

Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios

Silvana Trinidad Trunce Morales^{a,†}, Gloria del Pilar Villarroel Quinchalef^{b,‡},
Jenny Andrea Arntz Vera^{c,§}, Sonia Isabel Muñoz Muñoz^{d,Δ},
Karlis Mariela Werner Contreras^{e,Φ}

Facultad de Medicina



Resumen

Introducción: Para los estudiantes, la transición de un establecimiento educativo a la universidad constituye un cambio importante, tanto en términos sociales como académicos, lo cual puede afectar la salud mental, considerando las exigencias académicas, las dificultades en el aprendizaje, la adquisición de nuevas competencias para el desarrollo profesional, autogestión de horario, inserción en un nuevo ambiente educativo, entre otras.

Objetivo: Determinar los niveles de estrés, depresión y ansiedad en estudiantes universitarios de primer año de las áreas de salud, relacionándolos con el rendimiento académico.

Método: Se utilizó un diseño cuantitativo, exploratorio, no experimental, descriptivo de corte transversal. La muestra fue no probabilística de 186 estudiantes de una universidad pública del sur de Chile, del departamento de salud, el cual se determinó considerando un nivel de confianza del 95% y un error alfa del 5%. Se aplicó la versión chilena abreviada de las escalas de depresión, ansiedad y estrés DASS – 21, constituida por 21 ítems, con cuatro alternativas de respuesta en formato en escala Likert. El protocolo de investigación realizado fue aprobado por el Comité Ético Científico del Servicio de Salud Del Reloncaví.

Resultados: La prevalencia de estos trastornos cuando se muestra de forma agrupada, para el total de los 186

^a Coordinación de prácticas, Carrera de Nutrición y Dietética, Observatorio de Innovación Educativa, Departamento de Salud Universidad de Los Lagos, Osorno, Chile.

^b Carrera de Kinesiología, Departamento de Salud Universidad de Los Lagos, Osorno, Chile.

^c Carrera de Nutrición y Dietética, Observatorio de Innovación Educativa, Departamento de Salud Universidad de Los Lagos, Osorno, Chile

^d Jefatura de la Carrera de Educación Diferencial, Departamento de Educación Universidad de Los Lagos, Osorno, Chile.

^e Carrera de Fonoaudiología, Departamento de Salud Universidad de Los Lagos, Osorno, Chile.

ORCID ID:

[†] <https://orcid.org/0000-0003-0586-744X>

[‡] <https://orcid.org/0000-0001-7734-0263>

[§] <https://orcid.org/0000-0002-8156-8276>

^Δ <https://orcid.org/0000-0001-9950-5321>

^Φ <https://orcid.org/0000-0001-5357-1606>

Recibido: 10-febrero-2020. Aceptado: 25-mayo-2020.

Autor para correspondencia: Silvana Trunce Morales. Avenida Alberto Fuchslocher 1305, Osorno, Región de los Lagos. Teléfono: (64) 2333005.

Correo electrónico: silvana.trunce@ulagos.cl

Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

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.

Conclusiones: 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.

Palabras clave: Estrés; depresión; ansiedad; rendimiento académico; estudiantes universitarios.

Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Levels of Depression, Anxiety, Stress and its Relationship with Academic Performance in University Students

Abstract

Introduction: For students, the transition from an educational establishment to the university constitutes an important change, both in social and academic terms, which can affect mental health, considering academic requirements, learning difficulties, and the acquisition of new skills. for professional development, self-management of hours, insertion in a new educational environment, among others.

Objective: To determine the levels of stress, depression

and anxiety in first-year university students in the health areas, relating them to academic performance.

Method: A descriptive, exploratory, non-experimental, cross-sectional design was used. The sample was non-probabilistic of 186 students from a public university in southern Chile, of the health department, which was determined considering a confidence level of 95% and an alpha error of 5%. The abbreviated Chilean version of the DASS - 21 depression, anxiety and stress scales were applied, consisting of 21 items, with four response alternatives in a Likert scale format. The research protocol carried out was approved by the Scientific Ethical Committee of the Reloncaví Health Service.

Results: The prevalence of these disorders when shown in a grouped way, for the total of the 186 students consulted; 29.00% have some disorder associated with depression, 53.20% with anxiety and 47.80% with stress. A statistically significant association was observed between the variables anxiety and academic performance.

Conclusions: It can be concluded that there is an association between the academic performance of the students with the anxiety variable, but not with stress and depression disorders.

Keywords: Stress; depression; anxiety; academic performance; university students.

This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

INTRODUCCIÓN

En los últimos años, la educación superior ha vivido un proceso de masificación, se ha producido una diversificación en la composición social y un aumento de la matrícula, lo que conlleva la inclusión de otros sectores sociales e implica un mayor número de estudiantes con problemas de salud mental¹. La transición para los sujetos de un establecimiento educativo a la universidad constituye un cambio muy importante, tanto en términos sociales como académicos. El sistema universitario requiere de ellos una mayor autonomía, adecuada distribución del tiempo personal, seguridad en la toma de de-

cisiones y adaptación a la nueva cultura organizacional, lo cual afecta su estilo de vida.

En el proceso de aprendizaje pueden influir diversos factores, que provocan alteraciones en el ámbito emocional, psíquico, familiar, docente y laboral. Cabe destacar que la carga académica que el estudiante cursa semestralmente es considerada como un agente estresor².

De acuerdo a la revisión bibliográfica, la prevalencia de estrés, depresión y ansiedad es mayor en carreras del área de salud si se le compara con otras carreras universitarias, observándose una mayor prevalencia que en la población general³. Así mismo,

los estudiantes que cursan primer año manifiestan mayor presencia de estos cuadros psicoemocionales¹. En un estudio realizado en el departamento de salud de la Universidad de Los Lagos se determinó que existe una alta prevalencia de estrés en los alumnos del área de la salud. Los estudiantes de kinesiología reportaron un menor nivel de estrés en comparación a las carreras de nutrición y dietética, enfermería y fonoaudiología. Los resultados describen que los factores que provocan estrés en los alumnos de las carreras de salud son: “evaluaciones de los profesores, la sobrecarga de tareas y trabajos, y el tiempo limitado para la realización de trabajos”⁴.

El rendimiento académico es un tema ampliamente abordado en investigaciones, que estudian las causas que pueden afectarlo, el cual tradicionalmente se ha asociado a la capacidad intelectual que permite obtener buenas calificaciones⁵. Esta transformación de paradigma de la educación ha generado profundos cambios en la visión de inteligencia, la que hacía referencia solamente a la capacidad intelectual. Las actuales teorías se han enfocado en desarrollar una perspectiva de inteligencia que incorpora y destaca los factores emocionales, siendo fundamentales en esta sociedad⁶.

De acuerdo a datos obtenidos de la unidad de análisis institucional⁷, la reprobación de estudiantes de primer año de las carreras de salud, es superior a la media institucional, específicamente en asignaturas de ciencias básicas, lo que repercute en indicadores de deserción y titulación oportuna, afectando la trayectoria formativa del grupo mencionado anteriormente.

En este contexto, esta investigación tiene como propósito evaluar si los niveles de estrés, depresión y ansiedad están relacionados con el rendimiento de los estudiantes de primer año cohorte 2019 de las carreras del departamento de salud de una universidad pública del sur de Chile.

OBJETIVO

La investigación tiene como objetivo determinar los niveles de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios de primer año de las áreas de salud, asociándolos con el rendimiento académico.

MÉTODO

El diseño de esta investigación es cuantitativo, exploratorio, no experimental, descriptivo y de corte transversal, pues no se realizó maniobra experimental alguna.

La población fue de 206 estudiantes universitarios de primer año de carreras del departamento de salud. El tamaño muestral fue de 186, el cual se determinó considerando un nivel de confianza del 95% y un error alfa del 5%. La muestra es no probabilística, en la que participaron universitarios pertenecientes a las carreras de nutrición y dietética (n = 41), fonoaudiología (n = 33), kinesiología (n = 52) y enfermería (n = 60). Los criterios de inclusión fueron alumnos matriculados que estuvieran cursando el primer semestre 2019, y que accedieron a participar de la investigación previa firma de consentimiento informado. Los criterios de exclusión fueron estudiantes no regulares y que rechazaron participar en el estudio.

Se aplicó la versión chilena abreviada de las escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS – 21) validada en estudiantes universitarios chilenos⁸. El DASS – 21 cuenta con 21 ítems, con cuatro alternativas de respuesta en formato en escala Likert, las cuales van desde 0 (“no describe nada de lo que me pasó o sentí en la semana”) hasta 3 (“sí, esto me pasó mucho o casi siempre”), cuyos resultados son determinados en niveles o categorías: normal, medio, moderado, severo y extremadamente severo.

Los factores para depresión se corresponden con las preguntas 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21; para la ansiedad los 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20; y estrés los 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18. El puntaje de cada sub-escala se calcula con la suma de los puntajes de los ítems pertenecientes a esa sección, y varía entre 0 a 21 puntos. Los puntajes de corte permiten detectar la presencia de estados afectivos de depresión, ansiedad y estrés significativos en jóvenes chilenos entre 15 a 24 años. Para la escala de depresión el puntaje de corte elegido fue 6; para la escala de ansiedad fue 5; y 6 para la escala de estrés. Según la puntuación de cada dominio se establece la severidad de la alteración, a mayor puntaje mayor severidad de depresión, ansiedad y estrés. La puntuación de clasificación de normalidad para los cuadros psicoemocionales es: depresión (0-4); ansiedad (0-3); estrés (0-7). El instrumento presenta

una confiabilidad satisfactoria (valores alfa de 0.87 a 0.88 para la escala de depresión, entre 0.72 a 0.79 para la escala de ansiedad y de 0.82 a 0.83 para la escala de estrés)⁹.

Procedimiento

En la primera etapa se aplicó el cuestionario escala de depresión, ansiedad y estrés DASS-21 versión abreviada y validada para estudiantes chilenos que accedieron a participar en la investigación, luego se realizó el análisis de estas variables.

En la segunda etapa se contabilizaron un total de 20 valores perdidos, los cuales corresponden a la deserción estudiantil del primer semestre 2019, obteniendo para esta fase de investigación 166 casos válidos. De estos se registraron los datos de rendimiento académico, que se cuantificó mediante el promedio semestral, para la variable promedio de notas se consideró “reprobado” a los alumnos que alcanzaron un valor hasta 3.99, y “aprobado” a aquellos que obtuvieron valores mayor o igual a 4.0. La información se resguardó en un archivo cifrado, luego se relacionaron las puntuaciones de cada componente de los niveles de estrés, depresión y ansiedad con el rendimiento académico de cada estudiante.

Los datos estadísticos fueron procesados en el programa SPSS versión 25, donde se trabajó el análisis estadístico descriptivo y se aplicó el test de Chi cuadrado de Pearson y test de Cramer para evaluar la potencial asociación.

Consideraciones éticas

El protocolo de investigación fue sometido a la revisión del Comité Ético Científico del Servicio de Salud del Reloncaví, ubicado en la Patagonia chilena, y aprobado el 18 marzo de 2019, orden N° 27-2019. Se informó el consentimiento informado previo a la explicación de los objetivos del estudio por parte del investigador principal, y se solicitó la firma del acta de consentimiento informado e individual.

RESULTADOS

Se presentan un total de 186 casos, el 72.58% (135 casos) de los estudiantes son de sexo femenino; y el 27.41% (51 casos), masculino; con una edad promedio de 19.07 años. La carrera donde se reporta una

proporción más similar de hombres y mujeres es kinesiología (25 y 27 respectivamente).

De la prevalencia de los trastornos psicoemocionales, es importante destacar que el 71.00% de los estudiantes no presenta cuadros asociados con depresión, 46.80% ansiedad y 52.20% a estrés.

Para calcular las estadísticas descriptivas de la población total consultada, las respuestas de los sujetos fueron codificadas de la siguiente manera: normal = 1, riesgo = 2, moderado = 3, medio = 4, severo = 5, extremadamente severo = 6. La respuesta más frecuente para los tres casos fue “normal” (moda=1). Aunque los valores promedio se encontraron entre 1 y 2.7, el nivel de dispersión de las respuestas con respecto a los valores promedio es alto para la depresión, ansiedad y estrés, lo que apuntó a que la mayor parte de las respuestas se encuentran entre las categorías “normal”, “riesgo” y “moderado”. La prevalencia de estos trastornos cuando se mostró de forma agrupada, para el total de los 186 alumnos consultados fue de 29,00% para cuadros depresivos, 53.20% ansiedad, y el 47.80% estrés.

La carrera de nutrición y dietética presenta niveles más altos de depresión (36.6%) y ansiedad (61%), y kinesiología reporta la prevalencia de estrés más alto (53.8%). Los porcentajes más bajos de estrés y depresión se obtuvieron en la carrera de fonoaudiología con un 30.3% y 21.2% respectivamente. En relación a la ansiedad, kinesiología presenta los valores más bajos con un porcentaje de 44.2%. Los niveles de intensidades de estos estados por carrera se reportan detalladamente en la **tabla 1**.

En la segunda etapa de la investigación se trabajó con 166 casos válidos, de los cuales el 89.80% presenta notas promedio aprobadas (mayor o igual a 4.0) y el 9.10% reprobadas, destacando que el número de reprobados es constantemente bajo en todas las carreras, aunque el más alto es en nutrición y dietética con un 25.7% (9 estudiantes), siendo bajo 5.0 en todas las demás. Los valores de nota promedio de las cuatro carreras es de 5.06; oscila en un rango desde 1.8 hasta 6.4. El 75% de los datos se encontró en torno al valor 5.76. La **tabla 2** muestra el recuento de casos de estudiantes que presentan algún trastorno psicoemocional y la aprobación y reprobación en cada carrera.

Los resultados más consistentes y claros en relación a la variable promedio de notas y su asocia-

Tabla 1. Niveles de intensidad y prevalencia de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de primer año de las carreras del departamento de salud

Intensidad	Nutrición y dietética			Fonoaudiología		
	Depresión	Ansiedad	Estrés	Depresión	Ansiedad	Estrés
1	63.41	39.02	51.22	78.79	51.52	69.70
2	17.07	17.07	14.63	6.06	12.12	9.09
3	12.20	17.07	17.07	6.06	12.12	15.15
4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
5	4.88	17.07	14.63	9.09	12.12	0.00
6	2.44	9.76	2.44	0.00	12.12	6.06
Intensidad	Enfermería			Kinesiología		
	Depresión	Ansiedad	Estrés	Depresión	Ansiedad	Estrés
1	71.7%	41.7%	48.3%	71.15	55.77	46.15
2	8.3%	18.3%	18.3%	13.46	15.38	25.00
3	11.7%	11.7%	20.0%	5.77	7.69	19.23
4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
5	3.3%	10.0%	8.3%	1.92	13.46	3.85
6	5.0%	18.3%	5.0%	7.69	7.69	5.77

Prevalencia= %

Intensidad: 1 = Normal; 2 = Riesgo; 3 = Moderado; 4 = Medio; 5 = Severo; 6 = Extremadamente severo. Se destacan los valores más altos por categoría.

Tabla 2. Recuento de casos de estudiantes que presentan algún trastorno psicoemocional y la aprobación y reprobación del primer semestre académico de la cohorte 2019 de las carreras del departamento de salud

Carrera	Algún trastorno depresivo		Algún trastorno de ansiedad		Algún trastorno de ansiedad	
	Aprobado	Reprobado	Aprobado	Reprobado	Aprobado	Reprobado
Enfermería	15	1	30	2	28	1
Kinesiología	12	2	19	3	24	3
Nutrición y dietética	11	4	16	6	12	3
Fonoaudiología	6	1	12	3	7	1
Total	44	8	77	14	71	8

Tabla 3. Niveles de asociación entre las variables depresión, ansiedad y estrés para el total de estudiantes de primer año de las carreras del departamento de salud

Variable independiente (explicativa)	Variable dependiente (resultado)	Valor ji cuadrado	Valor p	V de Cramer
Depresión	Promedio de notas	2.179	0.140	0.115
Ansiedad	Promedio de notas	5.797	0.016	0.187
Estrés	Promedio de notas	0.002	0.963	0.004

ción con depresión, estrés y ansiedad se detallan en la **tabla 3**. Se observa que no hay una asociación o una relación significativa entre el promedio de los estudiantes y la presencia de un trastorno depresivo y el estrés; sin embargo, con respecto a la variable ansiedad existe una asociación entre la presencia

de un trastorno de los estudiantes y el promedio de los mismos.

La **tabla 4** muestra que el número de alumnos con algún cuadro ansioso es mayor (91 casos) que los sujetos que evidencian niveles normales de ansiedad (75 casos). De estos, el 89.8% de los estudiantes que

Tabla 4. Tabla de contingencia para las variables ansiedad y promedio de notas de los estudiantes de primer año de las carreras del departamento de salud

			Promedio de notas		Total
			Reprobado	Aprobado	
Ansiedad	Normal	Recuento	3	72	75
		Recuento esperado	7.7	67.3	75.0
		% Sin trastorno ansioso	4.0%	96.0%	100.0%
	Algún trastorno ansioso	Recuento	14	77	91
		Recuento esperado	9.3	81.7	91.0
		% Con trastorno ansioso	15.4%	84.6%	100.0%
Total		Recuento	17	149	166
		Recuento esperado	17.0	149.0	166.0
		% Total reprobados y aprobados	10.2%	89.8%	100.0%

Las frecuencias esperadas se calcularon asumiendo independencia.

tiene notas promedio aprobatorias presenta algún estado de ansiedad, así como el 10.2% de los reprobados.

DISCUSIÓN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar los niveles de estrés, depresión y ansiedad en estudiantes universitarios de primer año de las carreras del área de la salud, relacionándolos con el rendimiento académico. Los resultados dan cuenta de que, del total de sujetos encuestados, el 29.00% presenta algún trastorno asociado a depresión, el 53.20% a ansiedad y el 47.80% a estrés. La carrera que presentó la mayor cantidad de casos con trastornos de depresión y ansiedad es nutrición y dietética. En la carrera de kinesiología se reporta la mayor prevalencia de estrés.

Al comparar nuestros datos con otros estudios^{3,10,11} donde se utilizó el mismo instrumento para determinar los niveles de depresión, estrés y ansiedad en estudiantes universitarios de primer año en carreras de salud, se observó la misma tendencia que la de nuestros resultados, con una mayor prevalencia de ansiedad, seguido de estrés y depresión. Además, en una universidad de Colombia¹², se investigó este tema en alumnos de odontología de todos los niveles, al aplicar la escala DASS-21, se presentó la misma tendencia antes mencionada. En otras investigaciones^{13,14} donde se ha aplicado el mismo cuestionario, se observa un mayor porcentaje de ansiedad en

relación a las otras variables, lo que es similar a lo reportado en esta investigación.

Nuestros hallazgos indican que la carrera de nutrición y dietética presentó los mayores niveles de ansiedad, la que concuerda con lo descrito en un estudio¹⁰ realizado en estudiantes de primer año y en la misma carrera. Otra investigación¹⁵ realizada en universitarios españoles de la misma carrera y en todos los niveles de enseñanza, utilizando el mismo instrumento, evidenció una elevada prevalencia de estos trastornos. Además, este estudio adiciona las variables de insomnio y conducta alimentaria por lo que sería interesante estudiarlas y ampliar este tipo de investigación en todos los niveles formativos de las carreras.

En la actual investigación fonología presentó los más bajos niveles de estrés y depresión en comparación con las carreras analizadas, sin bien existe escasa evidencia científica en esta carrera sobre estas variables psicoemocionales. Un estudio¹⁶ realizado en alumnos de primero a quinto año de fonología sobre estos trastornos emocionales, presentó resultados diferentes a los nuestros, reportando en los últimos años de la carrera mayores niveles de burnout, por los que surge la necesidad de seguir investigando sobre esta temática en esta población.

La carrera de kinesiología reportó los niveles más altos de estrés, si bien no se evidencian reportes nacionales específicos para esta carrera, a nivel internacional se ha investigado esta variable, demos-

trando un alto grado de estrés en estos estudiantes y destacando que la ansiedad es mayor en los primeros años de la carrera¹⁷.

Una de las limitaciones de este estudio, es que en las carreras de salud tradicionalmente predominan estudiantes de sexo femenino, lo que conlleva a que la literatura relacione mayor prevalencia de trastornos psicoemocionales en población de este género. En una investigación realizada en alumnos de medicina y enfermería³, no se encontraron diferencias significativas por sexo en relación a estas variables. Otro estudio realizado en la facultad de educación de la Universidad Complutense de Madrid¹⁸, presenta similares limitaciones con una muestra mayor de mujeres (84%), se observó un porcentaje significativo de estudiantes de sexo femenino con elevados trastornos ansiosos, y una asociación entre los niveles altos de ansiedad con factores ajenos al contexto académico. Cabe destacar que en un estudio¹⁹ con una muestra de proporciones similares en género donde se analizó el estado ansiedad, reportó mayores niveles de conductas ansiosas en universitarios en el campo de ciencia y tecnología, que realizan actividades de investigación. Destacándose que la muestra femenina presentó mayores niveles de ansiedad, concordando con lo descrito en la bibliografía. Por lo que surge la necesidad que en investigaciones posteriores se profundice las causas de trastornos psicoemocionales considerando la variable género.

Diversos autores han encontrado altos niveles de ansiedad y estrés en estudiantes universitarios, lo que se relaciona con los resultados obtenidos, destacando una investigación realizada en alumnos de segundo año de enfermería y tecnología médica de la facultad de medicina de la Universidad de Chile, donde se analizó los niveles de ansiedad y agentes de estrés académico, y se concluyó que la sobrecarga académica, falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas y realización de un examen son las principales causas de estrés²⁰. Otro estudio de similares características donde prevalecieron los altos niveles de estrés en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento académico, concluye con semejantes causas para el desarrollo del estrés².

En estudios^{21,22} que han evaluado la relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes de medicina, han observado que existe relación signi-

ficativa entre ambas, estos resultados se diferencian a los hallazgos de esta investigación. Además, se ha reportado²¹ la existencia de una alta correlación con las variables depresión, alcoholismo, relaciones de amistad y funcionalidad familiar, factores que se podrían analizar en futuros estudios.

De las actividades académicas que producen cuadros ansiosos en los alumnos, se encuentran los procesos evaluativos, destacando mayor sintomatología de ansiedad ante los exámenes finales. Evidenciando la necesidad de implementar estrategias de apoyo para el manejo de las emociones ante los procesos evaluativos²³.

Los hallazgos encontrados en este estudio relacionan la ansiedad con el rendimiento académico, cabe mencionar que las causas que conllevan al desarrollo de patologías psicológicas son multifactoriales y no solo se asocian factores académicos al desarrollo de estas. En una investigación realizada a estudiantes donde se utiliza la misma escala para evaluar los niveles de estrés, depresión y ansiedad, se concluyó que los factores asociados al desarrollo de estos trastornos son problemas económicos, dificultades familiares, apoyo social y falta de tiempo recreativo¹².

Otra de las limitaciones de este estudio, de acuerdo al diseño metodológico utilizado, es que las variables son observadas y analizadas en un semestre académico y al ser observadas por un mayor periodo, los resultados pueden diferir, es por esta razón que se sugiere ampliar esta investigación a más generaciones, niveles y contemplar el análisis estadístico por niveles y carreras.

CONCLUSIONES

De acuerdo a los resultados obtenidos en esta investigación, se puede decir que para el total de los participantes consultados de las carreras del departamento de salud cohorte 2019, existe mayor prevalencia de algún nivel de ansiedad (53.20%) seguido de estrés (47.80%) y finalmente algún trastorno asociado a la depresión (29.00%).

Se puede concluir que existe una asociación entre el rendimiento académico de los estudiantes con la variable ansiedad, pero no así con los trastornos de estrés y depresión.

El tema del presente estudio es de actualidad y ha sido abordado principalmente en estudiantes de la

carrera de medicina por gran número de investigadores, el aporte de esta investigación, es que estudia el problema en otras áreas de las ciencias de la salud. Se observaron diferencias entre carreras, nutrición y dietética presentó niveles más altos de depresión y ansiedad, kinesiología reportó la prevalencia de estrés más alto. Lo que desafía a realizar futuras investigaciones que permitan identificar las causas de estos resultados diferenciados por programas de estudios.

Los resultados obtenidos en este estudio, evidencian una problemática de relevancia actual del entorno universitario, lo que ha permitido visualizar una necesidad de intervención de salud mental. Se sugiere implementar la escala DASS-21 como tamizaje con el propósito de brindar un apoyo oportuno al estudiante que presente niveles de riesgo, y a nivel institucional permitirá reorientar las estrategias del centro de acompañamiento estudiantil.

Esta investigación constituye una primera aproximación sobre el estado de la salud mental de los estudiantes en la universidad. Se sugiere que para futuros estudios se amplíe a más generaciones, y se contemple un análisis por niveles y carreras, además se profundice en las causas académicas y socioafectivas que puedan afectar en algún nivel la salud mental de los alumnos. 🔍

CONTRIBUCIÓN INDIVIDUAL

- **STM:** Idea de investigación, diseño, adquisición de la información, análisis de los datos, planeación del artículo.
- **GVQ:** Diseño, adquisición de la información, planeación del artículo, revisión de contenido intelectual importante.
- **SMM:** Diseño, adquisición de la información, planeación del artículo, revisión de contenido intelectual importante.
- **JAV:** Diseño, adquisición de la información, planeación del artículo, revisión de contenido intelectual importante.
- **KWC:** Diseño, adquisición de la información, planeación del artículo, revisión de contenido intelectual importante.

AGRADECIMIENTOS

Las autoras agradecen a todos los estudiantes que participaron en el estudio. A Paulina Cea Cancino,

Psicóloga del Centro de Acompañamiento Integral (CAI) de la Universidad de Los Lagos, sede Osorno por su apoyo en la interpretación del instrumento utilizado en la investigación.

PRESENTACIONES PREVIAS

Ninguno.

FINANCIAMIENTO

Fondos para la investigación en Educación Programa de Formación Inicial Docente Ula 1758. Convenio Marco FID 2018.

CONFLICTO DE INTERESES

Las autoras declaran no tener conflicto de interés. 🔍

REFERENCIAS

1. Antúnez Z, Vinet E. Problemas de salud mental en estudiantes de una universidad regional chilena. *Rev Med Chile*. 2013;141(2):209-216.
2. Toro A, Gorguet M, Pérez Y, Ramos D. Estrés académico en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento escolar. *MEDISAN*. 2011;15(1):17-22.
3. Barraza R, Muñoz N, Alfaro M, Álvarez A, Araya V, Villagra J, et al. Ansiedad, depresión, estrés y organización de la personalidad en estudiantes novatos de medicina y enfermería. *Rev Chil Neuro-psiquiat*. 2015;53(4):251-260.
4. Jerez M, Oyarzo C. Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. *Rev Chil Neuro-psiquiat*. 2015;53(3):149-157.
5. Jiménez C, Murga M, Gil J, Téllez J, Trillo M. Hacia un modelo sociocultural explicativo del alto rendimiento y la alta capacidad: ámbito académico y capacidades personales. *Educ XX1*. 2010;13(1):125-153.
6. Ferragut M, Fierro A. Inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes. *Rev Latinoam Psicol*. 2012;44(3):95-104.
7. Universidad de Los Lagos. *Informes: Anuario Estadístico 2018*. [consultado 27 Feb 2019]. Disponible en: <http://dai.ulagos.cl/anuarios/2018-ANUARIO-INSTITUCIONAL-ULAGOS.pdf>.
8. Antúnez Z, Vinet E. Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS - 21): Validación de la Versión abreviada en Estudiantes Universitarios Chilenos. *Ter Psicol*. 2012;30(3):49-55.
9. Salgado M, Mo J, Monterrosa Á. Escala para estudiar percepción de estrés psicológico en el climaterio. *Rev cienc biomed*. 2013;4(2):318-326.
10. Tijerin L, González E, Gómez M, Cisneros M, Rodríguez K, Ramos E. Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de nuevo ingreso a la educación superior. *Respsyn*. 2018;17(4):41-47.
11. Barraza R, Muñoz N, Contreras A. Relación entre organización de personalidad y prevalencia de síntomas de depresión, ansiedad y estrés entre universitarios de carreras de la salud

- en la Región de Coquimbo, Chile. *Rev Colomb Psiquiatr.* 2017;46(4):193-262.
12. Arrieta K, Díaz S, Gonzales F. Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de odontología: prevalencia y factores relacionados. *Rev Colomb Psiquiatr.* 2013;42(2):173-181.
 13. Barraza R, Muñoz N, Behrens C. Relación entre inteligencia emocional y depresión- ansiedad y estrés. *Rev Chil Neuro-psiquiat.* 2017;55(1):18-25.
 14. Shamsuddin K, Fadzil F, Wan W, Azhar S, Omar K, Azimah N, et al. Correlatos de depresión, ansiedad y estrés entre estudiantes universitarios de Malasia. *Asian J Psychiatr.* 2013; 6(4):318-323.
 15. Arbués E, Martínez B, Granada J, Echániz E, Pellicer B, Juárez R, et al. Conducta alimentaria y su relación con el estrés, la ansiedad, la depresión y el insomnio en estudiantes universitarios. *Nutr Hosp.* 2019;36(6):1339-1345.
 16. Glaría R, Carmona L, Pérez C, Parra P. Burnout y engagement académico en fonología. *Inv Ed Med.* 2016;5(17):17-23.
 17. Oliván B, Boira S, López Y. Estrés y otros factores psicológicos asociados en estudiantes de fisioterapia. *Fisioterapia.* 2011;33(1):19-24.
 18. Martínez V. Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la Facultad de Educación. *Ensayos.* 2014;29(2):63-78.
 19. Castillo R, Ruiz A. Género y conductas ansiosas en estudiantes universitarios. *Divers Perspect Psicol.* 2019;15(1):37-49.
 20. Castillo C, Chacón T, Díaz G. Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Inv Ed Med.* 2016;5(20):230-237.
 21. Bermúdez S, Durán M, Escobar C, Morales A, Monroy S, Ramírez A, et al. Evaluación de la relación entre rendimiento académico y estrés en estudiantes de Medicina. *MedUNAB.* 2006;9(3):198-205.
 22. García A, Toro A, Cisneros E, Quertz O, Cascaret X. Algunas variables psicosociales asociadas al bajo rendimiento académico en estudiantes de primer año de medicina. *MEDISAN.* 2017;21(4):433-439.
 23. Ávila J, Hoyos S, Gonzáles D, Cabrales A. Relación entre ansiedad ante los exámenes, tipos de pruebas y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Rev Psicogente.* 2011;14(26):255-268.