

Ideación suicida y estrés académico *Suicidal ideation and academic stress*

Lizeth Paola Barranco, Jennifer De Jesus Morelos Blanco², Sharyd Dayanna Vargas Ospino³.

¹ *Psicóloga, Especialista: Gerencia estratégica de recursos humanos Maestrante en Gerencia Educativa e Innovación Tecnológica. Universidad Sergio Arboleda, Santa Marta, Colombia* lizeth.barranco@usa.edu.co <https://orcid.org/0009-0001-7017-9021>

² *Estudiante escuela de Psicología Santa Marta, Colombia* jennifer.morelos01@correo.usa.edu.co

³ *Estudiante escuela de Psicología Santa Marta, Colombia* sharyd.vargas01@correo.usa.edu.co

Resumen

El estrés académico y la ideación suicida son fenómenos mayormente relevantes en la salud mental de los estudiantes universitarios. Este estudio tiene como objetivo analizar la relación entre el estrés académico y la ideación suicida en estudiantes universitarios, considerando factores de riesgo y estrategias de afrontamiento. Se plantea la pregunta de investigación: ¿Existe una relación significativa entre el nivel de estrés académico y la ideación suicida en estudiantes de educación superior?

El estudio empleará un diseño cuantitativo, correlacional y transversal, con una muestra representativa de estudiantes universitarios. Se utilizarán instrumentos validados para la medición de ambas variables, como el Inventario SISCO de Estrés Académico y la Escala de Ideación Suicida de Beck. Al momento de realizar la recolección de datos se llevará a cabo mediante encuestas autoadministradas, garantizando la confidencialidad de los participantes. Se espera encontrar una relación significativa entre el estrés académico y la ideación suicida, lo que permitiría fundamentar estrategias de prevención y apoyo en el contexto universitario. Este estudio contribuirá a la comprensión de los factores que afectan la salud mental de los estudiantes y la formulación de políticas de intervención en las instituciones de educación superior.

Palabras clave: Estrés académico, Ideación suicida, Salud mental, Educación superior, Factores de riesgo, Estrategias de afrontamiento, Bienestar universitario, Salud mental

Abstract

Academic stress and suicidal ideation are highly relevant phenomena in the mental health of university students. This study aims to analyze the relationship between academic stress and suicidal ideation in university students, considering risk factors and coping strategies. The research question posed is: Is there a significant relationship between the level of academic stress and suicidal ideation in higher education students?

The study will employ a quantitative, correlational, and cross-sectional design, with a representative sample of university students. Validated instruments will be used to measure both variables, such as the SISCO Inventory of Academic Stress and the Beck Scale for Suicidal Ideation. Data collection will be conducted through self-administered surveys, ensuring participants' confidentiality. A significant relationship between academic stress and suicidal ideation is expected to be found, which would support the development of prevention and support strategies in the university context. This study will contribute to understanding the factors affecting students' mental health and to formulating intervention policies in higher education institutions.

Keywords: Academic stress, Suicidal ideation, Mental health, Higher education, Risk factors, Coping strategies, University well-being, Mental health

Introducción

La salud mental de los estudiantes universitarios ha cobrado una creciente relevancia en la investigación psicológica, dado el impacto que diversos factores pueden tener en su bienestar y desempeño académico. Entre estos factores, el estrés académico se ha identificado como una de las principales fuentes de malestar psicológico en este grupo poblacional. Este tipo de estrés se define como “la respuesta fisiológica y emocional generada por la percepción de demandas académicas que superan los recursos de afrontamiento del individuo” (Barraza, 2007, p. 23). Cuando el estrés se prolonga o intensifica sin estrategias adecuadas de manejo, puede derivar en consecuencias graves, como el agotamiento emocional, la ansiedad, la depresión y, en algunos casos, la ideación suicida.

La ideación suicida se entiende como “la presencia de pensamientos relacionados con la muerte, el deseo de quitarse la vida o la planificación de un acto suicida” (Beck et al., 1979, p. 45). Desde la Teoría Interpersonal del Suicidio, Joiner (2005) postula que la ideación suicida surge de la combinación de la percepción de “carga para los demás” y la “falta de pertenencia social” (p. 89), condiciones que pueden verse exacerbadas por el estrés académico. En este sentido, la sobrecarga de tareas, la presión por el rendimiento y la falta de apoyo emocional en el entorno educativo pueden contribuir a la aparición de pensamientos suicidas en los estudiantes.

Dado que la relación entre estrés académico e ideación suicida ha sido reportada en estudios previos, resulta fundamental profundizar en esta problemática para comprender los factores que inciden en ella y proponer estrategias de intervención eficaces. Por ello, este estudio tiene como objetivo analizar la relación entre el estrés académico y la ideación suicida en estudiantes universitarios, considerando factores de riesgo y estrategias de afrontamiento.

El estrés académico ha sido definido como una respuesta psicofisiológica ante las demandas del entorno educativo que superan los recursos de afrontamiento del estudiante (Barraza, 2007). Este fenómeno se ha relacionado con diversas consecuencias en la salud mental, entre ellas la ideación suicida, una condición caracterizada por pensamientos recurrentes sobre la muerte y el suicidio (Beck, Kovacs & Weissman, 1979). Investigaciones previas han demostrado que niveles elevados de estrés académico pueden actuar como un factor de riesgo significativo en la aparición de pensamientos suicidas en estudiantes universitarios (Joiner, 2005). En este sentido, la teoría interpersonal de la conducta suicida establece que la ideación suicida se desarrolla cuando los individuos experimentan sentimientos de carga y aislamiento social, factores que pueden verse potenciados por el estrés académico (Joiner, 2005).

Diferentes estudios han señalado que la sobrecarga académica, los exámenes y la presión por el rendimiento son los principales desencadenantes del estrés en los estudiantes de educación superior (Chamberlain, 2007). A su vez, la falta de estrategias de afrontamiento adecuadas puede aumentar la vulnerabilidad de los estudiantes ante la ideación suicida (Chamberlain & Arévalo, 2013). En un análisis sobre el impacto del estrés académico en la salud mental de los universitarios, se evidencia que aquellos con estrategias de afrontamiento ineficaces reportaban niveles más altos de ansiedad y pensamientos suicidas en comparación con aquellos que empleaban estrategias adaptativas (Chamberlain, Arévalo & Soto, 2005).

La literatura ha enfatizado la necesidad de fortalecer los programas de bienestar universitario para mitigar los efectos del estrés académico y prevenir la ideación suicida en la comunidad estudiantil (Chamberlain, Arévalo, Soto & Lizcano, 2007). Estudios recientes han resaltado la importancia de la intervención temprana y la promoción de estrategias de afrontamiento saludables como medidas clave en la reducción del riesgo suicida (Chamberlain, Arévalo, Soto, Lizcano & Murillo, 2014). De esta manera, comprender la relación entre estrés académico e ideación suicida resulta fundamental para el diseño de políticas de prevención y apoyo en las instituciones de educación superior (Chamberlain et al., 2005).

Materiales y Métodos

Tipo de estudio

El presente estudio es de tipo documental, ya que no se manipulan las variables de forma deliberada, sino que se observan en su entorno natural para analizar su relación (Hernández Sampieri et al., 2014). Se emplea un diseño correlacional y transversal, dado que el objetivo es examinar la relación entre el estrés académico y la ideación suicida en estudiantes universitarios en un momento determinado del tiempo, sin intervenir en las condiciones en las que estas variables se presentan (Bisquerra, 2009).

El diseño correlacional se justifica porque busca establecer el grado de asociación entre el estrés académico y la ideación suicida, sin inferir causalidad entre ambas variables (Creswell, 2014). Además, el enfoque transversal permite recolectar los datos en un solo punto temporal, proporcionando un panorama del estado actual de los participantes en relación con ambas variables (Montero y León, 2007).

Variable independiente, Nivel de estrés académico, el cual será medido a través del Inventario SISCO de Estrés Académico (Barraza, 2007), un instrumento validado en poblaciones universitarias que evalúa las fuentes de estrés, las manifestaciones de este y las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes.

Variable dependiente, Ideación suicida, evaluada con la Escala de Ideación Suicida de Beck (Beck, Kovacs y Weissman, 1979), una herramienta ampliamente utilizada en la evaluación del riesgo suicida en poblaciones clínicas y no clínicas.

Participantes

La muestra de este estudio estará conformada por estudiantes universitarios matriculados en instituciones de educación superior. Para su selección, se empleará un diseño muestral no de muestra por conveniencia, el cual permitirá elegir a los participantes de acuerdo con su disponibilidad y accesibilidad en el momento de la recolección de datos (Otzen & Manterola, 2017). Se procurará incluir una muestra diversa en términos de género, edad, procedencia y nivel educativo con el objetivo de reflejar distintos perfiles estudiantiles dentro del contexto universitario.

Los criterios de inclusión para la participación en el estudio consideran ser estudiante activo de una institución de educación superior en Colombia, tener 18 años o más al momento de la recolección de datos y aceptar participar voluntariamente mediante la firma del consentimiento informado.

Materiales e instrumentos

Para la recolección de datos en este estudio se utilizarán instrumentos validados con adecuadas propiedades psicométricas que permitan medir las variables de interés: estrés académico e ideación suicida en estudiantes universitarios.

Inventario SISCO de Estrés Académico (Barraza, 2007)

Este cuestionario evalúa el nivel de estrés académico a través de tres dimensiones: estresores académicos, síntomas de estrés y estrategias de afrontamiento. Ha sido utilizado en estudios sobre estrés en estudiantes de educación superior.

Escala de Ideación Suicida de Beck (Beck, Kovacs & Weissman, 1979). Es una escala autoadministrada que mide la severidad de la ideación suicida en individuos. Consta de 19 ítems.

Resultados

En esta evaluación se examinaron diez investigaciones que estudiaron la conexión entre la ideación suicida y la depresión, donde se observó que el número de participantes varió entre 57 y 5. 888, con un total de más de 10. 000 estudiantes en la población evaluada.

El estudio mostró una correlación significativa entre la depresión y la ideación suicida ($r = 0,47$ a $0,75$, $p < 0,001$), lo que indica una correlación de moderada a fuerte. En los modelos de regresión, la depresión explicó del 22% al 48% de la variabilidad en la ideación suicida ($\beta = 0,38$ a $0,66$, $p < 0,01$).

En términos de prevalencia, un estudio encontró que el 55% de los estudiantes tenían un riesgo moderado o alto de suicidio, mientras que el 9% tenían un riesgo grave de requerir hospitalización. Otro estudio informó que el 6,7% de los participantes tenían altos niveles de ideación suicida.

El análisis de ecuaciones estructurales encontró que la soledad ($\beta = 0,42$, $p < 0,01$) y la desesperanza ($\beta = 0,51$, $p < 0,01$) eran factores clave en la relación entre la depresión y la ideación suicida. Además, se encontró que la terapia familiar reduce significativamente la ideación suicida en adolescentes ($d = 0,62$, $p < 0,05$), aunque su efecto sobre la depresión sigue siendo limitado.

Tabla 1.
Matriz de información

N°	Referencias APA	Objetivo	Metodología	Aportes	Conclusiones
1	Quevedo, & Salado (2023)	Se identificaron hallazgos sobre depresión e ideación suicida en adolescentes. Ambas aumentaron, con pico en 2021 y mínimo en 2017, lo que orienta medidas preventivas más efectivas.	Estudio cuantitativo, descriptivo y transversal que recoge y analiza datos, describe características de fenómenos similares y se realiza en un periodo y espacio específicos.	Enfoque cuantitativo, descriptivo y transversal con 407 estudiantes. Se usaron el Beck II y la escala IS PATH WARM. El 18% tuvo depresión grave y el 9% riesgo suicida muy alto.	Se concluye que los estudiantes presentan depresión e ideación suicida, requiriendo acciones preventivas de instituciones, familias y docentes, destacando la responsabilidad social y el cuidado colectivo tras la pandemia.
2	Chacaliza, & Manrique (2022)	El objetivo fue identificar hallazgos sobre depresión e ideación suicida en adolescentes. Se encontró un aumento, con un pico en 2021 (80%) y mínimos en 2017 (30% y 9%)	Investigación básica que amplía el conocimiento teórico. Utiliza revisión narrativa con análisis exhaustivo de bibliografía y conectores lógicos para sistematizar la información.	Revisión sistemática PRISMA que recopila estudios sobre depresión e ideación suicida en adolescentes, ampliando la bibliografía y destacando su impacto social. Analiza hallazgos y	La muestra evidencia alta prevalencia de conducta evitativa ante la imagen corporal en adolescentes. El BIAQ en español es una medida fiable para evaluar y prevenir estas alteraciones.

			características durante la pandemia.		
3	Cabrera-Huaccho & Rios-Huertas. (2021)	El objetivo es determinar la relación entre depresión e ideación suicida en adolescentes de Pichari, Cusco (2021), identificando niveles por sexo y relacionando sus dimensiones específicas.	Investigación cuantitativa, descriptivo-correlacional y transversal. Usó instrumentos estandarizados y análisis estadístico. El diseño es no experimental, pues las variables se midieron sin manipulación.	Los resultados muestran que el 77,9% tenía baja ideación suicida, 15,4% media y 6,7% alta. El 40,4% presentó síntomas depresivos y el 12,5% depresión. Ambas variables están relacionadas significativamente ($p=0,000$).	Existe una relación directa entre depresión e ideación suicida ($r_s=.475$, $p<0.05$) con un efecto pequeño ($r^2=.225$). Predomina la depresión mínima (44.2%), seguida por la leve (18.4%), moderada (13.2%) y severa (24.2%). Según el sexo, el nivel mínimo es el más frecuente (27.4% en mujeres y 16.8% en varones), mientras que la depresión severa afecta al 14.7% de mujeres y al 9.5% de varones.
4	Cordones et al., (2023)	Estudio cuantitativo, descriptivo-correlacional y transversal en 150 adolescentes de Ambato. Usó escalas de Beck para depresión e ideación suicida, con muestra no probabilística y consentimiento informado.	Enfoque cuantitativo, diseño no experimental, transversal, descriptivo y correlacional. Se trabajó con 150 adolescentes de 15 a 17 años de Ambato, seleccionados por muestreo no probabilístico con consentimiento.	Los resultados no muestran ideación suicida preocupante, posiblemente por el apoyo familiar y escolar. Sin embargo, la depresión puede influir en estas ideas, por lo que es clave la prevención.	El estudio descriptivo y correlacional evidenció niveles de depresión en adolescentes de la unidad educativa, con impacto social y académico. Es esencial asesorar casos moderados, graves y severos.
5	Viveros et al., (2022)	Se comprobó que mayor depresión se relaciona con más ideación suicida.	Estudio correlacional transversal con muestreo por conveniencia. Participaron 57 estudiantes de telesecundaria en Veracruz, 34 hombres y 23 mujeres, de 13 a 15 años.	La presión de compañeros, conflictos, malos resultados escolares y soledad incrementan el riesgo de suicidio en niños durante su desarrollo cognitivo.	El estudio confirmó que casi la mitad de los adolescentes presentaron depresión asociada a ideación suicida, predominando en mujeres, quienes mostraron mayores niveles depresivos que los varones.
6	Cabrera et al., (2024)	El objetivo general de la investigación consiste en realizar una revisión sistemática sobre la Ideación Suicida y Depresión en Adolescentes.	El método de la investigación se rige bajo el modelo PRISMA en la revisión sistemática especificando las estrategias de búsqueda, análisis de elementos éticos, plan de trabajo, entre otros aspectos.	En relación con los principales resultados se ha analizado y comprobado que los índices de Ideación Suicida y Depresión se encuentran presente en la población adolescente, según los artículos seleccionados. Por otro lado, se observa la correlación de las variables de Ideación Suicida y Depresión.	Se concluye que la Ideación Suicida y Depresión se encuentra de manera trasversal en los adolescentes, así como también en distintas culturas, etapas del ciclo vital y lo largo del tiempo.

7	Vivero s et al., (2022)	Identificar la presencia de estados depresivos e ideación suicida en adolescentes, para posteriormente determinar una relación entre ambos	Para evaluar la depresión se usó el Inventario de Depresión de Beck II (BDI-II) y la Escala de Intencionalidad Suicida de Beck (SIS) para determinar características de la tentativa suicida..	Los resultados mostraron que existe una mayor prevalencia de depresión e ideación suicida en las mujeres, asimismo, la edad con mayor nivel de estados depresivos fue los 15 años, donde el 50% presentó una ideación suicida moderada.	Finalmente, se estableció una correlación positiva entre la depresión y la ideación suicida, demostrando que a mayor depresión mayor ideación suicida en los adolescentes.
8	Caro- Delga do & Ballest ros- Cabrer a (2022)	Identificar factores sociales, interpersonales e individuales asociados a la ideación suicida en adolescentes y adultos jóvenes de América Latina y el Caribe.	El tipo de estudio corresponde a una scoping review. Se construyó una ecuación de búsqueda a partir de la estrategia PCC que incluye elementos relacionados con Participantes, Concepto y Contexto. La búsqueda se realizó en las bases de datos Scopus, SAGE y Embase durante los últimos 7 años.	Se analizaron un total de 44 artículos. La ideación suicida se relacionó con la regulación emocional, el estado de ánimo, el consumo de drogas, el género, los problemas económicos, el apoyo familiar, la violencia, la ruptura con la pareja romántica, la religión y el apoyo social.	La ideación suicida se relaciona con factores individuales (afecto negativo, depresión, ansiedad, impulsividad, consumo de sustancias), sociales (pobreza, violencia, bajo apoyo social) e interpersonales (familia, pareja, amigos).
9	Gijzen et al., (2021)	El objetivo del presente estudio fue replicar y ampliar este estudio incluyendo la ideación suicida como síntoma de depresión y evaluar qué síntomas de depresión son factores que contribuyen a la ideación suicida en adolescentes.	En una muestra de 5,888 adolescentes (11-16 años) se usó el CDI-2 y análisis de red para identificar síntomas vinculados a ideación suicida y comparar redes entre quienes la presentaron y quienes no.	Los resultados confirmaron que soledad, tristeza, odio a sí mismo y fatiga son síntomas centrales de depresión. La soledad explicó mayor varianza en la ideación suicida, con puntajes más altos en afectados.	La soledad fue un factor central para las redes de depresión y también el factor que más contribuyó a la ideación suicida. Las iniciativas de prevención deberían considerar la posibilidad de tener en cuenta las experiencias de soledad, ya que son especialmente frecuentes en los adolescentes. La ideación suicida parece ser más representativa de la gravedad de los síntomas de depresión en los adolescentes.
10	Waraa n et al., (2023)	Revisar sistemáticamente y realizar un metanálisis sobre la efectividad de la terapia familiar en comparación con otros tratamientos activos para adolescentes con trastornos depresivos o ideación suicida.	Se realizó una búsqueda sistemática en The Cochrane Central Register of Controlled Trials, Medline, Embase, PsycINFO, AMED, CINAHL y Web of Science. Se realizaron dos metanálisis sobre los resultados	Se examinaron 5,940 registros y se identificaron 10 estudios controlados aleatorizados sobre terapia familiar para trastornos depresivos o ideación suicida en adolescentes, comparando con un grupo que recibía otro tratamiento activo.	Según la evidencia actual, la terapia familiar no es superior a otras psicoterapias en el tratamiento del trastorno depresivo. Sin embargo, en comparación con otras psicoterapias, la terapia familiar mejora significativamente los resultados en cuanto a ideación suicida. La

		relacionados con síntomas depresivos e ideación suicida.	Nueve estudios informaron medidas de resultados sobre síntomas depresivos y cuatro sobre ideación suicida.	evidencia sobre el tratamiento de la depresión es de baja calidad y se necesita más investigación.
11	Gijzen et al., (2021)	Replicar y ampliar un estudio anterior incluyendo la ideación suicida como un síntoma de la depresión, y evaluar qué síntomas depresivos contribuyen a esta ideación en adolescentes.	Participaron 5,888 adolescentes de entre 11 y 16 años. Completaron el Inventario de Depresión Infantil (CDI-2). Se utilizó análisis de redes para identificar la estructura sintomática.	Los síntomas más centrales fueron: soledad, tristeza, auto desprecio, fatiga, odio hacia sí mismo y llanto. La soledad fue el síntoma que más explicó la ideación suicida. Los adolescentes con ideación suicida presentaron puntuaciones más altas en todos los síntomas depresivos.
12	Kang et al., (2021)	El objetivo del presente estudio fue evaluar la prevalencia y los correlatos clínicos de la ideación suicida en pacientes adolescentes con depresión.	Se reclutaron 1635 adolescentes (748 hombres, 887 mujeres) con depresión. Se recopiló datos clínicos y demográficos, se evaluó la ideación suicida por entrevista clínica, los síntomas depresivos con el CDI y los eventos estresantes con el ASLEC.	Los resultados sugieren una alta prevalencia de ideación suicida entre adolescentes con depresión. Además, la gravedad de los síntomas depresivos, el sexo, la duración del sueño y la presión académica están relacionados con la ideación suicida. El reconocimiento y tratamiento temprano de esta puede prevenir eficazmente el suicidio en esta población.
13	Giberson et al., (2021)	Los pacientes oncológicos de 18 a 39 años son más vulnerables a depresión e ideación suicida por los retos de su etapa vital y el cáncer. Este estudio compara dichas tasas con adultos mayores en una clínica ambulatoria.	Se analizaron datos de tamizaje de depresión de pacientes adultos atendidos en una clínica oncológica ambulatoria. Se utilizó el PHQ-9 para evaluar síntomas depresivos e ideación suicida dentro del protocolo de salud mental.	Los datos clínicos muestran mayor ideación suicida en pacientes AYA frente a OA con cáncer, destacando la necesidad de más investigaciones y programas de salud mental enfocados en jóvenes adultos oncológicos en diversos contextos.
14	Wang et al., (2024)	El suicidio es un problema de salud pública, especialmente en adolescentes con depresión. Este estudio analizó	Este estudio transversal incluyó 2343 adolescentes deprimidos (12-18 años) de 9 provincias/ciudades chinas. Se utilizó un	Sin embargo, factores como el estrés académico (Ideación suicida = 7.2 %, Intento de suicidio = 1.6 %), la desesperanza (Ideación suicida = 9.1 %, Intento de suicidio = 5.0 %)

		factores de riesgo y diferencias entre ideación e intentos suicidas para comprender mejor este comportamiento.	modelo de árbol de decisión con 32 factores relacionados con el comportamiento suicida, midiendo la importancia de cada uno con coeficientes de Gini.	grupos, aunque la importancia predictiva varió entre ellos. entre ambos.	y la edad (Ideación suicida = 7.1 %, Intento de suicidio = 3.2 %) estuvieron más estrechamente relacionados con la ideación suicida que con los intentos de suicidio.
15	Wu et al., (2024)	El suicidio en adolescentes con depresión mayor se asocia con mala calidad del sueño, que reduce el apoyo social. Más apoyo social y resiliencia disminuyen la ideación suicida, siendo factores clave en su prevención.	Estudio con 585 adolescentes (11-24 años) con depresión mayor usó escalas de sueño, apoyo social, resiliencia e ideación suicida. Se aplicaron correlaciones de Pearson y mediación en cadena con SPSS (Modelo 6).	Mejor calidad del sueño redujo la ideación suicida ($\beta=0.207$, $p<0.01$) y aumentó apoyo social y resiliencia. El apoyo social predijo más resiliencia ($\beta=0.422$) y menos ideación suicida ($\beta=-0.288$). La mediación explicó el 10.65% del efecto total.	Este estudio establece que la calidad del sueño predice indirectamente la ideación suicida en adolescentes con depresión mayor, mediada de forma independiente por el apoyo social percibido y la resiliencia.
16	Ochoa & Pico (2024)	El objetivo de la presente investigación es comparar el estrés académico y la depresión en adolescentes de una unidad educativa en post pandemia COVID-19.	Se empleó una metodología cuantitativa, de tipo descriptivo comparativo, con diseño no experimental de corte transversal. Los participantes fueron 90 estudiantes a quienes se aplicaron la ficha sociodemográfica, el test del SISCO-V21 y el Inventario de Depresión de Beck-II.	Los resultados indicaron que tanto hombres (69,4%) como mujeres (75,6%) tuvieron estrés académico moderado, y las mujeres obtuvieron una depresión mínima y moderada en un 30,6% respectivamente, a diferencia de los hombres que presentaron una depresión severa (39%).	El análisis comparativo indicó que no existen diferencias estadísticamente significativas tanto en estrés académico ($t = 1,290$; $p = 0,201$) como en depresión ($t = -1,889$; $p = 0,062$) en función del sexo, pero si en la dimensión estresores de la variable de estrés académico ($t = 2,276$, $p = ,025$) con niveles más altos en las mujeres en comparación de los hombres.
17	Li Jinshan et al., (2023)	Explorar la relación entre presión académica, resiliencia y depresión en estudiantes de secundaria en Chongqing, aportando evidencia para promover su salud integral y disminuir la incidencia de depresión.	Se encuestaron 1,269 estudiantes de secundaria en Chongqing con escalas de estrés de aprendizaje, resiliencia y depresión. Se analizó cómo la resiliencia media la relación entre estrés académico y síntomas depresivos mediante un modelo de mediación.	La tasa de detección de síntomas depresivos entre estudiantes de secundaria en Chongqing fue del 29,60%. La resiliencia psicológica se correlacionó negativamente con la presión de aprendizaje y las puntuaciones de síntomas depresivos, mientras que la presión de aprendizaje se correlacionó positivamente con las puntuaciones de síntomas depresivos.	El estrés del aprendizaje afecta la resiliencia psicológica y afecta indirectamente los síntomas depresivos entre los estudiantes de secundaria en Chongqing. La resiliencia psicológica juega un papel mediador parcial entre el estrés del aprendizaje y los síntomas depresivos.

18	López-Arias et al., (2024)	Investigación en una ciudad colombiana que determina la prevalencia de conducta suicida y ansiedad generalizada en universitarios, según sexo, edad y carrera, y analiza la relación entre ambas problemáticas.	Investigación cuantitativa, no experimental, correlacional, aplicada a una muestra de 2.436 estudiantes (59,2 % mujeres, 40,4 % hombres) entre 16 y 51 años de edad.	Se encontró que el 21,9 % de los estudiantes informó ideación suicida, 13,3 % plan suicida, 2 % intento de suicidio, 11,7 % autolesiones no suicidas y el 17 % trastorno de ansiedad generalizada en el último año.	Los resultados confirman una asociación estadísticamente significativa entre la conducta suicida y la ansiedad generalizada, que proporcionan información para el diseño e implementación de programas de prevención e intervención en los grupos de mayor riesgo en las instituciones de educación superior.
19	González-González (2023)	Esta investigación documental revisa la ideación suicida en adolescentes, entendiéndola como un fenómeno multifactorial y de salud pública. El estudio busca identificar los factores de riesgo y posibles causas vinculados a la ideación suicida.	Para el desarrollo de dicha investigación documental fue de corte cualitativo, la búsqueda de información y recopilación de documentos, se llevó a cabo a través de una minuciosa selección de las diferentes fuentes documentales como Google académico, Scielo, Redalyc, Dialnet.	En resumen, la oportuna detección de los factores de riesgo podría aportar en gran medida al diseño e implementación de programas de prevención más integrales y eficientes frente al suicidio de adolescentes.	Ante dicha realidad que nos sobre pasa, nos encontramos que se le ha dado mayor importancia al intento suicida y al mismo suicidio que a la ideación suicida que es un detonante para desarrollar conductas suicidas también se observó que existen pocos estudios de ideación suicida actualizados.
20	Trunc e Morales et al., (2020)	Determinar los niveles de estrés, depresión y ansiedad en estudiantes universitarios de primer año de las áreas de salud relacionándolos con el rendimiento académico.	Este estudio cuantitativo, exploratorio y transversal encuestó a 186 estudiantes de salud de una universidad pública chilena con la escala DASS-21 para evaluar depresión, ansiedad y estrés. Aprobado por el Comité Ético Científico.	La prevalencia de estos trastornos cuando se muestra de forma agrupada, para el total de los 186 estudiantes consultados; el 29,00% presenta algún trastorno asociado a depresión, el 53,20% a ansiedad y el 47,80% a estrés. Se observó asociación estadísticamente significativa entre las variables ansiedad y rendimiento académico.	Se puede concluir que existe una asociación entre el rendimiento académico de los estudiantes con la variable ansiedad, pero no así con los trastornos estrés y depresión.
21	Chávez-Acurio & Lima-Rojas (2023)	Este estudio no experimental, explicativo y transversal, realizado en febrero de 2022 con 218 adolescentes de una Unidad Educativa en Guayaquil, Ecuador, tuvo como objetivo analizar la depresión, ansiedad, estrés y	Los datos se obtuvieron a partir de la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) y el Cuestionario de Funcionamiento Familiar FF-SIL, aplicados previamente por miembros del Departamento de	Los resultados revelaron que el 17.9% de los adolescentes presentaba estrés moderado, el 17.9% depresión moderada y el 30.3% ansiedad extremadamente severa. Se encontró una correlación inversa y significativa ($p = 0.000$) de intensidad moderada	Predominó la funcionalidad familiar moderadamente funcional y el interés en fortalecerla. Aunque la mayoría de adolescentes tuvieron niveles normales de depresión, ansiedad y estrés, la ansiedad extremadamente severa destacó. La funcionalidad familiar se correlacionó significativamente e

	funcionalidad familiar.	Consejería Estudiantil.	entre la funcionalidad familiar y las dimensiones de depresión, ansiedad y estrés, sugiriendo que la funcionalidad familiar predispone a estas tres dimensiones.	inversamente con depresión, ansiedad y estrés, siendo un factor predisponente.	
22	Ochoa - Fuente s et al., (2022)	El objetivo de este trabajo fue revisar la influencia del confinamiento y el distanciamiento social en el estrés, la ansiedad y la depresión de niños y adolescentes.	Estudio retrospectivo que analizó artículos de PubMed (mayo 2020-abril 2021) sobre ansiedad, depresión y estrés en niños y adolescentes (2-17 años) durante COVID-19, evaluando la evidencia con la escala NOS.	De 93 artículos, se excluyeron 51 por criterios de población y calidad, quedando 32 incluidos. La calidad promedio fue 4.93 (rango 3-7) según la NOS, con mayoría de estudios de alta calidad.	El estudio revela alta prevalencia de estrés, ansiedad y depresión por el confinamiento, especialmente en mujeres y estudiantes de secundaria. Recomienda tamizaje, apoyo profesional y familiar, y promoción de resiliencia y hábitos saludables.
23	Muñoz et al., (2020)	La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre Satisfacción Familiar, Depresión y Rendimiento académico en adolescentes de una Institución Educativa Secundaria de Huánuco.	Esta investigación no experimental, transeccional correlacional, estudió a 234 adolescentes (4° y 5° de secundaria) de una población de 593 mediante muestreo estratificado. Se administraron la “Escala de Satisfacción Familiar” y el Inventario de Depresión de Beck-II adaptación huanuqueña (BDI-AH); el rendimiento académico se obtuvo de registros de matrícula y notas.	En una Institución Educativa Secundaria de Huánuco, el género femenino mostró mayor satisfacción familiar (24.4% muy satisfechas), mientras que el masculino presentó la menor insatisfacción (0.4% insatisfechos).	Llegando a la conclusión que existe relación significativa entre la satisfacción familiar, depresión y rendimiento académico en adolescentes de una Institución Educativa Secundaria – Huánuco.
24	Buri & Zumbana (2023)	Determinar la posible relación entre la calidad de sueño y el estrés académico en los estudiantes que se encuentran cursando tercero de bachillerato.	Estudio cuantitativo, correlacional, no experimental y transversal con 190 estudiantes. Se aplicaron encuesta sociodemográfica, el Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh y el Inventario SISCO SV-21 de estrés académico.	Estudiantes de secundaria muestran alta prevalencia de trastornos del sueño (36.47%) y depresión (33.14%). El estrés académico se asocia positivamente con depresión y mala calidad del sueño (65.6% la reporta), siendo un predictor clave de ambos.	Mala calidad del sueño y estrés académico son problemas crecientes en estudiantes de bachillerato, no solo universitarios. La primera empeora por dispositivos y falta de sueño. El segundo se intensifica por la presión universitaria y la adaptación post-pandemia. Los adolescentes son particularmente vulnerables a estos problemas.

25	Castellanos-Meza et al., (2020)	De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, la depresión constituye la principal causa de incapacidad laboral. Con el objetivo de identificar los posibles porcentajes de alumnos (adolescentes) de bachillerato con signos de depresión, y cómo esto podía relacionarse con el rendimiento académico,	Se realizó un estudio descriptivo, aplicando la Escala de Depresión del Centro para Estudios Epidemiológicos (o Escala CES-D) a 1015 alumnos de segundo a sexto semestre de bachillerato, con los promedios escolares más bajos y más altos de cada grupo.	Un estudio evaluó la depresión y el estrés en 1015 alumnos (81.85% de lo planeado), clasificándolos por promedio (alto/bajo), turno y calendario de ingreso. El 47.48% mostró signos de depresión (SdD), con 23.05% moderados (SMD) y 24.43% severos (SSD). Alumnos con promedio alto (PEA) presentaron más SMD, mientras que los de promedio bajo (PEB) mostraron más SSD.	Este estudio halló una prevalencia del 47.48% de depresión en alumnos (frente al 10% OMS), con 23.05% moderada y 24.43% severa. Sorprendentemente, alumnos con alto rendimiento académico (PEA) mostraron alta depresión severa (20.60%), aunque los de bajo rendimiento (PEB) tuvieron más (29.20%). Esto sugiere que la depresión afecta a estudiantes de todos los niveles, haciendo crucial informar y educar a alumnos y tutores para intervenciones.
26	Buitrago et al., (2022)	Determinar el estrés escolar en estudiantes durante la cuarentena por COVID-19.	La investigación fue desarrollada bajo un enfoque cuantitativo; de tipo transversal, observacional, analítico. Participaron 1395 adolescentes. Para la recolección de datos se implementó un formulario de Google para determinar el estrés escolar, a partir de un instrumento validado en Colombia.	Los diagnósticos de salud mental más comunes fueron TDAH, ansiedad y depresión. El 92% de los participantes se preocupaba por su rendimiento académico; el 60.2% se sentía nervioso al hablar con sus padres sobre ello, y el 62.5% por no entender las explicaciones en clase.	Se encontró que gran parte de los participantes mostraron síntomas de ansiedad, depresión y estrés por la incertidumbre de la pandemia. Asimismo, se probó una alta percepción de alteración de las rutinas cotidianas, mayor estrés por el rendimiento académico y se evidenció también una mejoría en el vínculo afectivo familiar.
27	Saavedra et al., (2024)	Identificar los factores determinantes relacionados con la ansiedad, el estrés y la depresión en adolescentes de sexto a undécimo grado de una institución educativa del departamento del Tolima, Colombia.	Se aplicó el Inventario SISCO a 553 estudiantes (11-20 años, media=17.12) para estudiar el estrés académico. Se utilizaron algoritmos y métodos de ensamble de Machine Learning para la clasificación de la variable binaria.	El 76.17% reportó síntomas depresivos. El modelo de detección tuvo alta precisión (0.845 para depresión). Las variables clave fueron fatiga, indecisión, ansiedad, falta de apetito, conflictos, evaluaciones y somnolencia.	Se recalca la importancia de la detección temprana, la utilización de herramientas de Machine Learning, y la necesidad de enfoques preventivos y personalizados para abordar la ansiedad, el estrés y la depresión en adolescentes.
28	Moral es-Ortega (2021)	Este artículo busca analizar los factores de riesgo que inciden en la depresión adolescente, afectando su salud mental y sus entornos familiar, académico,	Este artículo de revisión, que analizó 30 documentos de 2010 a 2020 de bases de datos como SCIELO y Google Académico, se centró en los factores de	La adolescencia es una etapa vulnerable. Este artículo explora factores de riesgo de depresión en adolescentes, influenciados por el entorno familiar, académico, social y	La depresión adolescente es multifactorial y grave, afectando su integridad. Los factores de riesgo clave incluyen entornos familiares hostiles, instituciones académicas negligentes (bullying,

		social y personal. La pregunta central es: ¿Cuáles son esos factores de riesgo que causan depresión en adolescentes, perjudicando negativamente su salud mental y sus distintos entornos?	riesgo de depresión en adolescentes y su impacto en la salud mental y los entornos familiar, académico, social y personal.	personal. Se destaca que estados de ánimo bajos y baja autoestima aumentan la probabilidad de desarrollar síntomas depresivos.	ciberacoso) y entornos sociales peligrosos (acceso a sustancias, precariedad económica). La presión por estereotipos también contribuye. Es crucial abordar estos factores para prevenir y tratar la depresión en jóvenes.
29	Sánchez et al., (2023)	El objetivo de este estudio es investigar y caracterizar el perfil psicológico del factor depresión de los estudiantes, esto, en cuanto a determinar cómo influye el mismo en otros factores como el rendimiento académico	El tipo de investigación considerada fue cualitativa, se optó por la revisión bibliográfica de 34 artículos académicos a través de bases de datos tales como: scopus, google academic, Springer, entre otras.	Los resultados obtenidos indicaron que la característica predominante de la depresión entre los estudiantes está causada por una serie de circunstancias, por ejemplo, las exigencias académicas, hacer frente a un nuevo entorno, la presión por crear una vida social aceptada y las preocupaciones por el futuro.	Se concluye que los resultados obtenidos indicaron que las características predominantes son: ansiedad, suicidio, trauma, alcohol; estrés con baja presencia, y depresión con alta presencia.
30	Rodas (2021)	El objetivo del presente estudio fue determinar la influencia del clima social escolar y estrés en la depresión de adolescentes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Sur.	Este estudio cuantitativo no experimental, básico y explicativo, analizó a adolescentes de tercero, cuarto y quinto de secundaria (12-17 años). Para evaluar el clima social escolar se usó el CECSCE, para el estrés el Inventario SISCO, y para la depresión el Inventario de Depresión Infantil CDI.	Los resultados develaron que p valor es 0,000, siendo menor a 0,005, por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, tanto para la hipótesis general como para las específicas	Se concluyó que existe influencia de las variables independientes clima social escolar y estrés en la depresión, ya que se demuestra mediante Nagelkerke presenta un índice de 0,014 que viene a ser mayor que Cox y Snell que registra 0,013 y McFaggen presenta un índice de 0,006. De igual manera, existe incidencia del clima social escolar y estrés en la disforia y en la autoestima baja.
31	Arntz et al., (2022)	El objetivo de la investigación es determinar la relación entre los niveles de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios de primer año de las carreras del área de la salud con las variables sociodemográficas.	Este estudio cuantitativo no experimental, descriptivo, correlacional y transversal, utilizó la prueba de Chi Cuadrado para analizar la asociación entre variables. Se aplicó la versión chilena abreviada de la escala DASS-21 (21 ítems, Likert) y	El 54,82% de la muestra presenta algún nivel de alteración o riesgo de sufrir ansiedad, un 47,59% de estrés y un 31,33% depresión. El 42,17% se identifica como perteneciente a la etnia mapuche, mientras que el 56,02% se identifica como no mapuche. En relación al nivel de escolaridad del padre y	Existe una asociación entre sexo femenino y los niveles de ansiedad, estrés y depresión. Además, una relación entre pertenecer al género femenino, cursar las carreras de Enfermería y nutrición y dietética con presentar algún nivel de ansiedad, destacándose una asociación entre ansiedad, depresión y estrés.

		<p>un cuestionario sociodemográfico a una muestra no probabilística de 166 estudiantes de enfermería, nutrición y dietética, fonoaudiología y kinesiología. El protocolo fue aprobado por el Comité Ético Científico del Servicio de Salud Del Reloncaví.</p>	<p>de la madre, el porcentaje más alto corresponde a la categoría de enseñanza media completa (padre 37,95% y madre 36,14%).</p>		
32	<p>Reyes & Trujillo (2021)</p>	<p>Objetivos principales de estudio de las ciencias (Delanty & Strydom, 2003). Mediante la investigación se pretende entender lo que denominamos realidad, relacionándola al mundo que nos rodea, al que recreamos como parte de nuestra cultura y sociedad.</p>	<p>Este artículo de la REVISTA INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO I+D describe, mediante un relato etnográfico, el impacto psicológico del confinamiento por COVID-19 en estudiantes universitarios de Ecuador, quienes experimentaron estrés, depresión e ira ante la drástica alteración de su vida social y la incertidumbre general de la pandemia.</p>	<p>El cuidado de la salud mental se convierte en un elemento fundamental para afrontar la crisis que se está experimentando actualmente, en este momento complejo de la humanidad, es necesario un esfuerzo colectivo para implementar medidas de contención desde las universidades, los hogares y todos los espacios sociales.</p>	<p>Por otra parte, el informe de la ONU alerta que existen grupos de mayor riesgo de ver afectada su salud mental: trabajadores de la salud que están atendiendo la emergencia, los niños, niñas y adolescentes, jóvenes, mujeres, adultos mayores, las personas que padecían antes de la pandemia de algún trastorno mental, entre otros.</p>
33	<p>Leonngeli et al., (2024)</p>	<p>El objetivo del estudio fue analizar la relación entre síntomas de ansiedad, depresión y estrés, y los motivos de consumo de alcohol en estudiantes universitarios argentinos, antes y durante los primeros 3 meses del Aislamiento Social, Preventivo y Obligatorio (ASPO). También se buscó examinar si los motivos de consumo median la relación entre el malestar psicológico y el consumo de alcohol.</p>	<p>Completaron una encuesta online 2 muestras de estudiantes, una antes del ASPO (n = 125; media de edad, 23,87 ± 3,27 años; el 73,6% mujeres) y otra durante este (n = 174; 24,32 ± 3,64 años; el 78,2% mujeres).</p>	<p>Durante el ASPO, el consumo de alcohol y los motivos sociales y de mejora disminuyeron en los estudiantes. Las asociaciones entre el malestar psicológico, los motivos de consumo y el consumo de alcohol fueron más fuertes durante el ASPO. Los motivos de afrontamiento explicaron un aumento en la frecuencia del consumo de alcohol en universitarios durante el ASPO.</p>	<p>Resulta necesario prestar especial atención a la salud mental de los universitarios que han sufrido cambios en sus rutinas como consecuencia de las restricciones implementadas a partir de la pandemia.</p>

34	Chávez-Márquez & De los Ríos-Chávez (2023)	<p>El estudio buscó los niveles de ansiedad en universitarios, considerando edad, sexo y área de carrera. Los resultados mostraron que la mayoría tiene niveles medios y altos de ansiedad, siendo el área de la carrera el único factor diferenciador: los estudiantes de ciencias económico-administrativas presentan los mayores niveles. Se encontró una alta correlación entre ansiedad-estado y ansiedad-rasgo.</p>	<p>El trabajo de investigaciones de tipo cuantitativo, transversal, con un método analítico-sintético en un muestreo probabilístico aleatorio estratificado de 1,006 estudiantes de universidades en la ciudad de Chihuahua, Chihuahua, México.</p>	<p>Los resultados obtenidos por el total de los estudiantes universitarios en los niveles de ansiedad-estado y ansiedad-rasgo. En la tabla se observa que el mayor porcentaje de universitarios presenta un nivel de ansiedad-estado en un nivel medio (41.9%), mientras que en ansiedad-rasgo se muestra el mayor porcentaje en un nivel alto (50.4%)</p>	<p>Se encontró una alta relación directa entre ansiedad-estado y ansiedad-rasgo, sugiriendo que una persona con un rasgo de personalidad ansioso es más propensa a desarrollar ansiedad bajo ciertas circunstancias. Estos resultados invitan a futuras investigaciones para monitorear los niveles de ansiedad en estudiantes que experimentaron el esquema educativo inusual de la pandemia de COVID-19, lo cual pudo haber contribuido a los altos niveles actuales.</p>
35	Luque-Vilca et al., (2022)	<p>Este estudio evaluó el estrés académico en estudiantes universitarios durante la educación virtual por COVID-19 utilizando el cuestionario SISCO SV-COVID-19. Los resultados mostraron que el 92.27% de los estudiantes padecía estrés, siendo la sobrecarga de tareas y los plazos de entrega el principal factor estresor.</p>	<p>La investigación se realizó con una muestra probabilística de 194 estudiantes de la Escuela Profesional de Ingenierías Alimentarias de la Universidad Nacional de Juliaca. Esta muestra se obtuvo de una población total de 347 estudiantes matriculados en el semestre 2020-II, con una edad promedio de 22 años (rango de 16 a 30 años). Los datos se recolectaron en diciembre de 2020, con un nivel de confianza del 99% y un margen de error del 4.15%.</p>	<p>De la población total, el 56.82% correspondió a estudiantes mujeres y el 43.18%, a varones, por lo que es representativo de la población total de estudiantes de la Escuela Profesional de Ingenierías Alimentarias de la Universidad Nacional de Juliaca</p>	<p>Se tiene alta prevalencia de estrés académico en los estudiantes universitarios frente a la educación virtual que está asociada al COVID-19, siendo los factores estresores que producen mayor estrés académico en los estudiantes, la sobrecarga de tareas y trabajos que tienen que realizar diariamente, para cumplir en los plazos establecidos por los docentes para la presentación, así mismo el sistema de evaluación virtual.</p>
36	Karaman et al., (2019)	<p>Analizar cómo el estrés académico se relaciona con la ansiedad en estudiantes del décimo ciclo de enfermería de una universidad privada</p>	<p>El método fue hipotético deductivo, enfoque cuantitativo, investigación de tipo aplicada, diseño correlacional. La Población fue 123</p>	<p>Los resultados indican que la mayoría de los estudiantes experimentan estrés académico moderado y ansiedad moderada, especialmente en relación con los</p>	<p>Se concluyó que el estrés académico y la ansiedad presentan una correlación negativa ($Rho = -.090$) y ($Sig. = .393$), es decir no existe relación estadísticamente significativa</p>

		de Lima, 2023. Metodología: El método fue hipotético deductivo, enfoque cuantitativo, investigación de tipo aplicada, diseño correlacional.	estudiantes y su muestra estuvo conformada por 93 estudiantes.	estresores y síntomas del estrés. Las estrategias de afrontamiento también se asocian con estos niveles moderados de estrés y ansiedad.	
37	López et al., (2024)	Muestreo representativo y aleatorio de 527 estudiantes en una universidad pública en 2012. Análisis de regresión múltiple.	Identificación precisa de estresores: intervenciones en el aula, trabajos obligatorios y exámenes predicen niveles elevados de estrés crónico. Ser mujer y tener 18, 23 y 25 años se asocian principalmente con el estrés.	Estrés crónico se asocia con intervenciones en el aula, trabajos obligatorios y exámenes. Identificar estresores es crucial para comprender el impacto en estudiantes universitarios.	Destaca la importancia de identificar precisamente los estresores para comprender y abordar el estrés en estudiantes universitarios.
38	García - Novillo et al., (2023)	En Odontología de UNIANDÉS (noviembre 2022 – marzo 2023), los estudiantes presentaron altos niveles de estrés y ansiedad preexamen, con insomnio frecuente. Este estrés favorece aislamiento social, presión competitiva y riesgo de deterioro de la salud mental.	Se realizó un estudio observacional, descriptivo y transversal en UNIANDÉS, Ecuador, entre noviembre de 2022 y marzo de 2023. La muestra incluyó 40 estudiantes de segundo nivel “A” de la carrera de Odontología.	En el estudio se puede observar que 14 personas (35 %) dijeron que a veces presentan insomnio o pesadillas cuando están próximo a rendir evaluaciones parciales, 16 personas (40 %) eligieron la opción poca con respecto a si siente presión ante la competencia con los compañeros de grupo.	En el proyecto investigativo se observó que el nivel de estrés aumenta por lo general cuando están próximos a rendir exámenes parciales, se verifico que el asunto abordado se compone de una problemática de salud principalmente en el entorno universitario
39	Alania - Contreras et al., (2020)	El objetivo de este estudio es analizar y determinar el estado de estrés académico que se presenta en los estudiantes universitarios a causa de las clases virtuales en el contexto de la pandemia por COVID19	Se hizo una revisión bibliográfica entre diciembre de 2020 y agosto de 2021, usando Google Académico, Scielo, Redalyc, Dialnet y Chemedia. Se analizaron resultados y conclusiones de artículos científicos, aplicando métodos científicos y analíticos	Una revisión sistemática de 15 estudios concluyó que el estrés académico en estudiantes universitarios aumentó debido a las clases virtuales durante la pandemia de COVID-19. A nivel nacional y mundial, se observó un nivel medio y moderado de estrés académico en esta población.	La salud mental de los estudiantes universitarios se ven muy comprometidos por la forzosa e inesperada adaptación a llevar clases virtuales en el contexto de confinamiento por la pandemia por la COVID-19, en este sentido es notorio el nivel medio y moderado de estrés académico presente en estudiantes universitarios que se evidencia a nivel nacional y mundial.
40	Seperak et al., (2021)	Analizar la evidencia científica disponible sobre estrés académico en estudiantes universitarios durante	Se realizó una revisión sistemática con la aplicación del método PRISMA, a partir de la búsqueda de artículos, en bases de datos como	Una revisión de 22 artículos que cumplieron con los criterios de inclusión y el 70% de rigurosidad metodológica, evidenció un	Durante la pandemia de COVID-19, los estudiantes universitarios experimentaron un aumento del estrés académico y trastornos mentales como la depresión

la pandemia del COVID-19.

Science Direct, Springer, Taylor & Francis, Sage Journals, que describieran el estrés académico en estudiantes universitarios en el contexto de la pandemia de COVID-19.

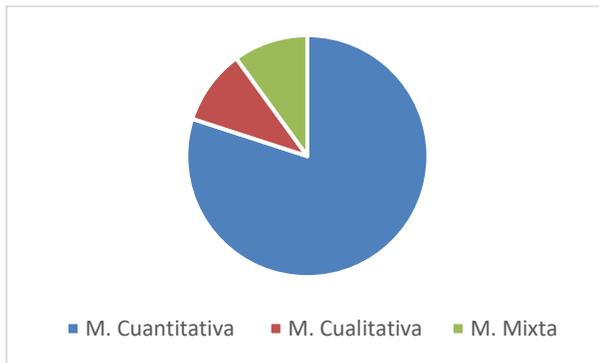
incremento acelerado del estrés en estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19.

Este estrés se manifestó con sentimientos de soledad y falta de control, impactando negativamente el rendimiento académico y la salud mental de los estudiantes.

y la ansiedad. Esto se debió a factores estresores como el distanciamiento social, la sobrecarga académica, las altas exigencias de los docentes y la incertidumbre económica.

Figura 1

Metodologías más usadas



Nota. Esta figura muestra los métodos más usados en Ideación suicida y estrés académico

Tabla 2

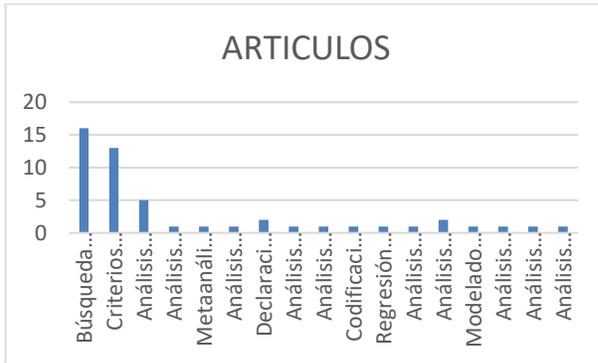
Medidas de tendencia central de las metodologías

Media	16,7
Mediana	5
Moda	5

Nota. Metodología más identificadas en el estudio

Figura 2

Técnicas más utilizadas



Nota. Técnicas más identificadas en el estudio.

Tabla 3

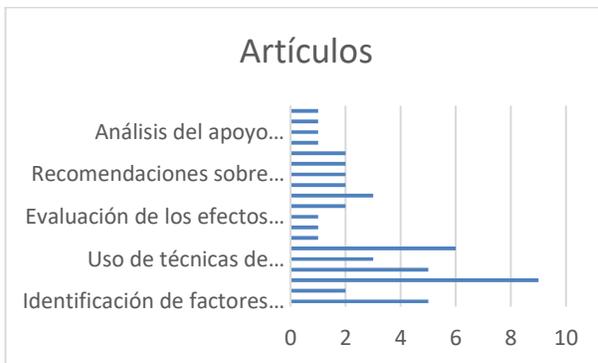
Medidas de tendencia central de las técnicas utilizadas

Media	2,9
Mediana	1
Moda	1

Nota. Se identificó en las medidas de tendencia central que la mayoría de las técnicas utilizadas fueron mencionadas una sola vez, lo que redujo significativamente la mediana y la moda.

Figura 3

Contribuciones científicas identificadas



Nota. Esta figura representa las contribuciones científicas más significativas relacionadas con la ideación suicida y estrés académico.

Figura 4

País de origen de los artículos

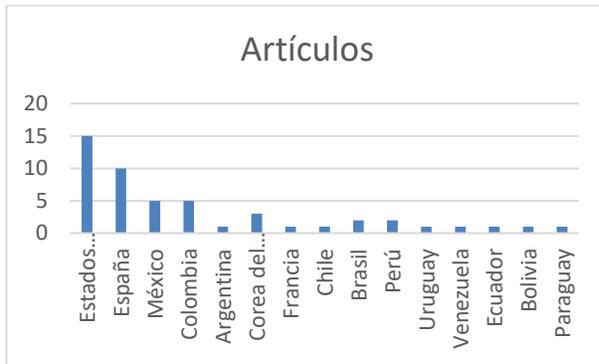


Tabla 4

Medidas de tendencia central en las contribuciones científicas

Media	2,6
Mediana	2
Moda	1

Nota. Se identificó que las medidas de tendencia central en las aportaciones científicas mostraron puntuaciones bajas, la mayoría se repite una vez, pero hubo otras contribuciones con mayor significancia.

Nota. Esta figura muestra a los países que abordan el estudio de ideación suicida y estrés académico siendo en mayor parte notorio en Estados Unidos

Tabla 5

Medidas de tendencia central de los países

Media	4,8
Mediana	3
Moda	1

Conclusiones



La presente investigación, orientada a explorar la relación entre el estrés académico y la ideación suicida en estudiantes universitarios, reconoce la complejidad y la profundidad de estos fenómenos dentro del contexto educativo actual. Aunque el estudio se propone desde una perspectiva cuantitativa y correlacional, su verdadera relevancia trasciende los números para poner en evidencia la urgente necesidad de atender la salud mental de los jóvenes que, día a día, enfrentan retos académicos, sociales y personales. La universidad no es solo un espacio de formación intelectual, sino también un lugar donde se fragua el bienestar emocional y psicológico, aspectos que deben ser valorados y protegidos con la misma prioridad.

Entender el estrés académico no como un simple factor pasajero, sino como un elemento que puede influir profundamente en el estado anímico y la percepción de la vida de los estudiantes, es un llamado a la acción para las instituciones, docentes, familiares y la sociedad en general. La posible asociación con la ideación suicida, un tema muchas veces silenciado o estigmatizado, pone sobre la mesa la importancia de crear entornos seguros, empáticos y accesibles, donde el diálogo sobre salud mental sea constante y abierto, y donde el acompañamiento profesional y humano esté siempre al alcance.

Esta investigación pretende, además, ser un punto de partida para futuras acciones que no solo busquen diagnosticar o medir, sino intervenir y acompañar. Reconocer la vulnerabilidad de los estudiantes no como una debilidad, sino como una dimensión humana que merece comprensión y respeto, permitirá construir redes de apoyo que fortalezcan la resiliencia y fomenten la esperanza. En definitiva, el compromiso debe ser colectivo, integral y sostenido, porque detrás de cada cifra hay una persona con sueños, miedos y un enorme potencial que merece ser cuidado.

Referencias

- Arntz, V., Jenny, Trunce, M., Silvana, Villarroel Q., Gloria, Werner C., Karlis, & Muñoz M., Sonia. (2022). Relation of socio-demographic variables with levels of depression, anxiety and stress in university students. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 60(2), 156–166.
DOI: <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272022000200156>
- Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (1996). *Manual for the Beck Depression Inventory-II*. Psychological Corporation.
- Bernal, G., & Sáez-Santiago, E. (2006). Culturally sensitive psychosocial interventions: The case of Puerto Rican adolescents. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 35(1), 43–56. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3501_5
- Buitrago, S. C., Hernández, A. F. A., Agudelo, J. M. P., Pineda, C. J. D., Hernández, L. V. S., & Sánchez, Y. (2022). Estrés escolar en la cuarentena por COVID-19 en adolescentes y sus familias. *Revista del Hospital Psiquiátrico de La Habana*, 18(2).
- Buri, B. S. T., & Zumbana, L. E. (2023). Calidad de sueño y su relación con el estrés académico en estudiantes de bachillerato. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 1245–1262.
DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.4479
- Cabrera, Huacho, L. V., & Rios Huertas, J. S. (2021). Depresión e ideación suicida en adolescentes del distrito de Pichari, La Convención, Cusco. 2021.
DOI: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/71576>
- Cabrera, P. L. A., Venegas, V. A. B., Pasten, V. P. J., & Barahona, V. A. P. (2024). Revisión sistemática sobre la ideación suicida y depresión en adolescentes en los últimos 10 años. *Fides Et Ratio*, 27(27), 173–184.
DOI: <https://doi.org/10.55739/df0b6361>
- Carlo-Delgado, A. G., & Ballesteros-Cabrera, M. D. P. (2022). Ideación suicida en adolescentes y adultos jóvenes de América Latina y el Caribe: scoping review. *Revista de Salud Pública*, 24(6).
DOI: <https://doi.org/10.15446/rsap.v24n6.105615>
- Castellanos-Meza, F. A., Rodríguez Carrillo, M. A., & Rodríguez Ramírez, M. E. (2020). Depresión y rendimiento académico: propuesta del Perfil Institucional de Riesgo Académico por Depresión. *Revista de Educación y Desarrollo*, 54, 53–61.
- Chacaliaza, K. P. T., & Manrique, J. D. (2022). Depresión e ideación suicida en adolescentes: una revisión narrativa. *PsiqueMag*, 11(2), 108–116.
DOI: <https://doi.org/10.18050/psiquemag.v11i2.1918>

- Chávez Acurio, A. R., & Lima Rojas, D. (2023). Depresión, ansiedad, estrés y funcionalidad familiar en adolescentes de una unidad educativa de Guayaquil. *Revista Eugenio Espejo*, 17(2), 33–45.
DOI: <https://doi.org/10.37135/ee.04.17.05>
- Chávez-Márquez, I. D., & De Los Ríos Chávez, H. J. (2023). Niveles de ansiedad en estudiantes universitarios y factores asociados; estudio cuantitativo. *Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores*.
DOI: <https://doi.org/10.46377/dilemas.v10i3.3584>
- Cordones, Y. J. G., & Rojas, D. L. (2023). Relación entre manifestaciones de depresión e ideación suicida en adolescentes de 15 a 17 años. *ULEAM Bahía Magazine (UBM)*, 4(7), 227–241.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Delgado, P., & Valdés, M. (2018). Estrés académico en estudiantes universitarios: revisión sistemática. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 50(2), 123–134.
<https://doi.org/10.14349/rlp.v50i2.5>
- García, M., & López, A. (2019). Ideación suicida y factores psicosociales en jóvenes universitarios. En J. Pérez (Ed.), *Perspectivas en psicología clínica* (pp. 75–98). Editorial Universitaria.
- García-Novillo, M. A., Freire-Villena, D. C., Vega-Calles, B. N., & Sisa-Ponluisa, K. T. (2023). Factores asociados al estrés y ansiedad en estudiantes de la carrera de Odontología de la Universidad Regional Autónoma de los Andes. *Gaceta Médica Estudiantil*, 4(25), e183.
- Giberson Jr, S. A., Hall, B. C., Jester, B., Short, V. M., Roaten, K., De La Garza, N., ... & Howe-Martin, L. (2021). Suicidal ideation and depression among adolescent and young adult cancer patients. *Journal of Adolescent and Young Adult Oncology*, 10(5), 549–554.
DOI: <https://doi.org/10.1089/jayao.2020.0180>
- Gijzen, M. W., Rasing, S. P., Creemers, D. H., Smit, F., Engels, R. C., & De Beurs, D. (2021). Ideación suicida como síntoma de depresión adolescente: Un análisis de red. *Revista de Trastornos Afectivos*, 278, 68–77.
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.09.029>
- Gijzen, M. W., Rasing, S. P., Creemers, D. H., Smit, F., Engels, R. C., & De Beurs, D. (2021). Suicide ideation as a symptom of adolescent depression: A network analysis. *Journal*

- of Affective Disorders*, 278, 68–77.
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.09.029>
- Gijzen, M. W., Rasing, S. P., Creemers, D. H., Smit, F., Engels, R. C., & De Beurs, D. (2021). Suicide ideation as a symptom of adolescent depression: A network analysis. *Journal of Affective Disorders*, 278, 68–77.
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.09.029>
- González González, L. (2023). La ideación suicida en adolescentes. Estado de la cuestión. *Revista CoPaLa. Construyendo Paz Latinoamericana*, 8(17), 114.
DOI: <https://doi.org/10.35600/25008870.2023.170270>
- Herrera, F. (2017). Estrés y salud mental en estudiantes universitarios. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 59–70.
- Ilania-Contreras, R. D., Llancari-Morales, R. A., Rafaele de La Cruz, M. C., & Ortega-Révolo, I. D. (2020). Adaptación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Socialium*, 4(2), 111–130.
DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i6.1167
- Instituto Nacional de Salud Mental. (2018). *Guía para la prevención del suicidio en jóvenes*. Recuperado de <https://www.insm.gov.co/guias/preven-suicidio>
- Joiner, T. E. (2005). *Why people die by suicide*. Harvard University Press.
- Kang, C., Zheng, Y., Yang, L., Wang, X., Zhao, N. A., Guan, T. F., ... & Hu, J. (2021). Prevalence, risk factors and clinical correlates of suicidal ideation in adolescent patients with depression in a large sample of Chinese. *Journal of Affective Disorders*, 290, 272–278.
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.04.073>
- Karaman, M., Lerma, E., Cavazos, J., & Watson, J. (2019). Predictors of Academic Stress Among College Students. USA. *Journal of College Counseling*, 22(1), 41–55.
DOI: <https://doi.org/10.1002/jocc.12113>
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of General Psychiatry*, 62(6), 593–602.
<https://doi.org/10.1001/archpsyc.62.6.593>
- Leonangeli, S., Michelini, Y., & Montejano, G. R. (2024). Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios antes y durante los primeros tres meses de cuarentena por

- COVID-19. *Revista Costarricense de Psicología*, 43(1), 284–294.
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2022.04.008>
- Li, Jinshan., Hong, Dielong., Mou, Jing., Zhou, Chuminn., Zheng, Bailiang., & Ye, Mengliang. (2023). La relación entre el estrés académico y la depresión entre estudiantes de secundaria en Chongqing: el efecto mediador de la resiliencia psicológica. *Avances en Psicología*, 13, 4327.
DOI: <https://doi.org/10.12677/AP.2023.1310544>
- Lopez Arias, E. M., Correa Becerra, T., & Carmona Parra, J. A. (2024). Relación entre conducta suicida y ansiedad en estudiantes universitarios. *Tempus Psicológico*, 7(1).
DOI: <https://doi.org/10.30554/tempuspsi.7.1.4562.2024Volumen-7-1-2024>
- López, I. G., Vidal, V. G. O., & Alca, J. T. P. (2024). El estrés académico en el aprendizaje de los estudiantes universitarios.
DOI: <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v8i32.742>
- Luque-Vilca, O. M., Bolivar-Espinoza, N., Achahuaji-Ugarte, V. E., & Gallegos-Ramos, J. R. (2022). Estrés académico en estudiantes universitarios frente a la educación virtual asociada al COVID-19. *Puriq*, 4, e200.
DOI: <https://doi.org/10.37073/puriq.4.1.200>
- Matos, M., & Díaz, F. (2020). Estrés académico, apoyo social y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Psicología Educativa*, 26(3), 143–150.
- Ministerio de Educación Nacional. (2021). *Políticas para la promoción de la salud mental en instituciones educativas*. Recuperado de <https://www.mineducacion.gov.co/politicas-salud-mental>
- Morales Ortega, S. (2021). Factores de riesgo como causantes de depresión asociado a la salud mental de los adolescentes afectados por su entorno familiar, académico, social y personal.
- Muñoz, M. A. C., Morales, C. M., Tello, F. N., & Condor, C. L. B. (2020). Satisfacción familiar, depresión y rendimiento académico en adolescentes de un Colegio Estatal de Huánuco, Perú. *Boletín Redipe*, 9(10), 197–210.
- Nolen-Hoeksema, S. (2014). *Abnormal psychology* (6th ed.). McGraw-Hill Education.
- Ochoa, K. M. C., & Pico, M. I. V. (2024). Estrés académico y depresión en adolescentes de una unidad educativa post pandemia COVID-19. *Ecos de la Academia: Revista de la Facultad de Educación Ciencia y Tecnología*, 10(19), 1–17.
DOI: <https://doi.org/10.53358/ecosacademia.v10i1.2988>

- Ochoa-Fuentes, D. A., Gutiérrez-Chablé, L. E., Méndez-Martínez, S., García-Flores, M. A., & Ayón-Aguilar, J. (2022). Confinamiento y distanciamiento social: estrés, ansiedad, depresión en niños y adolescentes. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 60(4), 341–348.
- Pérez, L., & Torres, R. (2016). Estrés académico y su impacto en la salud mental de estudiantes universitarios. *Revista de Psicología y Salud*, 18(2), 56–65.
- Quevedo, M., & Salado, M. (2023). Depresión e ideación suicida en estudiantes preparatorianos. *Revista Estudios Psicológicos*, 3(3), 35–43. DOI: <https://doi.org/10.35622/j.rep.2023.03.003>
- Reyes, N., & Trujillo, P. (2021). Ansiedad, estrés e ira: el impacto del COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios. *Investigación y desarrollo*, 13(1), 6–14. DOI: <https://doi.org/10.31243/id.v13.2020.999>
- Rodas, S. T. (2021). Clima social escolar y estrés en la depresión de adolescentes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Sur (Doctoral dissertation). Universidad Cesar Vallejo.
- Saavedra, M. G., Flores, J. W. S., & Saavedra, M. D. P. G. (2024). Análisis de depresión en estudiantes de secundaria y media usando algoritmos de machine learning. *Psicogente*, 27(52). DOI: <https://doi.org/10.17081/psico.27.52.6981>
- Sánchez, A. N., Paredes, V. A., & Cevallos, M. J. T. (2023). Caracterización psicológica de depresión y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Desarrollo*, 17(1), 74–85. DOI: <https://doi.org/10.31243/id.v17.2023.1891>
- Sánchez, J. A., & Rivera, M. (2019). Factores psicosociales asociados con ideación suicida en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 12(1), 25–38.
- Seperak, R., Fernández, M., & Dominguez, S. (2021). Prevalencia y severidad del burnout académico en estudiantes universitarios durante la pandemia por la COVID-19. *Interacciones Salud*, 2021(7), e199. DOI: <http://dx.doi.org/10.24016/2020.v7.199>
- Smith, K., & Alloy, L. B. (2009). A roadmap to understanding the comorbidity between depression and anxiety disorders. *Clinical Psychology Review*, 29(6), 426–440. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.04.001>
- Torres, C. (2015). Estrés académico en jóvenes universitarios: estrategias de afrontamiento y bienestar. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 47(1), 27–35.

- Trucios Morales, S. T., Villarroel Quinchelaf, G. D. P., Arntz Vera, J. A., Muñoz Muñoz, S. I., & Werner Contreras, K. M. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación en educación médica*, 9(36), 8–16.
DOI: <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20229>
- Viveros, A. A. R., Hermida, R. U., Espinosa, A. L. H., Carrillo, P. R., & Castillo, M. C. (2022). Estados depresivos e ideación suicida en adolescentes de telesecundaria. *Revista Electrónica Sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*, 9(18), 76–91.
- Viveros, A. A. R., Hermida, R. U., Espinosa, A. L. H., Carrillo, P. R., & Castillo, M. C. (2022). Estados depresivos e ideación suicida en adolescentes de telesecundaria. *Revista Electrónica Sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*, 9(18), 76–91.
- Wang, Y., Liu, J., Chen, S., Zheng, C., Zou, X., & Zhou, Y. (2024). Exploring risk factors and their differences on suicidal ideation and suicide attempts among depressed adolescents based on decision tree model. *Journal of Affective Disorders*, 352, 87–100.
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.02.035>
- Waraan, L., Sigvaldsen, J., Hanssen-Bauer, K., Czajkowski, N. O., Axelsdóttir, B., Mehlum, L., & Jozefiak, T. (2023). Terapia familiar para adolescentes con depresión e ideación suicida: una revisión sistemática y un metanálisis. *Psicología y Psiquiatría Clínica Infantil*, 28(2), 831–849.
DOI: <https://doi.org/10.1177/13591045221125005>
- Waraan, L., Sigveland, J., Hanssen-Bauer, K., Czajkowski, N. O., Axelsdóttir, B., Mehlum, L., & Aalberg, M. (2023). Terapia familiar para adolescentes con depresión e ideación suicida: una revisión sistemática y un metanálisis. *Psicología y psiquiatría clínica infantil*, 28(2), 831–849.
DOI: <https://doi.org/10.1177/13591045221125005>
- World Health Organization. (2014). *Preventing suicide: A global imperative*. https://www.who.int/mental_health/suicide-prevention/world_report_2014/en/
- Wu, Y., Guo, Z., Zhang, D., Wang, Y., & Wang, S. (2024). Sleep quality and suicidal ideation in adolescent depression: a chain mediation effect of perceived social support and resilience. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 31(2), e2990.
DOI: <https://doi.org/10.1002/cpp.2990>

Zapata, M., & Gómez, H. (2017). Estrategias psicoeducativas para la prevención del suicidio en estudiantes universitarios. *Revista Colombiana de Salud Pública*, 43(4), 568–576.