.987686>
37. Chávez J, Peralta R. Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa-Perú. *Rev Cienc Soc*. 2019;25:384-399. <https://doi.org/10.31876/rsc.v25i1.29629>
38. Estrada E, Quispe J, Velásquez L, Gallegos N. Trastornos mentales comunes en estudiantes de una institución de formación inicial docente. *Gac Med Caracas*. 2023;131:59-66. <https://doi.org/10.47307/GMC.2023.131.1.9>
39. Ghanim M, Rabayaa M, Atout S, Al-Othman N, Alqub M. Prevalence of anxiety and depression among Palestinian university students: a cross-sectional study during COVID-19 pandemic. *Middle East Curr Psychiatry*. 2022;29(1):71. <https://doi.org/10.1186/2Fs43045-022-00238-5>
40. Mofatteh M. Risk factors associated with stress, anxiety, and depression among university undergraduate students. *AIMS Public Health*. 2020;8(1):36-65. <https://doi.org/10.3934/publichealth.2021004>
41. Chan C, Ip P, Ma S, Tsai W, Wong C, et al. Depression and anxiety among university students in Hong Kong. *Hong Kong Med J*. 2018;24(5):466-472. <https://doi.org/10.12809/hkmj176915>
42. Siddique M, Ovi M, Ahammed T, Chowdhury M, Uddin M. Mental health knowledge and awareness among university students in Bangladesh. *Heliyon*. 2022;8(10):e11084. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e11084>

#### FINANCIACIÓN

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo de la presente investigación.

#### CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

#### CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

Conceptualización: Jimmy Nelson Paricahua-Peralta, Edwin Gustavo Estrada-Araoz.

Curación de datos: Jimmy Nelson Paricahua-Peralta, Edwin Gustavo Estrada-Araoz.

Análisis formal: Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Percy Amilcar Zevallos-Pollito.

Adquisición de fondos: Percy Amilcar Zevallos-Pollito, Libertad Velasquez-Giersch.

Investigación: Jimmy Nelson Paricahua-Peralta, Libertad Velasquez-Giersch.

Metodología: Percy Amilcar Zevallos-Pollito, Libertad Velasquez-Giersch.

Administración del proyecto: Jimmy Nelson Paricahua-Peralta, Alhi Jordan Herrera-Osorio.

Recursos: Percy Amilcar Zevallos-Pollito Lesy Berly León-Hancco.

Software: Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Lesy Berly León-Hancco.

Supervisión: Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Dany Dorian Isuiza-Perez.

Validación: Basilide Avilés-Puma, Percy Amilcar Zevallos-Pollito.

Visualización: Basilide Avilés-Puma, Dany Dorian Isuiza-Perez.

Redacción - borrador original: Jimmy Nelson Paricahua-Peralta, Cesar Elias Roque-Guizada.

Redacción - revisión y edición: Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Cesar Elias Roque-Guizada.