

Trastornos mentales y bajos niveles de bienestar psicológico en estudiantes universitarios

Mental disorders and low levels of psychological well-being in university students

María Victoria Vergara Darré 

Universidad Nacional del Este, Dirección de Posgrado, Facultad de Filosofía. Alto Paraná, Paraguay
Universidad Católica Nuestra Señora de la Asunción, Facultad de Ciencias de la Salud. Alto Paraná, Paraguay

Cómo citar/How cite:

Vergara Darré MV. Trastornos mentales y bajos niveles de bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Rev. cient. cienc. salud* 2023; 5: e5113.

Fecha de recepción:

19/06/2023

Fecha de aceptación:

26/06/2023

Autor correspondiente:

María Victoria Vergara Darré
e-mail: torimvv@hotmail.com



Este es un artículo publicado en acceso abierto bajo una [Licencia Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

RESUMEN

Introducción: el bienestar estudiantil es un eje central en la gestión universitaria de calidad considerando que la salud mental influye en el funcionamiento del individuo en diversas áreas vitales. **Objetivo:** caracterizar el estado de salud mental y el bienestar psicológico de estudiantes de la Facultad de Filosofía de la Universidad Nacional del Este (FAFI-UNE) en Alto Paraná, Paraguay. **Materiales y métodos:** estudio descriptivo-correlacional de corte transeccional. Se recolectaron datos demográficos, académicos y sobre salud mental. Se utilizó el Cuestionario de Salud General de Goldberg (GHQ-12) y la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A) con coeficientes alfa de Cronbach 0,90 y 0,80, respectivamente. **Resultados:** participaron 266 alumnos, 84% de género femenino, 76,7% soltero, 62% con trabajo remunerado, 52,3% independiente y 5% con tratamiento para problemas de salud mental. El 65% de los estudiantes presentaron indicadores de trastornos relacionados a la salud mental y bajos niveles de bienestar psicológico con una alta asociación ($p < 0,001$) entre ambas variables, el 77,9% de los estudiantes con posibles trastornos relacionados a salud mental tuvieron niveles bajos de bienestar psicológico comparado al 39,3% de los que no tuvieron. **Conclusión:** la alta prevalencia de problemas de salud mental y bajo bienestar psicológico observada en los estudiantes puede afectar su rendimiento y logro de objetivos. Se recomienda prestar especial atención al bienestar estudiantil a través de la promoción de la salud mental con un programa de seguimiento eficaz a estudiantes que abarque la evaluación periódica de las necesidades, la producción y transmisión de conocimientos e intervenciones grupales efectivas.

Palabras clave: salud mental; bienestar psicológico; estudiantes; universidad

ABSTRACT

Introduction: student well-being is a central axis in university quality management since mental health influences the functioning of the individual in various vital areas. **Objective:** to characterize the state of mental health and the level of psychological well-being of students of the Faculty of Philosophy of the Universidad Nacional del Este (FAFI-UNE). **Materials and methods:** descriptive-correlational cross-sectional study. Demographic, academic, and mental health data were collected. The Goldberg General Health Questionnaire (GHQ-12) and the Psychological Well-Being Scale (BIEPS-A) with Cronbach's alpha coefficient 0.90 and 0.80, respectively, were used. Results: 266 students participated, 84% female, 76.7% single marital status, 62% working, 52.3% independent and 5% receiving treatment for mental health problems. 65% of the students presented indicators of disorders related to mental health and low levels of psychological well-being, with a high association ($p < 0.001$) between both variables, 77.9% of the students with possible disorders related to mental health they had low levels of psychological well-being compared to 39.3% of those who did not. **Conclusion:** the high prevalence of mental health problems and low psychological well-being observed in students can affect their performance and achievement of objectives. It is recommended to pay special attention to student well-being through the promotion of mental health with an effective follow-up program for students that includes periodic assessment of needs, production and transmission of knowledge, and effective group interventions.

Keywords: mental health; psychological well-being; students; university

INTRODUCCIÓN

La salud mental y el bienestar psicológico influyen en el funcionamiento del ser humano, incluyendo el desarrollo personal, familiar, social, académico, entre otros. La salud mental es un estado de bienestar que permite a la persona desarrollar sus habilidades, enfrentar el estrés cotidiano, trabajar efectivamente y contribuir a su comunidad⁽¹⁾.

Los problemas de salud mental a nivel universitario son muy frecuentes. Existe amplia evidencia sobre la prevalencia de psicopatologías en los estudiantes universitarios⁽²⁻⁸⁾ que influyen en la percepción de la calidad de vida⁽²⁾, en el rendimiento académico e incluso en la deserción universitaria⁽⁹⁾. Varios estudios^(5,8,10-12) han evidenciado un aumento de la frecuencia de síntomas de diversos trastornos mentales con la pandemia del COVID-19.

Algunos autores⁽¹³⁻¹⁵⁾ enfatizan la necesidad de prestar especial atención a la dimensión psicológica de los estudiantes para que puedan hacer frente a las demandas de diversos contextos durante esta etapa y lograr el éxito académico. Además, sugieren no limitar recursos para esta finalidad, así como atender a la diversidad y al cambio constante, a través de evaluaciones periódicas de las necesidades emocionales⁽¹⁶⁾.

Véliz Burgos⁽¹⁷⁾ señala que toda la comunidad universitaria debe involucrarse en la atención de la salud mental, para lo cual Ahuanari et al.⁽⁶⁾ destacan que el diagnóstico del bienestar psicológico en estudiantes universitarios permite una mayor percepción y conciencia de sus necesidades para incorporar procesos de apoyo.

No hay suficiente evidencia sobre el estado de salud mental y bienestar de los estudiantes universitarios de las carreras de humanidades con miras a fortalecer el estamento estudiantil. El objetivo del estudio fue caracterizar el estado de salud mental y el nivel de bienestar psicológico de los estudiantes de la Facultad de Filosofía de la Universidad Nacional del Este (FAFI-UNE). Los conocimientos que aportan este estudio podrían servir de base para una gestión de calidad del bienestar estudiantil en la que se ejecuten acciones cohesionadas para la formación integral en igualdad de oportunidades.

METODOLOGÍA

Diseño y población de estudio

Es un estudio descriptivo-correlacional de corte trasversal realizado en la Facultad de Filosofía de la Universidad Nacional del Este (FAFI-UNE) en Alto Paraná, Paraguay, zona de la triple frontera con Brasil y Argentina. La FAFI-UNE se inició en 1985 como filial de la Universidad Nacional de Asunción, y actualmente cuenta con siete carreras: Ciencias de la Educación, Ciencias de la Comunicación, Psicología, Letras, Historia, Filosofía, y Matemática.

La población foco fue los 1525 estudiantes del primer al último curso de todas las carreras de la sede central. Los criterios de inclusión fueron: a) ser estudiante de la FAFI-UNE; b) estar participando de las clases de marzo a mayo de 2021, c) aceptar participar en el estudio.

La selección de la muestra fue por conveniencia, todos los estudiantes tuvieron acceso a los cuestionarios. La muestra quedó conformada por 266, correspondiente al 17,44% de la población. 40,98% de la muestra fueron de las carreras de Psicología (109), 27,44% de Ciencias de la Educación (73), 22,56% de Matemáticas (60) y 9,02% de las otras carreras (24).

Técnica e instrumentos de recolección de los datos

Los datos se recogieron a través de un cuestionario online enviado a través de la Coordinación Académica de la FAFI-UNE (habilitado de marzo a mayo de 2021), el primer ítem fue de consentimiento informado, seguido de ítems relacionados a características sociodemográficas y académicas. Además, se incluyeron las dos pruebas estandarizadas para medir las variables Salud Mental y Bienestar Psicológico auto percibidos que utilizan una escala de tipo Likert.

El Cuestionario de Salud General de Goldberg-12 en su versión unidimensional consta de 12 ítems, cada uno con 4 opciones (0 a 3), si el puntaje es igual o mayor a 12, la persona podría estar sufriendo algún trastorno mental, pudiendo identificar así la población clínica y no clínica⁽¹⁸⁻²⁰⁾.

Para valorar el nivel de bienestar psicológico subjetivo se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico Subjetivo, versión adultos^(21,22), cuyo puntaje directo se transforma en percentil (P) y es interpretado en la curva normal con las clasificaciones de deficiente (P5),

inferior al término medio (P25), término medio (P50), superior al término medio (P75) y superior (P95).

Análisis de los datos

Los datos se analizaron con el programa GNU PSPP utilizando la estadística descriptiva. Las variables cualitativas se expresaron en forma de frecuencia absoluta y relativa porcentual. Para establecer la coherencia interna de los datos en la población de estudio, se obtuvo el coeficiente alfa de Cronbach del Cuestionario de Salud General de Goldberg, GHQ-12 ($\alpha=0,90$) y de la Escala de Bienestar Psicológico, BIEPS-A ($\alpha=0,80$), ambos valores muestran que los instrumentos utilizados son confiables. No obstante, en las subescalas del BIEPS-A de autonomía ($\alpha=0,5$), vínculos psicosociales ($\alpha=0,6$), aceptación de sí mismos y control de situaciones ($\alpha=0,5$) y de Proyectos ($\alpha=0,7$), como los valores del alfa de Cronbach no fueron altos, siguiendo las sugerencias de Casullo y Castro (21), se opta por no realizar el análisis cuantitativo de las mismas en este estudio.

Aspectos éticos

Se obtuvo la autorización de la institución educativa y el apoyo para la distribución del enlace del cuestionario a los estudiantes a través de la Coordinación Académica de la FAFI-UNE. Los estudiantes recibieron información sobre el estudio, sobre la confidencialidad y también el contacto de la investigadora en caso de que requieran y el primer ítem fue de consentimiento informado donde manifestaron que comprendieron la información y que aceptaban participar voluntariamente.

RESULTADOS

Se incluyeron en el estudio 266 estudiantes entre 18 y 48 años (mediana=21, amplitud intercuartílica=6), prevalece el género femenino (84%), estado civil soltero (76,3%) y sin hijos (75,6%). La mayoría trabaja además de estudiar (62%), el 47,7% e con dependencia económica y 42% tiene dependientes. Además, el 12% de los estudiantes refiere alguna discapacidad y 5% sigue tratamiento psicológico ni psicofarmacológico (Tabla 1).

Tabla 1. Características Sociodemográficas de estudiantes de la Facultad de Filosofía de la Universidad Nacional del Este, Ciudad del Este, Paraguay, 2021. n=266.

Características sociodemográficas	Frecuencia	Porcentaje
Edad		
18 - 25	189	72,4
26 - 33	51	19,5
≥34	21	8,1
Sexo		
Femenino	223	83,8
Masculino	43	16,2
Estado civil		
Soltero	204	76,7
Casado/concubinato	62	43,5
Hijos		
Sin hijos	201	75,6
Con hijos	65	24,4
Ocupación		
Estudia y trabaja (remunerado)	165	62
Estudia y otras labores no remuneradas	69	25,9
Estudia	32	12
Dependencia económica		
Independiente	139	52,3
Depende económicamente (padres y/o pareja)	127	48
Dependientes económicos		
Con dependientes	112	42,1
Sin dependientes	154	57,9
Discapacidad		
Presenta	6	10,2
No presenta	233	87,6
No sabe	27	10,2
Sigue tratamiento psiquiátrico y/o psicológico		
Si	14	5,3
No	252	94,7

Hubo mayor participación de las carreras de Psicología (40,9%), Ciencias de la Educación (27,44%) y Matemática (22,56%), segundo curso (59,1%). El promedio académico más frecuente informado por los alumnos fue 4 (53%), la categoría de estudiantes de "alumno regular" (85%) y, sin ayuda económica institucional (76%). Tabla 2.

Tabla 2. Características Académicas de estudiantes de la Facultad de Filosofía de la Universidad Nacional del Este, Ciudad del Este, Paraguay, 2021. n=266

Características Académicas	Frecuencia	Porcentaje
Carrera		
Psicología	109	40,9
Ciencias de la Educación	73	27,4
Matemática	60	22,6
Letras	11	4,1
Historia	10	3,8
Ciencias de la Comunicación	2	0,8
Filosofía	1	0,4
Curso		
Primero	7	2,6
Segundo	157	59,1
Tercero	47	17,7
Cuarto	52	19,5
Pasantía	3	1,1
Ayuda económica institucional		
Con ayuda	61	23,0
Ninguna	203	76,2
No responde	2	0,8
Promedio declarado		
2 (60 a 69%)	13	4,9
3 (70 a 80%)	82	30,8
4 (81 a 93%)	141	53,0
5 (94 a 100%)	6	2,3
No responde	24	9,0
Categoría de alumno		
Regular	227	85,3
Condicional	39	14,7

Auto percepción la salud mental

El 65% de los estudiantes presentó una puntuación en el cuestionario GHQ-12 de ≥ 12 , que se interpreta como "presencia" de posibles trastornos relacionado a la salud mental. Ver Figura 1.

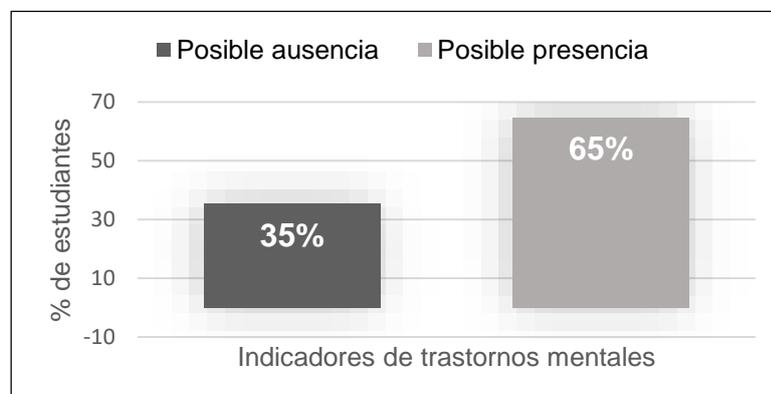


Figura 1. Frecuencia de la presencia de indicadores de trastornos relacionados a la salud mental en estudiantes universitarios

Los indicadores de trastornos mentales prevalentes fueron: disminución del sentimiento de utilidad (60,1%); tensión y agobio (56,8%); menor capacidad de disfrute cotidiano (56,7%), como muestra la Tabla 3.

Tabla 3. Distribución de los estudiantes universitarios según las respuestas del cuestionario QHG-12 (n=266)

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Concentración	134	50,4
Pérdida de sueño	138	51,9
Ser útil	160	60,1
Tomar decisiones	197	74,1
Tensión	151	56,8
Vencer dificultades	172	64,6
Disfrutar la vida	151	56,7
Afrontar problemas	192	72,2
Sentirse triste	144	54,1
Pérdida de confianza	189	71
No valer nada	212	79,7
Ser feliz	211	79,3

Nivel de bienestar psicológico subjetivo

El 65% de los estudiantes presentó bienestar psicológico por debajo del p25. Figura 2

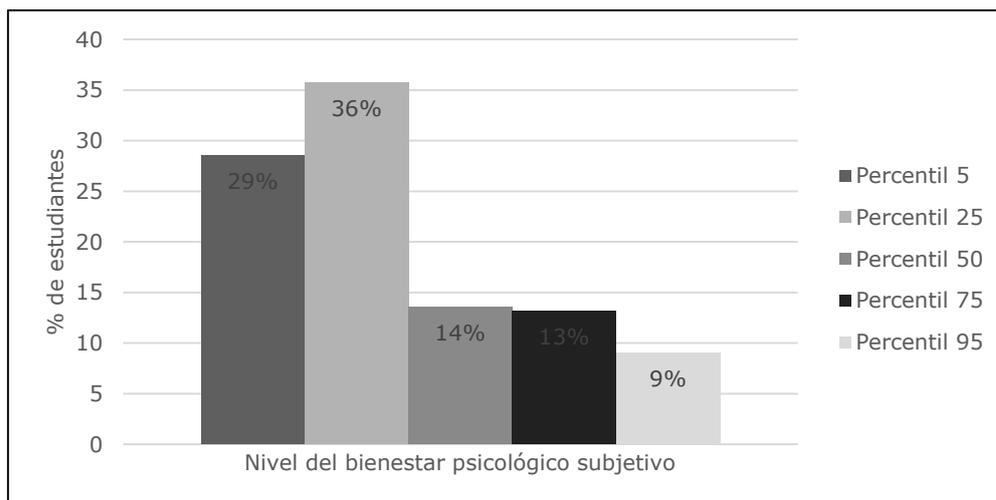


Figura 2. Frecuencia de los niveles de Bienestar Psicológico Subjetivo en estudiantes universitarios

Se encontró una asociación altamente significativa ($p < 0,001$) entre el bienestar psicológico y trastornos mentales, el 77,9% de los estudiantes que obtuvieron puntajes correspondientes a presencia de trastornos mentales presentaron niveles bajos de bienestar psicológico ($\leq P25$) comparado al 39,3% de los que no lo tuvieron. Tabla 4

Tabla 4. Asociación entre la presencia de indicadores de trastornos mentales y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. n=266

Trastornos mentales	Bienestar psicológico		Total
	Por debajo del P25	Por encima de P25	
Presencia	134 (77,9)	38 (22,1)	172
Ausencia	37 (39,3)	57 (60,6)	94
Total	171	95	266

DISCUSIÓN

Este estudio caracteriza el estado de salud mental y el nivel de bienestar psicológico del Estamento Estudiantil de la Facultad de Filosofía de la UNE. Más de la mitad de los

estudiantes podrían estar sufriendo un trastorno mental y presentar bajos niveles del bienestar psicológico. Este hallazgo advierte sobre la importancia del bienestar estudiantil e invita a debatir sobre la necesidad de una atención especial y la pertinencia de programas que garanticen la formación integral y una trayectoria exitosa del estudiante por la universidad, como indican diversos autores^(6,16,23-25). También advierten que, a mayor dificultad psicológica del estudiante, mayor es el riesgo durante la carrera⁽¹⁵⁾ y la intervención debe ser transversal, vinculada a toda la comunidad universitaria^(6,17,26).

Es bastante probable que un gran porcentaje de estos estudiantes tengan baja conciencia de su estado emocional o bien no consideren los problemas de salud mental como una discapacidad, lo que requerirá una mayor investigación, ya que es fundamental para buscar ayuda y acceder a tratamientos.

En cuanto a la presencia de sintomatología de trastornos mentales en 65 de los estudiantes universitarios de la FAFI-UNE, guarda similitud con los resultados alarmantes de la prevalencia de ansiedad (87,15), depresión (66,88) y ambos síntomas (64,34) de un estudio realizado con estudiantes de medicina de Latinoamérica durante la pandemia de COVID-19⁽⁵⁾, de forma similar, otros autores⁽²⁷⁾ encontraron en una universidad pública que 61,4 de estudiantes de medicina con síntomas de depresión y 67,7 de ansiedad, también Silva Jara et al.⁽²⁸⁾ que el 65,4 de estudiantes de dos universidades privadas tienen predisposición de desarrollar ansiedad y 31,6 depresión. Aunque los hallazgos fueron mayores, en estudios previos a la crisis sanitaria también se evidenció problemas de salud mental en estudiantes universitarios de medicina (28,2) en una universidad pública paraguaya⁽²⁾, 31 de estudiantes en otra universidad privada presentó síntomas de trastornos del ánimo⁽⁴⁾. Resultados similares Ahuanari et al.⁽⁶⁾ reportaron que estudiantes colombianos demuestran elevados niveles de ansiedad y un afrontamiento débil y, en otro estudio realizado en México se evidenció un 43 de alumnos con grados altos y muy altos de salud mental deficitaria⁽⁷⁾. El resultado se ajusta a la evidencia que la cuarentena ha empeorado la sintomatología de trastornos mentales preexistente⁽⁸⁾.

Asimismo, con respecto a al bienestar psicológico de los estudiantes universitarios de la FAFI-UNE, se puntualiza que el nivel de bienestar psicológico predominante es bajo, ya que el 65 de los estudiantes muestra un nivel de bienestar psicológico correspondiente al rango percentil 5 y 25, déficit e interior al término medio, respectivamente. Este resultado guarda similitud con los resultados de la variable salud mental y se aproxima a los hallazgos del estudio con estudiantes de medicina, donde se demostró que la salud mental influye en la percepción de la calidad de vida en los estudiantes⁽²⁾.

La alta prevalencia de indicadores de trastornos mentales presentes y bajos niveles de bienestar psicológico en los estudiantes, es un factor de riesgo significativo y es una necesidad considerarlo para fortalecer la gestión universitaria en esta unidad académica^(1,16,23,29).

Al analizar la asociación entre indicadores de trastornos mentales y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios se observa una asociación altamente significativa en concordancia con otros estudios que muestran evidencia de que la satisfacción con la vida o bienestar psicológico influye en la presencia de trastornos mentales⁽³⁰⁻³¹⁾ y viceversa⁽³⁰⁾. En concordancia, Eidman et al.⁽³²⁾ concluyen que la presencia de síntomas de ansiedad, depresión e intolerancia a la incertidumbre en la pandemia predicen de forma negativa el completo estado de salud mental. Otro estudio también observa esa relación significativa, ya que los resultados mostraron bajos indicadores de trastorno de ansiedad generalizada como predictor para el bienestar psicológico⁽³³⁾. También correlacionaron negativamente la ansiedad y el bienestar psicológico⁽³⁴⁾. Los hallazgos de un estudio chileno ponen de manifiesto que intervenir en la promoción y mejora del bienestar psicológico puede influir positivamente en la prevención de la sintomatología depresiva en universitarios⁽³⁵⁾.

Los resultados obtenidos al describir la salud mental de los estudiantes universitarios brindan un panorama desfavorable, ya que es muy alta la frecuencia de los indicadores de trastornos relacionados a la salud mental presentes y esto puede tener efectos negativos en su desarrollo personal, social y académico, con impacto en su futuro profesional.

Se justifica la atención prioritaria del bienestar estudiantil dentro de la gestión universitaria ya que numerosos estudios evidencian esta realidad y la necesidad de garantizar la calidad del acceso, permanencia y egreso exitoso de los estudiantes universitarios, para asegurar sus derechos y reafirmar el compromiso universitario con el desarrollo social.

Los resultados del estudio despiertan varias interrogantes que pueden ser abordadas en estudios posteriores como la relación existe entre las variables y el rendimiento académico, qué otros factores pueden explicar la prevalencia de las variables estudiadas en los estudiantes como el perfil docente, la dedicación exclusiva al estudio, la virtualidad, situación económica u otros determinantes sociales. Asimismo, sería un gran aporte que estudios futuros sobre la efectividad de intervenciones grupales enfocadas en la promoción de la salud mental, entrenando a estudiantes en habilidades de regulación emocional, efectividad interpersonal, tolerancia al malestar y conciencia plena, de modo a aumentar conductas habilidosas para hacer frente a las múltiples demandas que encuentran en su vida y lograr sus objetivos.

Se sugiere para fortalecer la gestión universitaria basada en una formación integral, prestar especial atención a la salud mental de los estudiantes y diseñar de acciones colaborativas e innovadoras tendientes a: la promoción de la salud mental del estamento estudiantil a través de varios medios, que incluya la producción y trasmisión de conocimiento científico, concienciación sobre la importancia de la salud mental y bienestar de los estudiantes, psicoeducación sobre trastornos mentales; establecer un programa de seguimiento eficaz a estudiantes que incluya intervenciones grupales (basadas en la evidencia) con mayor alcance y optimización de recursos humanos y tiempo, además, un sistema de evaluación y monitoreo permanente de la salud mental con instrumentos validados; evaluación y ampliación del enfoque de ayuda al estudiante, a uno más integral, que no se limite al tipo asistencialista.

Estas acciones además de resguardar el paso de los estudiantes por la universidad ayudarán a desarrollar un sentido de pertenencia que afirmará la vinculación de los futuros egresados con la universidad, fortaleciendo así, a largo plazo, un estamento clave para los procesos de mejora de la educación superior y fortalecimiento de la responsabilidad social de la universidad.

Declaración de conflictos de interés: La autora declara no tener ningún conflicto de interés.

Agradecimiento: Mi sincero agradecimiento a la Dra. Margarita Samudio por la revisión crítica del manuscrito; al Dr. Antonio Rodríguez por su aliento a realizar el trabajo y su apoyo en el procesamiento estadístico; a la Dra. Paola Sánchez de Vergara y al Mag. Carlos Mercado Rotela por facilitar la recolección de datos.

Financiamiento: el trabajo no recibió financiación externa.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud, OMS; 2018. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
2. Barrios I, Torales J. Salud mental y calidad de vida autopercibida en estudiantes de medicina de Paraguay. Rev Cient Cienc Méd. 2017;20(1):5-10. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-74332017000100002
3. Benjet C, Gutiérrez-García RA, Abrego-Ramírez A, Borges G, Covarrubias-Díaz A, Durán MdS, et al. Psychopathology and self-harm among incoming first-year students in six Mexican universities. Salud Publica Mex. 2019; 61(1). <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30753769/>
4. De Dio S, Ramírez Soto AB, E Rocha BC, Mezzomo da Fonseca K, Leticia O, Chamorro RC, et al. Trastornos depresivos en estudiantes de medicina de la Universidad Internacional Tres Fronteras "Uninter", Ciudad del Este, Paraguay, 2016. Rev. Nac (Itauguá). 2017;9(2):20-31. [10.18004/rdn2017.0009.02.020-031](https://doi.org/10.18004/rdn2017.0009.02.020-031)
5. Aveiro-Róbaldo TR, Garlisi-Torales LD, Nati-Castillo HA, Valeriano-Paucar JR, García-Arévalo CM, Ayala-Servín N, et al. Ansiedad y depresión en estudiantes de medicina de Latinoamérica durante la pandemia del COVID-19. Rev. salud publica Parag. 2023;13(1):40-45. <https://doi.org/10.18004/rspp.2023.abril.06>
6. Ahuanari AMD, Tejada Gorodon MC. Bienestar psicológico en estudiantes universitarios de latinoamérica. Colombia; 2020. <https://repository.ucc.edu.co/handle/20500.12494/16343>
7. Olivas Linares OL, Maldonado Rivera CF, Bustamante Lerma L, Reynoso Vargas KM. Salud mental, Satisfacción escolar y su relación con el promedio en estudiantes universitarios. Revista de Estudios Clínicos e Investigación

- Psicológica. 2020;10(20):194-208. https://www.researchgate.net/publication/344505116_SALUD_MENTAL_SATIS_FACCION_ESCOLAR_Y_SU_RELACION_CON_EL_PROMEDIO_EN_ESTUDIANTES_UNIVERSITARIOS
8. Torales J, Ríos González C, Barrios I, O'Higgins M, Gonzalez I, García Ó, et al. Self-Perceived Stress During the Quarantine of COVID-19 Pandemic in Paraguay: An Exploratory Survey. *Frontiers in Psychiatry*. 2020;11. [10.3389/fpsy.2020.558691](https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.558691)
 9. Auerbach R, Alonso J, Axinn WG, Cuijpers P, Ebert DD, Green JG, et al. Mental disorders among college students in the World Health Organization World Mental Health Surveys. *Psychol Med*. 2016;46(14):2955-2970. [10.1017/S0033291716001665](https://doi.org/10.1017/S0033291716001665)
 10. Cobo-Rendón R, Vega-Valenzuela A, García-Álvarez D. Consideraciones institucionales sobre la Salud Mental en estudiantes universitarios durante la pandemia de Covid-19. *CienciaAmérica*. 2020;9(2). [10.33210/ca.v9i2.322](https://doi.org/10.33210/ca.v9i2.322)
 11. Ferreira Gould MS, Coronel Diaz G, Rivarola Vargas MA. Impacto sobre la salud mental durante la pandemia COVID 19 en Paraguay. *Revista Virtual de la Sociedad Paraguaya de Medicina Interna*. 2021;8(1). [10.18004/rvspmi/2312-3893/2021.08.01.61](https://doi.org/10.18004/rvspmi/2312-3893/2021.08.01.61)
 12. Mac-Ginty S, Jiménez-Molina Á, Martínez V. Impacto de la pandemia por COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios en Chile. *Rev. Chil. Psiquiatr. Neurol. Infanc. Adolesc*. 2021;32(1):23-37. https://www.imhay.org/wp-content/uploads/2021/03/Rev-SOPNIA-2021_Impacto-de-la-pandemia-por-COVID-19-en-la-salud-mental-de-estudiantes-universitarios-en-Chile.pdf
 13. Velázquez C, Montgomery U. W, Montero L. V, Pomalaya V. R, Dioses Ch. A, Velásquez C. A. N, et al. Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes Sanmarquinos. *Revista de investigación en Psicología*. 2008;11(2):139-152. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/3845/3078>
 14. Padilla MdILP, Ponce Rojo A, Hernández Contreras J, Márquez Muñoz BA. Salud mental y bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de primer ingreso de la Región Altos Norte de Jalisco. *Revista de Educación y Desarrollo*. 2010;14:31-37. https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/14/014_Perez.pdf
 15. Riveros Rosas A. Los estudiantes universitarios: vulnerabilidad, atención e intervención en su desarrollo. *Revista Digital Universitaria*. 2018;19(1). [10.22201/codeic.16076079e.2018.v19n1.a6](https://doi.org/10.22201/codeic.16076079e.2018.v19n1.a6)
 16. Vasquez B, Alarcón Bustamante E. Factores del bienestar universitario: atención de la diversidad para el éxito académico. 2019.
 17. Véliz Burgos A. Propiedades Psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico y su Estructura Factorial en Universitarios Chilenos. *Psicoperspectivas*. 2012;11(2):143-163. [10.5027/psicoperspectivas-Vol11-Issue2-fulltext-196](https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol11-Issue2-fulltext-196)
 18. Campos AA. Cuestionario general de salud-12: análisis de factores en población general de Bucaramanga, Colombia. *IATREIA*. 2007;20(1):29-36. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-07932007000100004
 19. Ruiz F, García Martín MB, Suárez Falcón JC, Odriozola. La Estructura Factorial Jerárquica de la Versión Española de la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés - 21. *Revista Internacional de Psicología y Terapia Psicológica*. 2017;17(1):97-105. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56049624007>
 20. Cliniklab. Laboratorio de Psicología Clínica de la Fundación Universitaria Konrad Lorenz S. f. <https://blogs.konradlorenz.edu.co/files/ghq-12-1.pdf>.
 21. Casullo M, Castro Solano A. Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista De Psicología*. 2000;18(1):35-68. [10.18800/psico.200001.002](https://doi.org/10.18800/psico.200001.002)
 22. Casullo MM, Brenlla ME, Solano AC, Cruz MS, González R, Maganto C, Morote R. Evaluación del Bienestar Psicológico en Iberoamérica Buenos Aires: Paidós; 2002.
 23. Montoya Vásquez DA, Urrego Velásquez D, Páez Zapata E. Experiencia en la coordinación de programas de bienestar universitario: la tensión entre el asistencialismo y el desarrollo humano de los estudiantes. *Rev. Fac. Nac. Salud*

- Pública. 2014;32(3). <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v32n3/v32n3a10.pdf>
24. Chau C, Vilela P. Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios de Lima y Huánuco. *Revista de Psicología*. 2017;35(2):387-422. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0254-92472017000200001
25. Alarcón RD. La Salud Mental de los estudiantes universitarios. *Rev Med Hered*. 2019;30(4):219-221. <https://doi.org/10.20453/rmh.v30i4.3655>
26. Organización Mundial de la Salud. Promoción de la Salud Mental. Conceptos. Evidencia Emergencia. Práctica. Ginebra; 2004. <https://www.alansaludmental.com/promociC3B3n-y-prevenciC3B3n-en-sm/documentos-oms-sobre-promociC3B3n-y-prevenciC3B3n-en-sm/>
27. Ayala Servín N, Duré Martínez M, Urizar González CA, Insaurralde Alviso A, Castaldello Maia JM, Ventriglio A, et al. Inteligencia emocional asociada a niveles de ansiedad y depresión en estudiantes de Medicina de una Universidad pública. *An. Fac. Cienc. Méd*. 2021;54(2):51-60. <10.18004/anales/2021.054.02.51>
28. Silva Jara C, Sosa Ruiz MB, Pérez Méndez JD, Samudio M. Frecuencia y factores de riesgo de ansiedad y depresión en internos de medicina durante la pandemia de la COVID-19 en dos universidades privadas del Paraguay. *Revista científica en ciencias sociales*. 2021;3(2):9-19. <10.53732/rccsociales/03.02.2021.9>
29. Silva V, Rojas G. El Bienestar Universitario como parte esencial de la gestión universitaria. In XVIII Coloquio Internacional de Gestión Universitaria; 2018; Florianópolis. <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/190963>
30. Fergusson D, McLeod G, Horwood LJ, Swain NR, Chapple S, Poulto R. Life satisfaction and mental health problems (18 to 35 years). *Psychol Med*. 2015;45(11):2427-36. <10.1017/S0033291715000422>
31. Moreta-Herrera R, López Calle C, Gordón Villalba P, Ortiz Ochoa W, Gaibor González I. Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y social como predictores de la salud mental en ecuatorianos. *Actualidades en Psicología*. 2018;32(124):111-125. https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-35352018000100112
32. Eidman L, Arbizú J, Lamboglia AT, del Valle Correa, L. Salud Mental y síntomas psicológicos en adultos argentinos de población general en contexto de pandemia por COVID-19. *Revista Subjetividad y Procesos Cognitivos*. 2020;24(2):1-16. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7781468>
33. González-Aguilar DW. Bienestar psicológico, resiliencia y ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Guatemalteca de Educación Superior*. 2021;4(1):43-58. <10.46954/revistages.v4i1.53>
34. Luna D, Urquiza-Flores DI, Figuerola-Escoto RP, Carreño-Morales C, Meneses-González F. Predictores académicos y sociodemográficos de ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes mexicanos de medicina. *Estudio trasversal. Gac Med Mex*. 2021; 156(1):40-46. <10.24875/GMM.19005143>
35. Rossi JL, Jimenez JP, Barros P, Assar R, Jaramillo K, Herrera L, et al. Sintomatología depresiva y bienestar psicológico en estudiantes universitarios chilenos. *Rev Med Chile*. 2019;147(5): 579-588. <10.4067/S0034-98872019000500579>