



# DETECCIÓN TEMPRANA DE PROBLEMAS DE SALUD MENTAL EN UNIVERSITARIOS

EARLY DETECTION OF MENTAL HEALTH PROBLEMS IN UNIVERSITY STUDENTS

Allyson Espinoza García <sup>1a</sup>

## Sr. Editor:

Debido a la transmisión comunitaria y el incremento de casos durante la pandemia por la COVID-19, se tuvieron que adoptar medidas preventivas que incluyen el aislamiento social y cuarentena, lo que ha traído efectos en la salud mental de las personas. Es así como la restricción de libre movilización, la discontinuidad de rutinas, la disminución de la interacción social, la falta de métodos de aprendizaje tradicionales, así como las nuevas exigencias académicas, tecnológicas y psicológicas han generado un aumento de tensión, estrés y ansiedad en los jóvenes.

El estrés es un estado en el que la persona sufre varios desordenes emocionales y conductuales, que son producidos por una mala adaptación al entorno social, que pueden complicarse con los estados de tensión continuos, en las cuales el organismo responde con una serie de trastornos fisiológicos y psicológicos<sup>(1)</sup>. La vida universitaria, representa una etapa en donde gran parte de los estudiantes son adolescentes o adultos jóvenes, con nuevas responsabilidades sociales y mayores presiones psicosociales, lo que puede suponer una mayor vulnerabilidad frente a trastornos psicosociales<sup>(2)</sup>. Asimismo, los universitarios no solo se enfrentan al estrés provocado por la cuarentena y educación virtual, sino que también deben adaptarse al cambio de su lugar habitual de convivencia, por lo que ajustarse al nuevo contexto dependerá de con quién convivan y el grado de cercanía emocional con sus padres, amigos, hijos, pareja o personas a su cargo<sup>(3)</sup>.

Ello implica que el estudiante tenga que adecuarse a otras normas que no le permiten decidir libremente aspectos de la vida cotidiana<sup>(3)</sup>. Es así que los trastornos psicopatológicos más comunes, junto al estrés, son la ansiedad y la depresión, acompañados de miedos, angustias y dudas, lo que provoca que los niveles de ansiedad y depresión suelen ser altos, constantes y persistentes en el tiempo<sup>(4)</sup>.

Los universitarios, actualmente, están luchando contra varios síntomas de estrés psicológico severo y el mayor temor a la inestabilidad académica después de un devastador brote de la COVID-19<sup>(5)</sup>. Se identificó que estos manifiestan condiciones emocionales transitorias ante diversas situaciones académicas, entre las que se identificaron: Inicio de prácticas preprofesionales, presentación de trabajos, exposiciones y elaboración de la tesis<sup>(6)</sup>. Incluso, en un estudio peruano, se encontró que los estudiantes se caracterizaban por presentar altos niveles de estrés académico, debido a que existían ciertos factores estresores que generaban sintomatologías físicas, psicológicas y comportamentales, y dado que poseían limitadas estrategias de afrontamiento<sup>(7)</sup>.

<sup>1</sup> Facultad de Medicina Humana. Universidad Ricardo Palma. Lima-Perú.

<sup>a</sup> Estudiante de Medicina Humana.

Citar como: Espinoza García A. Detección Temprana de problemas de salud mental en universitarios. Rev Fac Med Hum. 2024;24(1):213-214. doi 10.25176/RFMH.v24i1.6080

Journal home page: <http://revistas.urp.edu.pe/index.php/RFMH>

Artículo publicado por la Revista de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Ricardo Palma. Es un artículo de acceso abierto, distribuido bajo los términos de la Licencia Creative Commons: Creative Commons Attribution 4.0 International, CC BY 4.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>), que permite el uso no comercial, distribución y reproducción en cualquier medio, siempre que la obra original sea debidamente citada. Para uso comercial, por favor póngase en contacto con [revista.medicina@urp.pe](mailto:revista.medicina@urp.pe)





Con todas estos determinantes, las afectaciones en la salud mental de los universitarios generan mayor estrés, ansiedad, alteraciones del sueño, ira, depresión y desilusión, que puede ir de niveles moderados a severos<sup>(8)</sup> y, sobre todo, pueden afectar el desempeño durante las clases presenciales, lo que disminuye el rendimiento académico estudiantil, por la cual se

recomienda que las entidades académicas puedan habilitar un programa de salud mental para los estudiantes, de manera que se puedan identificar, tempranamente, signos y síntomas de salud mental para lograr pronta recuperación y reinserción en el ámbito académico.

**Contribuciones de autoría:** El autor participó en la conceptualización, investigación, revisión y redacción del borrador original.

**Conflictos de intereses:** El autor declara no tener conflicto de interés.

**Financiamiento:** Autofinanciado.

**Recibido:** 02 de Diciembre, 2023.

**Aprobado:** 27 de Marzo, 2024.

**Correspondencia:** Allyson Espinoza García.

**Dirección:** Jirón José Chamot Biggs. Mz. A, Lote 11, piso 3. Urb. Los Jazmines de San Roque. Santiago de Surco. Lima-Perú.

**Celular:** (+51) 966610013

**Correo electrónico:** [allyspinoza.ae@gmail.com](mailto:allyspinoza.ae@gmail.com)

## REFERENCIAS

- Rodríguez-De los Ríos L, Carbajal-Llanos Y, Narvaez-Aranibar T, Gutiérrez-Vásquez R. Impacto emocional por COVID-19 en estudiantes universitarios. Un estudio comparativo. EDUCA UMCH. [Internet]. 30 de noviembre de 2020 [citado 28 de enero de 2024];16(03-16). Disponible en: <https://revistas.umch.edu.pe/index.php/EducaUMCH/article/view/153>
- Vivanco-Vidal A, Saroli-Aranibar D, Caycho-Rodríguez T, Carbajal-León C, Noé-Grijalva M. Ansiedad por COVID-19 y salud mental en estudiantes universitarios. Rev Investig Psicol. [Internet]. 2020 [citado 28 de enero de 2024];23(2):197-215. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/58290>
- Espinosa-Ferro Y, Mesa-Trujillo D, Díaz-Castro Y, Caraballo-García L, Mesa-Landín M. Estudio del impacto psicológico de la COVID-19 en estudiantes de Ciencias Médicas, Los Palacios. Revista Cubana de Salud Pública. [Internet]. 5 de febrero de 2021 [citado 28 de enero de 2024];46(1). Disponible en: <https://www.scielosp.org/article/rcsp/2020.v46suppl1/e2659/es/>
- Pérez-Abreu M, Gómez-Tejeda J, Tamayo-Velázquez O, Iparraguirre-Tamayo A, Besteiro Arjona E. Alteraciones psicológicas en estudiantes de medicina durante la pesquisa activa de la COVID-19. MEDISAN. [Internet]. agosto de 2020 [citado 28 de enero de 2024];24(4):537-48. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1029-30192020000400537&lng=es&nrm=iso&tlng=es2020;24\(4\)](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1029-30192020000400537&lng=es&nrm=iso&tlng=es2020;24(4))
- Vásquez-Muñoz A, Morales-Huamán Humberto, Silva-Siesquén J. Influencia de la salud mental en el rendimiento académico de universitarios por COVID-19. Rev. Hacedor. 2021; 5(2):119-129.
- Cucho-Hidalgo Y, Luján Johnson G. Gestión operativa del servicio de salud mental para el desarrollo del bienestar psicológico en universitarios pospandemia. Ciencia Latina. [Internet]. 23 de enero de 2023 [citado 28 de enero de 2024];7(1):1284-301. Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/4481>
- Estrada-Araoz E, Mamani-Roque M, Gallegos-Ramos N, Mamani-Uchasara H, Zuloaga-Araoz M. Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. AVFT. [Internet]. 2021 [citado 28 de enero de 2024];40(1). Disponible en: [http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev\\_aavft/article/view/22351](http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/22351)
- Araque-Castellanos F, González-Gutiérrez O, López-Jaimes RJ, Nuván-Hurtado I-L, Medina-Ortiz O. Bienestar psicológico y características sociodemográficas en estudiantes universitarios durante la cuarentena por SARS-CoV-2 (COVID-19). AVFT. [Internet]. 2020 [citado 28 de enero de 2024]; Disponible en: <https://bonga.unisimon.edu.co/handle/20.500.12442/8927>

