



**Universidad Tecnológica ECOTEC**

**Facultad de Marketing y Comunicación**

**Título del trabajo:**

Estudio sobre depresión en los estudiantes de la universidad ECOTEC de la carrera de Psicología, año 2023.

**Línea de investigación:**

Psicología, Bienestar y Salud

**Modalidad de Titulación:**

Examen Complexivo

**Título a obtener:**

Psicología, Itinerario Organizacional

**Autor (a):**

Diana Carolina Ramírez Avilés

**Tutor:**

Mgtr. Daniel Alfonso Oleas Rodríguez

**Guayaquil-Ecuador**

**2023**

# CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TUTOR METODOLÓGICO Y CIENTÍFICO



ANEXO N° 7.1

## UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TUTOR METODOLÓGICO Y CIENTÍFICO PARA LA PRESENTACIÓN DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Samborombón, 8 de diciembre de 2023

Magister  
Verónica Baquerizo Álava  
Decano(a) de la Facultad  
Facultad de Marketing y Comunicación,  
Universidad Tecnológica ECOTEC

De mis consideraciones:

Por medio de la presente comunico a usted que el trabajo de integración curricular TITULADO: Estudio sobre depresión en los estudiantes de la universidad ECOTEC de la carrera de Psicología, año 2023 según su modalidad EXAMEN COMPLEXIVO; fue revisado, siendo su contenido original en su totalidad, así como el cumplimiento de los requerimientos establecidos en la guía para su elaboración, Por lo que se autoriza al estudiante: **Ramirez Avilés Diana Carolina** para que proceda con la presentación oral del mismo.

**ATENTAMENTE,**

Firma 1  
Mgtr Daniel Oleas R  
Tutor(a) metodológico

Firma 2  
Mgtr Daniel Oleas R  
Tutor(a) de la ciencia

# CERTIFICADO DEL PORCENTAJE DE COINCIDENCIAS



## UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR CERTIFICADO DEL PORCENTAJE DE COINCIDENCIAS DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Habiendo sido revisado el trabajo de integración curricular TITULADO: Estudio sobre depresión en los estudiantes de la universidad ECOTEC de la carrera de Psicología, año 2023. Según su modalidad EXAMEN COMPLEXIVO elaborado por DIANA CAROLINA RAMIREZ AVILES fue remitido al sistema de coincidencias en todo su contenido el mismo que presentó un porcentaje de coincidencias del 4 % mismo que cumple con el valor aceptado para su presentación que es inferior o igual al 10% sobre el total de hojas del Trabajo de Integración curricular. Se puede verificar el informe en el siguiente link: <https://app.compile.io/v5/report/ec6cb6730c4ea877e082e0a0f8707a5eb22a8e25/s/summary>



ATENTAMENTE,

Firma 1  
Mgtr Daniel Oleas R.  
Tutor(a) metodológico

Firma 2  
Mgtr Daniel Oleas R.  
Tutor(a) de la ciencia

## Índice

INDICE DE FIGURA.....	6
INDICE DE TABLA.....	7
Resumen.....	8
Abstract .....	9
<b>Introducción .....</b>	<b>1</b>
Preguntas Científicas.....	5
Objetivos .....	5
Objetivo general.....	5
Objetivos específicos .....	5
<b>Primera parte: Revisión de la Literatura .....</b>	<b>8</b>
Primera Variable: Depresión.....	8
Definición de depresión .....	8
Causas de la Depresión .....	10
Teorías conductuales de la depresión .....	12
La teoría cognitiva de Beck.....	13
Trastorno depresivo. ....	14
Segunda Variable: Factores Sociales-Personales y Académicos.....	17
Estado de animo .....	17
Causas del bajo estado de ánimo .....	18
Impacto del bajo estado de ánimo en el rendimiento académico.....	19
Escalas de medición .....	21
<b>Segunda Parte: Método de la investigación .....</b>	<b>22</b>
Enfoque de la investigación.....	22
Alcance de la investigación.....	22
Diseño de la investigación .....	22

Periodo y lugar donde se desarrolla la investigación .....	22
Universo y muestra .....	23
Participantes .....	23
Muestreo .....	23
Consideraciones Éticas .....	24
Definición y comportamiento de variables .....	24
Instrumentos .....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
Análisis de los datos .....	27
<b>Tercera Parte: Análisis de resultados .....</b>	<b>29</b>
Resultados de Encuestas .....	29
Discusión.....	32
Conclusiones .....	35
Recomendaciones .....	37
<b>Bibliografía .....</b>	<b>39</b>
<b>Anexos .....</b>	<b>46</b>

## INDICE DE FIGURA

<b>Figura 1.</b> Tipos de depresión.....	9
<b>Figura 2.</b> Tríada cognitiva de Beck.....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
<b>Figura 3.</b> Depresión Unipolar.....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>

## INDICE DE TABLA

<b>Tabla 1.</b> Justificación del estudio. ....	6
<b>Tabla 2.</b> Causas de la depresión. ....	11
<b>Tabla 3.</b> Operacionalización de variables. ....	24
<b>Tabla 4.</b> Escala de Depresión de Calgary (CDS) y sus factores. ....	26
<b>Tabla 5.</b> Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) ....	27
<b>Tabla 6.</b> Análisis descriptivo .....	29
<b>Tabla 7.</b> Estadísticas de fiabilidad – CSI – Calgary .....	30
<b>Tabla 8.</b> Correlación entre CSI y depresión .....	31

## Resumen

La investigación surge de la creciente preocupación por la salud mental de los estudiantes universitarios, especialmente en el contexto de la carrera de Psicología. Este grupo específico, a pesar de estar inmerso en el estudio de la mente humana, no está exento de los desafíos emocionales y psicológicos que caracterizan a la población estudiantil en general, por lo cual la investigación se propone llenar este vacío, explorando factores sociodemográficos, económicos y académicos que puedan influir en la prevalencia y manifestaciones de la depresión. Utilizando una metodología cuantitativa con diseño explicativo y un muestreo no probabilístico basados en los instrumentos como el Inventario de Estrategia de afrontamiento (CSI) y Escala de Calgary, se recopilaron datos de 129 participantes a través de encuestas. Los resultados resaltan una conexión significativa se observan niveles notables en pensamiento desiderativo (-0,60), apoyo social (-0,75), reestructuración cognitiva (-0,68), expresión emocional (-0,62) y evitación de problemas (-0,78), mientras que la autocrítica es moderada (-0,71) y la retirada social y resolución de problemas son menores (-0,51). Se encuentran conexiones significativas entre diversas estrategias, indicando una relación inversa altamente significativa ( $p$ -valor $<0.01$ ) entre los factores analizados y la presencia de niveles elevados de depresión en la población estudiantil. Concluyendo que la investigación ofrece una visión completa de la vida estudiantil, destacando la importancia de diseñar intervenciones y políticas institucionales para mejorar la salud mental de esta población en el futuro.

**Palabras Claves:** Estrategias de afrontamiento, depresión, estudiantes universitarios.

## Abstract

The research arises from the growing concern for the mental health of university students, especially in the context of the Psychology career. This specific group, despite being immersed in the study of the human mind, is not exempt from the emotional and psychological challenges that characterize the general student population, so the research aims to fill this gap, exploring sociodemographic, economic and academic factors that may influence the prevalence and manifestations of depression. Using a quantitative methodology with cross-sectional descriptive design and non-probabilistic sampling based on instruments such as the Coping Strategy Inventory (CSI) and Calgary Scale, data were collected from 129 participants through surveys. The results highlight a significant connection between the following strategies: desiderative thinking (-0.60), social support (-0.75), cognitive restructuring (-0.68), emotional expression (-0.62) and problem avoidance (-0.78), while self-criticism is moderate (-0.71) and social withdrawal and problem solving are lower (-0.51). Significant connections are found between various strategies, indicating a highly significant inverse relationship ( $p\text{-value} < 0.01$ ) between the factors analyzed and the presence of elevated levels of depression in the student population. Concluding that the research provides a comprehensive view of student life, highlighting the importance of designing institutional interventions and policies to improve the mental health of this population in the future.

**Key words:** Coping strategies, depression, university students.

## Introducción

Este estudio examina la relación entre la formación académica en psicología, la salud mental y la vida universitaria, proponiendo un análisis completo que pueda revelar la complejidad de la depresión en estudiantes avanzados de la carrera de esta forma se comprenden las dinámicas subyacentes y ayudar en la creación de estrategias preventivas y de apoyo más contextualizadas e informadas.

Los profesionales de la salud y los investigadores están prestando más atención a la salud mental de los estudiantes universitarios en los últimos tiempos. Esto se debe a que puede afectar significativamente su bienestar social y su rendimiento académico. La salud mental de los estudiantes puede verse afectada por la transición a la vida universitaria porque deben lidiar con desafíos académicos, aprender nuevas cosas y adaptarse a nuevas habilidades. (Valencia & Chaves, 2019)

En este escenario, es crucial abordar y comprender cómo los elementos académicos y sociales pueden afectar la salud mental de los estudiantes universitarios. Esto permitirá crear métodos útiles para fomentar un entorno universitario saludable y apoyar el bienestar emocional de los estudiantes durante su tiempo en la universidad.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) informó que hasta el año 2020 había un alto número de problemas de salud mental en todo el mundo, que se han agravado por la pandemia. Las depresiones leves, los trastornos de ansiedad, los problemas de duelo y los trastornos sociales son los más comunes. (Howard, 2020). Estos problemas afectan principalmente a grupos específicos de personas, como el personal de salud, los adultos mayores y los niños.

Es crucial destacar que, además de estos grupos en riesgo, la juventud es una población vulnerable en términos demográficos. Debido a su inmadurez psicológica e inestabilidad emocional, este grupo enfrenta desafíos particulares que aumentan la probabilidad de tener efectos negativos en su bienestar mental. (Zhong, Liu, & Liu, 2020)

El tema de la depresión en estudiantes en Ecuador es muy preocupante y complicado porque hay muchos factores que contribuyen a su desarrollo. El entorno en el que crecen estos jóvenes es muy importante para su salud mental. Algunos de los factores que pueden influir en la aparición de la depresión en esta población incluyen la familia, la sociedad, la pandemia y el entorno escolar. (OMS, 2022)

En el contexto contemporáneo, la salud mental de los estudiantes universitarios ha emergido como un área de creciente preocupación y atención en la comunidad académica y profesional. La transición a la vida universitaria implica una serie de desafíos, y entre estos desafíos, la depresión se ha destacado como una problemática significativa.

Es crucial abordar la depresión en los estudiantes de manera integral, teniendo en cuenta tanto los factores internos como externos. Para ayudar a estos jóvenes a superar la depresión y mejorar su bienestar emocional, es importante brindarles un entorno de apoyo emocional, acceso a servicios de salud mental y promoción de estrategias de afrontamiento saludables. (Gavilanes, Ramos, & Montecé, 2023)

La depresión es un trastorno mental grave que causa una tristeza constante y una pérdida de interés en las actividades diarias. Este problema tiene un impacto significativo en la forma en que los estudiantes universitarios piensan, sienten y se comportan, lo que puede tener consecuencias emocionales, funcionales y físicas importantes, Mayo Clinic (2022) respalda esta perspectiva.

Es fundamental entender que la depresión no es una simple debilidad ni se puede superar con fuerza de voluntad; en cambio, requiere un tratamiento a largo plazo, que incluye terapia psicológica y, en ocasiones, medicamentos. La mayoría de los estudiantes universitarios pueden encontrar alivio y mejorar su salud mental con la ayuda adecuada.

Es importante tener en cuenta que una variedad de factores puede provocar la depresión en los jóvenes, incluyendo problemas familiares, la división del grupo familiar, la pérdida de seres queridos, el acoso escolar, el abandono de la escuela y el uso problemático de sustancias. Los estudiantes universitarios experimentan depresión cuando no están motivados y, con frecuencia, optan

por abstenerse de actividades que solían hacer. (López, Aristizábal, & Jaramillo, 2019)

En otras palabras, este trastorno emocional impacta en las actividades básicas de la vida diaria de los estudiantes. Afortunadamente, con el tratamiento adecuado, la mitad de los universitarios que experimentan depresión pueden experimentar mejoras significativas en su estado de ánimo y bienestar. (Bupaslud, 2020)

La pandemia causó un aumento significativo en los síntomas de depresión y ansiedad entre adolescentes y jóvenes, según una investigación de la Universidad Andina de 2022. El 65% de los participantes del estudio tenía síntomas de depresión severos o moderados, mientras que el 61% tenía síntomas de ansiedad similares. (Universidad Andina Simón Bolívar, 2022)

Este estudio se enfoca en estudiantes de psicología avanzados, un grupo que, a pesar de estar enfocado en el estudio de la mente humana, también enfrenta los problemas emocionales y psicológicos comunes a los estudiantes. A pesar de que se ha investigado la salud mental de los estudiantes universitarios en una variedad de campos, no hay muchos estudios específicos que investiguen la relación entre la formación en psicología y la experiencia de la depresión en este ámbito.

La OMS define la salud mental como un estado de bienestar en el que una persona es consciente de sus propias habilidades, puede manejar las tensiones normales de la vida, trabaja de manera productiva y contribuye a su comunidad. Según el informe de la OMS "La salud mental en el mundo", aproximadamente 450 millones de personas en todo el mundo padecían trastornos mentales, neurológicos o problemas psicosociales, incluidos los relacionados con el abuso de alcohol y otras sustancias psicoactivas en 2019. (OMS, 2022)

El presente estudio examina la relación entre la depresión en estudiantes de psicología de la universidad ECOTEC. Se centra en evaluar los métodos para abordar este problema, ya que las exigencias académicas de la universidad pueden afectar la salud mental de los estudiantes. En este grupo, se investigaron factores como la carga académica, los estilos de estudio, la

competencia entre compañeros, el cumplimiento de tareas y los cambios en los hábitos como posibles desencadenantes de la depresión.

Con este contexto el presente estudio busca dar respuesta a la interrogante ¿Cuál es la prevalencia de niveles de depresión elevados en los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad ECOTE?

Al examinar de manera detallada la prevalencia de la depresión en los estudiantes de psicología, identificar los posibles desencadenantes y evaluar su percepción de los recursos de apoyo disponibles en la institución, este trabajo busca llenar este vacío de conocimiento. La comprensión profunda de estos elementos no solo mejorará la literatura universitaria sobre salud mental, sino que también permitirá la creación de intervenciones más precisas y efectivas.

Los estudiantes universitarios suelen fijarse metas ambiciosas en cuanto a sus calificaciones para sentirse satisfechos con su desempeño académico. No obstante, alcanzar estas metas puede aumentar el riesgo de desarrollar problemas de salud mental, como la depresión. Diversos autores han señalado que las dificultades de salud mental entre los estudiantes universitarios son motivo de preocupación en todo el mundo. (Vinaccia & Ortega, 2020)

Es cierto que esta comunidad estudiantil se encuentra expuesta a varios factores de riesgo, que van más allá de las situaciones académicas, como el bajo rendimiento y la sobrecarga laboral. También se ven afectados por factores determinantes, como la edad, problemas en la cohesión familiar, la calidad del sueño, una dieta deficiente o un estado físico precario. Todos estos elementos pueden contribuir a la vulnerabilidad de los estudiantes a problemas de salud mental, como la depresión.

Los datos proporcionados por la OMS son realmente preocupantes. La depresión es una enfermedad mental que afecta a un gran número de personas en todo el mundo y tiene un impacto significativo en la salud y el bienestar. Es importante destacar que no se trata simplemente de sentirse triste por un corto período de tiempo debido a problemas cotidianos, sino de una afección más grave y duradera que puede tener graves consecuencias, incluido el riesgo de suicidio. Por lo tanto, es crucial abordar y concienciar

sobre la depresión y garantizar que las personas que la padecen reciban el apoyo y el tratamiento adecuados. (OMS, 2023)

### **Preguntas Científicas**

¿Qué factores provocan depresión en los estudiantes de la Carrera Psicología de la Universidad ECOTE?

¿Cómo es el estado de ánimo en los estudiantes de la Carrera Psicología de la Universidad ECOTE?

¿Qué estrategias de afrontamiento reducirían los niveles de depresión en los estudiantes de la Carrera Psicología de la Universidad ECOTE?

### **Objetivos**

#### **Objetivo general**

Analizar la presencia de niveles elevados de depresión en los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad ECOTEC en el 2023.

#### **Objetivos específicos**

- Describir las características sociodemográficas de la población en estudio en relación a la depresión.
- Identificar los factores sociales, económicos y antecedentes familiares que inciden en los niveles de depresión de los estudiantes de la Carrera de Psicología de la Universidad ECOTEC.
- Reconocer por medio de los resultados obtenidos los niveles de depresión de los estudiantes de la carrera de psicología

Es importante reconocer que la depresión es un trastorno mental significativo que afecta a una amplia población, y los estudiantes universitarios, debido a las presiones académicas y sociales, son un grupo especialmente vulnerable. La Universidad ECOTEC y otras instituciones de educación superior deben abordar este problema de manera seria y comprometida, brindando apoyo y recursos para la salud mental de sus estudiantes. La concienciación y la atención a la salud mental son fundamentales para garantizar que los jóvenes puedan sobrellevar las demandas universitarias y mantener un bienestar emocional adecuado.

La investigación de la depresión en jóvenes, especialmente aquellos que cursan estudios universitarios, es esencial debido al creciente número de casos y a las graves consecuencias que puede tener en sus vidas. Datos de la OMS indican que un alto porcentaje de estudiantes universitarios experimentan síntomas depresivos que afectan su desempeño académico, relaciones sociales y su bienestar general. La prevención y el tratamiento temprano son fundamentales para abordar este problema y garantizar que los jóvenes puedan disfrutar de una experiencia universitaria saludable y productiva.

El enfoque metodológico de esta investigación es sólido, ya que se utilizarán herramientas confiables y validadas.. Esto proporcionará datos precisos para evaluar los niveles de depresión en la población estudiantil y ayudará a comprender mejor la prevalencia de esta afección en este grupo específico. (Beltrán, Freyre, & Hernández, 2012)

Los beneficiarios directos de esta investigación son los estudiantes de la carrera de psicología en diferentes semestres, así como los adultos en su entorno escolar y familiar. Los resultados obtenidos en este estudio permitirán identificar la incidencia de la depresión y los principales factores asociados en esta población. La investigación se basa en las teorías de Beck, lo que proporcionará una comprensión más profunda de este trastorno en el contexto de la psicología y su entorno.

El presente estudio se justifica en múltiples niveles como se aprecia en la tabla 1.

**Tabla 1.**

*Justificación del estudio.*

<b>Aspecto</b>	<b>Descripción</b>
Relevancia Social	La depresión afecta el rendimiento académico y la calidad de vida de los estudiantes universitarios. Comprender la prevalencia y los factores asociados es crucial para la prevención y el apoyo.
Contribución a la Comunidad	El estudio se centra en estudiantes de Psicología, futuros profesionales de la salud mental, para mejorar su formación y capacidad de ayudar a otros.

Base Empírica	Escasez de investigaciones sobre depresión en estudiantes de Psicología en la Universidad ECOTEC. Este estudio aporta datos empíricos para llenar esta brecha.
Apoyo Institucional	Los resultados pueden ayudar a la Universidad ECOTEC a desarrollar políticas y programas de apoyo a la salud mental de los estudiantes, promoviendo un ambiente universitario más saludable y productivo.
Aportación a la Investigación	Los hallazgos enriquecen el conocimiento sobre la depresión en estudiantes universitarios, contribuyendo a la literatura científica en psicología y salud mental.

---

Fuente: Elaboración propia.

En consecuencia, la adquisición y presentación de estos datos tiene el potencial de contribuir la formulación de estadísticas en los departamentos académicos, lo cual representa una contribución práctica y relevante, la información obtenida podría ser fundamental para implementar intervenciones o medidas preventivas oportunas en la comunidad universitaria.

## **Primera parte: Revisión de la Literatura**

### **Primera Variable: Depresión**

#### **Definición de depresión**

La depresión es un trastorno que impacta la salud mental y puede repetirse en el tiempo. Se caracteriza por una persistente sensación de tristeza, la pérdida de interés en actividades cotidianas y la incapacidad para llevar a cabo las tareas diarias durante un período mínimo de dos semanas. Sus causas pueden ser diversas y suelen incluir factores biológicos, psicológicos y sociales. (Vázquez, 2017)

Los síntomas típicos de la depresión abarcan la pérdida de energía, cambios en el apetito, alteraciones en el patrón de sueño (ya sea dormir en exceso o tener insomnio), ansiedad, dificultades en la concentración, indecisión, inquietud, sentimientos de inutilidad, culpa o desesperanza, y pensamientos relacionados con autolesiones o suicidio. Este trastorno puede afectar a individuos de todas las edades, incluyendo a niños y adolescentes. Además, existen factores de riesgo que pueden aumentar la probabilidad de desarrollar depresión, como el desempleo, el aislamiento social, la falta de apoyo familiar, el bajo rendimiento académico y los conflictos en el entorno laboral. (OPS, 2021)

Para Úsuga y Vargas (2017), la depresión se origina en pensamientos negativos sobre uno mismo, el mundo y el futuro, distorsionando la percepción y generando una visión pesimista. No está claro si estos pensamientos causan o resultan de la depresión. Los síntomas varían en intensidad y duración, afectando áreas como estado de ánimo, motivación, comportamiento, pensamiento, salud física y relaciones interpersonales.

Según un artículo publicado en la revista médica de Chile, señala que la depresión es una enfermedad que tiende a reaparecer, a menudo se vuelve crónica y necesita un tratamiento a largo plazo. Además, indica que la depresión es un fenómeno complejo que puede ser examinado desde varias perspectivas, desde factores genéticos hasta comportamentales, lo que incluye aspectos de la personalidad y la influencia del entorno sociocultural. (Botto, Acuña, & Jiménez, 2017)

Según Valdés (2023), examinando la salud mental de 1,350 universitarios en Coahuila, encontró una correlación significativa (-0.581,  $p < .001$ ) entre gaudibilidad y síntomas depresivos. Se destacaron las diferencias de género, con creencias irracionales que afectaban a las mujeres y el interés y concentración en los hombres. Las conclusiones destacan la gaudibilidad como un factor protector contra la depresión y destacan su importancia para la salud mental de los estudiantes.

La depresión se categoriza en tres niveles según la intensidad de los síntomas: leve, moderada y grave. Estos niveles están relacionados con el impacto que tienen en la vida diaria y la capacidad para realizar actividades cotidianas, tal como se muestra en la Figura 1.

**Figura 1.** Tipos de depresión



Fuente: Adaptado de <https://blogs.ugto.mx/rea/clase-digital-2-depresion-suicidio-y-violencia/>

El artículo de la American Psychological Association define la depresión como un trastorno del estado de ánimo que se caracteriza por la persistencia de sentimientos de tristeza, desesperanza y la pérdida de interés o disfrute en actividades que antes se consideraban placenteras. Además, señala que la depresión es altamente tratable y se manifiesta como una profunda tristeza o desesperación que dura más que unos pocos días y afecta las actividades

cotidianas, pudiendo incluso causar síntomas físicos. (Mufson; Bufka; Wright, 2023)

Mientras que Londoño et al. (2022), por otro lado, investigaron la prevalencia de depresión y ansiedad en 878 estudiantes universitarios en Colombia entre 2017 y 2019. Se descubrió que el 26,8 por ciento tenía síntomas depresivos, el 23 por ciento tenía angustia y el 8,3 por ciento tenía agorafobia. Los estresores fueron identificados como factores de riesgo importantes para la depresión, la angustia y la agorafobia, destacando la importancia de las cargas de estrés, tanto vitales como interpersonales, como factores importantes en la manifestación de síntomas en este grupo de estudiantes.

La depresión en estudiantes está en aumento, y esto se debe a una serie de factores relacionados con su etapa de vida. Los jóvenes universitarios enfrentan obligaciones académicas, un ritmo de estudio intenso, horarios demandantes, presiones de los profesores, competencia con sus compañeros y cambios en su rutina, como la alimentación y el sueño. Estos elementos pueden afectar su salud mental al ingresar a la universidad y contribuir a situaciones de éxito o fracaso, dependiendo de cómo enfrenten las dificultades en su proceso de aprendizaje.

### **Causas de la Depresión**

Según varios estudios, hay una variedad de factores que contribuyen a la depresión en los estudiantes universitarios. Un factor importante es adaptarse al nuevo entorno académico, que implica aislamiento social, cambios en los hábitos de estudio y demandas intensas. Al tomar decisiones que van en contra de sus principios éticos, también surgen conflictos éticos. Otras posibles contribuciones a la depresión en este grupo incluyen la exposición a temas de muerte, sufrimiento humano y abuso escolar. (Mayo Clinic, 2022)

Los trastornos depresivos se agrupan en diferentes categorías según manuales de diagnóstico como el DSM IV (2015), DSM-V (2014) y el CIE 10 (1995). Estos trastornos incluyen síntomas como la persistente tristeza, ansiedad o sensación de vacío, desesperanza, culpa, irritabilidad, inquietud, inutilidad y pérdida de interés en actividades antes placenteras, entre otros. Los afectados pueden experimentar fatiga, dificultad para concentrarse, problemas de sueño y

apetito, pensamientos suicidas, dolores físicos y malestares persistentes, a pesar de recibir tratamiento.

Un artículo publicado en la revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores afirma que la depresión tiene un impacto en muchos estudiantes universitarios y está relacionada con un bajo rendimiento académico. La fuente sugiere que los factores situacionales, como una carga laboral excesiva y un bajo rendimiento académico, así como factores sociodemográficos, como edad, sexo, año de estudios y tipo de actividad laboral, pueden ser causas de depresión en estudiantes universitarios. (Cuamba & Zazueta, 2021)

Otro artículo publicado en la revista científica de la Universidad de Ciencias Médicas de La Habana sugiere que la depresión en estudiantes universitarios también puede estar relacionada con factores como la calidad del sueño, el estado físico y la alimentación. (Vargas, 2021)

## **Tabla 2.**

### *Causas de la depresión.*

<b>Causa</b>	<b>Descripción</b>
Factores Genéticos	La depresión resulta de una interacción compleja entre la carga genética heredada del paciente y el entorno. Los factores genéticos contribuyen a la vulnerabilidad constitucional para desarrollar un trastorno del estado de ánimo, interactuando con el estrés ambiental y los eventos vitales (Lizondo, 2015).
Factores Biológicos	Los estudiantes con uno o ambos padres deprimidos tienen un mayor riesgo de desarrollar un trastorno depresivo. Los desequilibrios en neurotransmisores cerebrales, especialmente la serotonina y la adrenalina, pueden estar relacionados con el funcionamiento anormal del hipotálamo y las alteraciones hormonales (Lizondo, 2015).
Factores	Los factores socioculturales incluyen eventos

Socioculturales	familiares como la depresión en los padres, conflictos, divorcio y la muerte temprana de un progenitor. Estos eventos generan estrés y pueden desencadenar trastornos afectivos debido a la pérdida de vínculos emocionales (Lizondo, 2015).
Factores Psicológicos	Los factores psicológicos se derivan de conflictos o trastornos que comienzan en la infancia, como el sonambulismo, terrores nocturnos, fobias y timidez. Si no se tratan adecuadamente, estos problemas pueden evolucionar hacia trastornos de personalidad y conducta, manifestándose con sentimientos de inutilidad, culpa, tristeza, indefensión y desesperanza, junto con otros síntomas (Lizondo, 2015).

---

Fuente: Elaboración propia.

Bajo este contexto, el inicio de la universidad puede aumentar la depresión de los estudiantes debido a los nuevos desafíos y estresores. Los síntomas depresivos pueden agravarse por factores como estresores sociales, problemas económicos, bajo rendimiento académico y la adaptación de la vida familiar al entorno universitario. Sin embargo, las demandas académicas suelen afectar significativamente el desequilibrio emocional.

### **Teorías conductuales de la depresión**

Enfoques conductuales para tratar la depresión se destacan por su enfoque en la aplicación de métodos científicos en lugar de basarse en una teoría específica o conjunto de técnicas predefinidas (Eells, 1999). Los enfoques conductuales para el tratamiento de la depresión se basan en la evidencia empírica de la psicología experimental, centrándose en los factores actuales que influyen en la conducta en lugar de enfocarse en la historia de aprendizaje. La depresión unipolar se ve principalmente como un patrón aprendido de interacciones negativas entre la persona y su entorno, según el modelo conductual. El pensamiento, la conducta y las emociones pueden influir y verse afectados por estas interacciones, que se consideran relaciones

bidireccionales. Se utilizan estrategias conductuales para cambiar patrones de comportamiento, cognición y emoción considerados poco adaptativos. (Antonuccio, Danton, & DeNelsky, 2023)

### **La teoría cognitiva de Beck**

Es cierto que, en la actualidad, la mayoría de las investigaciones sobre la depresión se fundamentan en la teoría cognitiva desarrollada por Beck et al. (1979). Según la teoría, la depresión es principalmente el resultado de una interpretación errónea de los eventos y las circunstancias. Esta perspectiva sostiene que los pensamientos negativos automáticos y las creencias ineficaces sobre uno mismo, el mundo y el futuro son esenciales para el desarrollo y el mantenimiento de la depresión. Como se muestra en la Figura 2, enfoques terapéuticos como la Terapia Cognitiva buscan identificar y modificar estas cogniciones negativas, basándose en la Tríada Cognitiva de Beck.

**Figura 2.** Tríada cognitiva de Beck



Fuente: Adaptada de <https://kibbutzpsicologia.com/terapia-cognitiva/>

La cognición, el contenido cognitivo y los esquemas son los pilares de la terapia cognitiva. Los procesos, estructuras y contenido de la percepción, el pensamiento y las representaciones mentales están incluidos en la cognición. El significado atribuido a los pensamientos e imágenes mentales se conoce como contenido cognitivo. La interpretación de un evento o situación por parte de una persona tiene un impacto significativo en sus emociones y

comportamientos, según los terapeutas cognitivos. La teoría sostiene que la depresión se debe en gran medida a una interpretación errónea de las circunstancias y los eventos que el individuo enfrenta. (González, Barreto, & Camargo, 2017)

la teoría cognitiva de la depresión postula que las experiencias tempranas contribuyen a la formación de patrones de pensamiento negativos llamados esquemas cognitivos. Estos esquemas permanecen latentes hasta que son activados por eventos estresantes, lo que puede desencadenar síntomas depresivos en una persona predispuesta.

### **Trastorno depresivo.**

El trastorno depresivo patológico es una enfermedad mental que afecta a un gran número de estudiantes universitarios, y su relevancia en el ámbito estudiantil ha ido en aumento en los últimos años. Esta condición puede tener un impacto significativo en el bienestar mental y el rendimiento académico de los estudiantes, afectando su capacidad para sobrellevar las demandas académicas y emocionales de la vida universitaria.

El artículo de la revista Conrado resalta que los factores que contribuyen a la depresión en los estudiantes universitarios abarcan diversos aspectos, como la carga académica intensa, factores sociodemográficos como edad y sexo, la calidad del sueño, el estado físico y la alimentación. Todos estos factores pueden influir en la salud mental de los estudiantes y aumentar su vulnerabilidad a la depresión. (Cuamba & Zazueta, 2021)

Según Balaguera y Giraldo (2019), investigaron la relación entre funcionamiento familiar, ansiedad, depresión, estrés y rendimiento académico en estudiantes de pregrado en la Universidad Santo Tomás de Bogotá. Utilizando un diseño descriptivo correlacional, identificaron asociaciones significativas entre el funcionamiento familiar y variables psicológicas. Instrumentos como el APGAR Familiar y DASS-21 se emplearon. Estos resultados contribuyen a comprender la población estudiantil, fomentando su salud y transformación social.

La depresión en estudiantes universitarios puede, de hecho, tener un impacto significativo en su rendimiento académico. Puede dificultar la concentración, el aprendizaje y la finalización de tareas, lo que puede llevar a un bajo

rendimiento. Además, la falta de motivación y la reclusión social también pueden contribuir a un desempeño académico deficiente. Es importante abordar y tratar la depresión en estos estudiantes para ayudarles a alcanzar su máximo potencial académico y bienestar emocional. (Ariza, Almeyda, & García, 2020)

Según Hilaquita et al. (2018) analizaron 140 adolescentes gestantes de 13 a 18 años y analizaron la relación entre la ideación suicida y las estrategias de afrontamiento. Se descubrió una relación altamente significativa y negativa ( $\rho = -0.562$ ,  $p < 0.05$ ) entre la ideación suicida y quince estrategias de afrontamiento. Concluyeron que un uso más frecuente de técnicas de afrontamiento estaba relacionado con un menor riesgo de ideación suicida, lo que resalta la importancia de usar estas técnicas de manera efectiva para prevenir la ideación suicida en adolescentes.

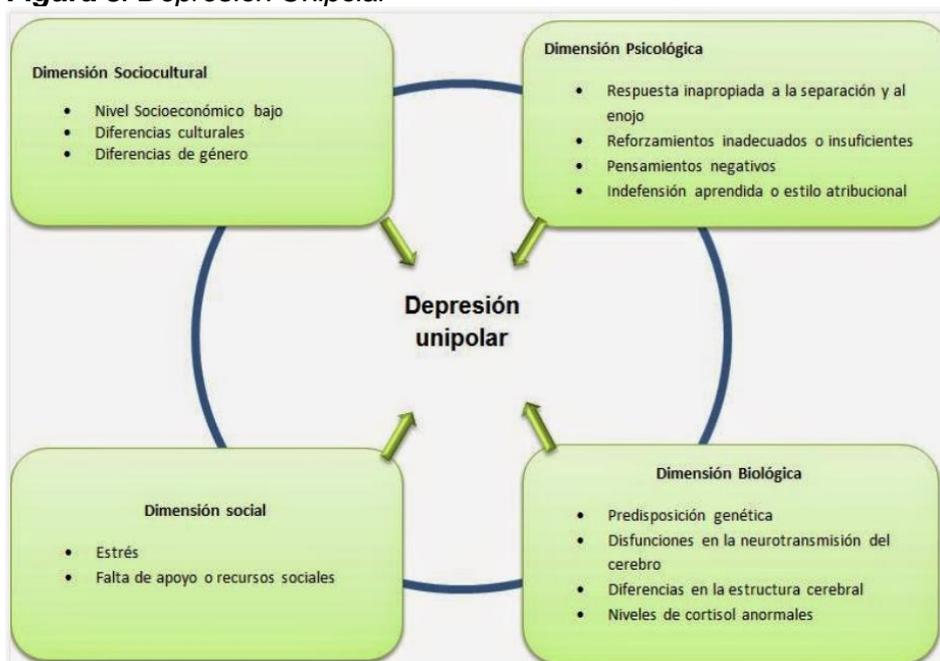
El trastorno depresivo en estudiantes universitarios es una condición de salud mental que se caracteriza por una profunda tristeza, apatía y pérdida de interés en actividades que antes eran placenteras. Los estudiantes que padecen esta enfermedad a menudo experimentan dificultades para concentrarse, tomar decisiones y pueden experimentar un deterioro en su rendimiento académico debido a estos síntomas. Es importante buscar apoyo y tratamiento si se sospecha que un estudiante está lidiando con la depresión para ayudarles a manejar sus síntomas y mejorar su bienestar general. (Goldman, 2020)

Según Obregon et al. (2020), examinaron la relación entre el estrés académico, la calidad del sueño, la funcionalidad familiar y la depresión en estudiantes de medicina de la Universidad Hermilio Valdizan de Huanuco. De los 179 estudiantes en la muestra, el 32,97% experimentó depresión, principalmente leve (22,35%). Se encontró una correlación significativa ( $p < 0.005$ ) entre la depresión y la calidad del sueño, la funcionalidad familiar y el año de estudio. No se encontró una correlación significativa entre el estrés académico y la depresión ( $p = 0.428$ ). Los factores influyentes incluyeron mala calidad del sueño, disfuncionalidad familiar y primeros años de carrera, lo que indica la necesidad de medidas preventivas.

La "Depresión Unipolar" es un término que se utiliza para referirse a los trastornos depresivos en los que se experimenta depresión sin episodios

previos de manía. En otras palabras, en la depresión unipolar, los individuos experimentan episodios depresivos, pero no alternan entre estados depresivos y estados de manía, como ocurre en el trastorno bipolar. Este término se utiliza para distinguirlo de los trastornos bipolares, donde se presentan cambios entre estados emocionales opuestos, es decir, la depresión y la manía como se indica en la figura 3.

**Figura 3. Depresión Unipolar**



Fuente: Adaptada de <https://kibbutzpsicologia.com/terapia-cognitiva/>

El trastorno depresivo en estudiantes universitarios se caracteriza por una profunda tristeza, apatía y pérdida de interés en actividades placenteras, afectando su capacidad para concentrarse y tomar decisiones, lo que repercute negativamente en su rendimiento académico. También puede desencadenar cambios en el sueño y la alimentación, junto con sentimientos de desesperanza y pensamientos de muerte o suicidio. Abordar esta problemática y brindar apoyo es esencial para el bienestar y el éxito académico de los estudiantes.

Es importante destacar que el trastorno depresivo estudiantil se diferencia de las fluctuaciones emocionales normales que pueden experimentar durante la adolescencia. En este caso, la depresión no se limita a ser una respuesta temporal a situaciones estresantes; es una condición más persistente y seria

que afecta la vida cotidiana y requiere la atención de profesionales de la salud mental para su manejo y tratamiento adecuados.

Para Vega y Borrero (2021), quienes investigaron la relación entre la presencia de síntomas depresivos y los niveles de resiliencia en estudiantes universitarios. Mientras que los síntomas depresivos incluyen sentimientos de tristeza, desesperanza y pérdida de interés, la resiliencia se refiere a la capacidad de afrontar y superar situaciones adversas. El 87,1% de los estudiantes universitarios tenían niveles altos de resiliencia y el 42,6% tenían síntomas depresivos. Estos hallazgos indicaron que, a mayor resiliencia, menores son los síntomas depresivos, lo que sugiere que la resiliencia funciona como una barrera contra la depresión en este grupo.

Con estos antecedentes se argumenta que diversos autores han subrayado que la depresión puede resultar en la interrupción de los estudios. Esto se debe a que los síntomas depresivos pueden perturbar la actividad intelectual, lo que a su vez conduce al fracaso académico. En otros escenarios, el bajo rendimiento escolar podría dar lugar a una disminución de la autoestima y a la adopción de pensamientos pesimistas, lo que, en última instancia, podría predisponer a la depresión.

## **Segunda Variable: Factores Sociales-Personales y Académicos**

### **Estado de ánimo**

El bienestar emocional de los estudiantes universitarios es una cuestión importante, ya que experimentan cambios en su estado de ánimo, como momentos de tristeza, ansiedad y desmotivación. Identificar los factores que influyen en estas emociones y desarrollar estrategias para gestionarlas puede ser clave para mejorar su rendimiento académico y su bienestar general.

Según Orlandini (2021), la mayoría de los estudiantes universitarios experimentan estrés relacionado con sus estudios cuando están en la etapa de adolescencia tardía. El estrés académico se define como el estrés que experimentan las personas en diferentes etapas de aprendizaje, desde la infancia hasta la universidad.

Es durante la adolescencia tardía que los problemas de salud mental, como los trastornos del estado de ánimo y la ansiedad, tienden a acentuarse, y esto

puede estar relacionado con las mayores demandas académicas presentes en la educación superior. Los estudiantes a menudo perciben estas demandas académicas como una fuente significativa de estrés. (Cova, y otros, 2007)

Es cierto que los estudiantes universitarios enfrentan una serie de presiones y desafíos que pueden influir en su bienestar emocional y físico. Estos desafíos pueden llevar a estados de ánimo inestables, pérdida de sueño y problemas relacionados con la alimentación, entre otros problemas de salud mental. (Ariza, Almeyda, & García, 2020)

Es interesante notar que varios factores, tanto situacionales como sociodemográficos, pueden contribuir a la depresión entre los estudiantes universitarios. Estos factores incluyen la carga académica, el rendimiento, la edad, el género, la situación laboral, la calidad del sueño, la salud física y la alimentación. Es esencial abordar estos factores para promover la salud mental de los estudiantes en entornos universitarios. (Vargas, 2021)

### **Causas del bajo estado de ánimo**

Es cierto que la presión académica y las expectativas de rendimiento pueden ser factores significativos en el bajo estado de ánimo de los estudiantes universitarios. El estrés y la ansiedad asociados a las demandas académicas pueden tener un impacto negativo en la salud mental de los estudiantes. Es importante que las instituciones educativas brinden apoyo y recursos para ayudar a los estudiantes a manejar estas presiones y promover un ambiente de aprendizaje saludable.

Es cierto que el bajo estado de ánimo en los estudiantes universitarios puede ser causado por una combinación de factores, tanto internos como externos. La presión académica y los eventos estresantes de la vida son factores comunes que pueden contribuir a los problemas de salud mental en esta población. La tecnología y las redes sociales también pueden desempeñar un papel, ya que pueden generar comparaciones y expectativas poco realistas. Es importante que los estudiantes tengan acceso a recursos de apoyo y se fomente la conciencia sobre la salud mental en entornos universitarios. (Gutierrez, y otros, 2020)

El estrés académico representa un factor significativo que puede contribuir al desarrollo de la depresión en estudiantes universitarios. La intensa presión

académica, las elevadas expectativas en cuanto al rendimiento y la necesidad de afrontar exámenes y presentaciones importantes pueden generar niveles elevados de estrés. Esta tensión sostenida y la dificultad para manejarla pueden desencadenar problemas de salud mental, incluyendo la depresión. (Rodas, Vélez, & Isaza, 2010)

El bajo estado de ánimo en estudiantes universitarios, conocido como depresión universitaria, afecta a jóvenes de 17 a 25 años en su transición a la adultez. Detectar cambios emocionales y de comportamiento es clave, y el tratamiento puede involucrar terapia psicológica, medicamentos antidepresivos o ambas opciones bajo supervisión profesional. El acceso a servicios de salud mental es esencial para abordar adecuadamente este problema en esta etapa crucial de la vida de los estudiantes. (Martínez, 2014)

Cuidar la salud física a través de una dieta balanceada, ejercicio regular y un sueño adecuado es esencial para mejorar el estado de ánimo en estudiantes universitarios. Además, la transición a la vida universitaria conlleva desafíos como adaptarse a un nuevo entorno, separarse del hogar y asumir mayores responsabilidades, lo que puede generar sentimientos de soledad y desorientación. El apoyo social y el autocuidado son fundamentales para afrontar estos cambios.

### **Impacto del bajo estado de ánimo en el rendimiento académico**

El bajo estado de ánimo puede tener un impacto significativo en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. La falta de motivación y energía dificulta la concentración y la retención de información. Los estudiantes pueden tener dificultades para cumplir con las tareas y los plazos establecidos, lo que afecta su desempeño en los exámenes y evaluaciones.

Según Otero et al. (2021), en su estudio sobre estudiantes de medicina humana en la Universidad Ricardo Palma, descubrieron que había un 71.4% de estudiantes que tenían bajo rendimiento académico en alguna materia durante el ciclo 2020-II. La edad (RP 1.09, IC 95% 1.07-1.12,  $p < 0.001$ ) y los síntomas del trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) fueron los factores asociados, lo que indica una conexión significativa entre la edad avanzada, los síntomas del TDAH y el bajo rendimiento académico.

Se puede tener un impacto negativo en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios, ya que las emociones negativas como la tristeza y la ansiedad pueden dificultar la concentración y el aprendizaje. También pueden disminuir la motivación y la capacidad para completar tareas y proyectos escolares. Por lo tanto, abordar el bienestar emocional de los estudiantes es fundamental para promover un rendimiento académico óptimo. (Armenta, Quiroz, & Abundis, 2020)

Según sostiene Coronel (2021), en su estudio descriptivo correlacional sobre estudiantes de medicina humana durante la segunda ola de la pandemia de Covid-19, afirma que el 82,3% de los 175 participantes experimentaron síntomas depresivos, con el 63,2 % de las mujeres más afectadas. La prueba de Fisher enfatizó la relación entre síntomas depresivos y desempeño académico, demostrando una correlación estadísticamente significativa ( $p=0,004$ ) entre ambos.

El bajo estado de ánimo en los estudiantes universitarios puede afectar significativamente su rendimiento académico, relaciones sociales y participación en actividades extracurriculares. Los sentimientos de tristeza y depresión pueden dificultar la concentración, la motivación y la finalización de tareas académicas, al mismo tiempo que pueden llevar al aislamiento social. Cuidar la salud mental y emocional de los estudiantes es fundamental para garantizar una experiencia universitaria positiva y productiva. (Pinargote & Caicedo, 2019)

La presión por alcanzar un rendimiento académico óptimo puede ser estresante para los estudiantes, lo que a menudo resulta en un bajo rendimiento debido a la ansiedad y la preocupación. Esta presión puede ser especialmente intensa durante los períodos de exámenes, y como resultado, algunos estudiantes pueden perder el semestre, tomar un receso en sus estudios o incluso abandonar por completo su carrera debido a la dificultad para manejar el estrés y la presión académica. (Mayta, 2011)

Buscar apoyo emocional es una estrategia eficaz para que los estudiantes universitarios gestionen y superen el bajo estado de ánimo. Esta ayuda puede provenir de amigos, familiares o servicios de asesoramiento estudiantil. Compartir sus sentimientos y preocupaciones con otros puede aliviar la carga

emocional y ofrecer una perspectiva diferente sobre la situación. Además, establecer una red de apoyo puede ser fundamental para enfrentar los desafíos emocionales de la vida universitaria.

### **Escalas de medición**

La mayoría de las escalas que evalúan los síntomas negativos utilizan el método de Kraepelin para encontrar "síntomas primarios". Estas se enfocan en evaluar trastornos de conducta como el pensamiento formal, la afasia, la apatía, la anhedonia, la falta de fuerza de voluntad y la falta de atención. La evidencia indica que también pueden manifestarse en la depresión, por lo que existe un debate sobre su especificidad y relevancia en el diagnóstico de la esquizofrenia. (Kulhara, 2017)

Una buena forma de evaluar la depresión podría combinar diferentes métodos de evaluación. Es importante tener en cuenta que muchas de las escalas de evaluación se han desarrollado en poblaciones que muestran homogeneidad en cuanto a la presencia de depresión, así como la relevancia pronóstica y terapéutica de la depresión. Se optó por emplear la Escala Calgary, que originalmente se creó para pacientes con esquizofrenia, en este estudio. Esta elección se basa en el objetivo de distinguir el síndrome depresivo de otras manifestaciones psicopatológicas relacionadas con la enfermedad.

## **Segunda Parte: Método de la investigación**

El estudio fue registrado en Open Science Framework: <https://osf.io/pq4yk/>

### **Enfoque de la investigación**

El enfoque cuantitativo implica la recopilación de datos con el propósito de poner a prueba hipótesis, haciendo uso de mediciones numéricas y análisis estadísticos para identificar tendencias en el comportamiento y validar teorías (Hernández-Sampieri, 2018).

Este estudio ha utilizado un enfoque cuantitativo para investigar las posibles variaciones en la variable de estudio entre varios conjuntos de investigación.

### **Alcance de la investigación**

Dentro del alcance explicativo, se propone una relación de causa y efecto entre las variables. Esta técnica se emplea para examinar de manera más exhaustiva y detallada las conexiones causales entre las variables en estudio.

### **Diseño de la investigación**

La investigación aquí presentada se inscribe en un diseño ex post facto, experimental de corte transversal. Esta situación se debe a que las expresiones de estas variables ya han ocurrido o porque no son manipulables por su propia naturaleza.

### **Periodo y lugar donde se desarrolla la investigación**

La investigación se llevó a cabo en la Universidad Ecotec, una institución de educación superior privada en Ecuador, durante el Semestre II de 2023. La universidad se enfoca en la formación de profesionales con una perspectiva ambiental y humanista.

La Universidad Ecotec destaca por su diversidad académica con seis facultades. La elección de este entorno de investigación específico destaca el

compromiso de la institución con la excelencia académica y la variedad de campos de conocimiento que ofrece a sus estudiantes.

### **Universo y muestra**

La población objeto de estudio consistió en 129 estudiantes pertenecientes a la facultad de Psicología de la Universidad Ecotec, la cual imparte programas académicos de modalidad semestral.

### **Participantes**

Del total de 129 encuestas analizadas, el 72.09% se identificó como mujeres y el 27.91% como hombres. En cuanto al lugar de residencia, el 87.6% vivía en zonas urbanas, mientras que el 12.4% lo hacía en áreas rurales. En términos de estado civil, el 75.19% se declaró soltero, el 17.05% casado, el 6.2% en unión libre y el 1.55% divorciado. Además, el 39.53% vivía con sus padres, el 34.11% vivía solo, el 3.1% tenía una situación de convivencia distinta, y el 23.26% compartía su vivienda con su pareja. Respecto a la situación socioeconómica familiar, el 20.16% la describió como regular, el 43.41% como buena, el 9.3% como mala y el 27.13% como muy buena. Finalmente, en términos académicos y laborales, el 76.74% se dedicaba exclusivamente a sus estudios, mientras que el 23.26% estudiaba y trabajaba simultáneamente. Los datos sobre la prevalencia de la depresión desglosados por género revelan que, entre los hombres, el 81% se encuentra en la categoría de bajo nivel de depresión, mientras que el 19% se sitúa en el nivel medio. En comparación, entre las mujeres, el 87% presenta un bajo nivel de depresión, mientras que el 12% se encuentra en el nivel medio. En términos absolutos, esto se traduce en 29 hombres y 81 mujeres con depresión de bajo nivel, y 7 hombres y 12 mujeres con depresión de nivel medio. Estos resultados sugieren que, globalmente, las mujeres muestran una propensión ligeramente mayor hacia niveles más bajos de depresión en comparación con los hombres en la muestra estudiada.

### **Muestreo**

Se optó por un muestreo no probabilístico por conveniencia debido a la selección de participantes basada en la accesibilidad y proximidad al investigador. Esta elección se fundamenta en la conveniencia práctica de acceder a sujetos que estén fácilmente disponibles y cercanos geográficamente, lo que facilitará la ejecución eficiente de la investigación.

### **Consideraciones Éticas**

Las escalas aplicadas en esta investigación fueron tomadas de forma voluntaria y anónima, los resultados serán utilizados única y exclusivamente para los objetivos del estudio.

La protección de los datos proporcionados por los participantes se rige a la declaración de Helsinki sobre la investigación con seres humanos y a la Constitución de la República del Ecuador 2008 registro oficial #449, en el art. 66 numeral 19, donde se respalda el derecho a la protección de datos de carácter personal.

### **Definición y comportamiento de variables**

En la tabla 3 se resume la definición y categorización de las variables de estudio.

**Tabla 3.**

*Operacionalización de variables.*

<b>VARIABLE</b>	<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>INSTRUMENTOS Y/O METODOS</b>
Nivel de Depresión	El nivel de depresión se refiere a la intensidad de los síntomas depresivos, que pueden variar desde la ausencia de síntomas hasta una depresión severa. Evaluar este nivel es fundamental para entender la gravedad de la depresión y guiar las intervenciones	Puntuación en escala de depresión	Escala de Depresión (por ejemplo, Escala de Depresión de Calgary)

---

	terapéuticas adecuadas en investigación y práctica clínica. (Mufson, Bufka, & Wright, Superando la depression, 2023)	
Factores Sociales- Personales y Académicos	El rendimiento académico de los estudiantes puede ser influenciado por diversos factores, incluyendo aspectos sociales y familiares, como la pobreza y la salud mental de los padres, así como factores personales, como la motivación y la autoeficacia, y factores académicos, como la calidad de la enseñanza y la dificultad de las materias. (Garbanzo, 2017)	Promedio de Escala de Apoyo Social (Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI)) Apoyo social percibido, Carga de trabajo académica

---

## Instrumentos

Se utilizaron las siguientes herramientas psicométricas:

### 1. Escala de Calgary

La Escala de Calgary es un método de evaluación creado por Donald Addington, John Addington y Bonnie Schissel (1990), para evaluar la depresión. Se ha demostrado que la escala consta de nueve ítems y es una medida confiable, válida y específica de la depresión.

El cuestionario utiliza respuestas en una escala Likert, que se cuantificaron y se utilizaron para establecer una escala de depresión. La escala consta de preguntas específicas diseñadas para identificar desencadenantes, signos o síntomas presentados por el individuo durante un posible episodio de depresión. Cada respuesta afirmativa en los ítems de la escala se asocia a una

puntuación que varía de 0 a 4, según la medida en que apunte hacia una posible causa neural. Al completar la encuesta, se suman o restan los puntajes obtenidos de las respuestas, lo que resulta en una puntuación total que abarca desde 0 hasta 4. La puntuación total se determina al sumar los puntos asignados a cada pregunta. Un puntaje superior a 15 indica la presencia de síntomas sugestivos de depresión.

**Tabla 4.**

*Escala de Depresión de Calgary (CDS) y sus factores.*

<b>Factores Evaluados</b>	<b>Gravedad de la Depresión</b>	<b>Puntuación</b>
	Ausencia o presencia mínima	0 - 4
Tristeza, desesperanza, inutilidad,	Depresión leve	5 - 8
falta de energía, fatiga, culpa,	Depresión moderada	9 - 14
autocrítica, pérdida de interés en el sexo, alteraciones del sueño	Depresión moderadamente severa	15 - 21
	Depresión severa	22 - 27

## **2. Estrategias de Afrontamiento (CSI)**

Además, se registró el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) para encontrar el tipo de situaciones que causa problemas a las personas en su vida cotidiana y cómo éstas se enfrentan a estos problemas como una medida de su rendimiento académico. El cuestionario es adaptación de Cano (2007) el cual incluye 40 preguntas cerradas, lo que significa que se presentaban opciones de respuesta a los participantes, y estos debían seleccionar entre esas opciones sin tener que generar sus propias respuestas. La evaluación se divide en tres dimensiones: primaria, secundaria y terciaria. La dimensión primaria consta de 8 subdimensiones, cada una de ellas compuesta por cinco ítems. Para determinar la puntuación total, se suman las puntuaciones de cada ítem. El resultado final indica la estrategia que la persona más frecuentemente emplea. Las respuestas se registran en una escala Likert que va desde 0 (En lo absoluto) hasta 4 (Totalmente). Este inventario presenta una confiabilidad de

0.89, según el coeficiente alfa de Cronbach, para evaluar diversas estrategias de afrontamiento dentro de una estructura jerárquica.

Además, en la dimensión secundaria, encontramos cuatro subdimensiones, mientras que, en la tercera dimensión, se presentan dos subdimensiones. A continuación, se detallan los ítems y sus respectivos subdimensiones

**Tabla 5.**

*Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI)*

<b>Estrategias Afrontamiento</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Preguntas</b>
Manejo adecuado centrado en el problema	Resolución de problemas (REP)	01+09+17+25+33
Manejo inadecuado centrado en la emoción	Autocrítica (AUC)	02+10+18+26+34
Manejo adecuado centrado en la emoción	Expresión emocional (EEM)	03+11+19+27+35
Manejo inadecuado centrado en el problema	Pensamiento desiderativo (PSD)	04+12+20+28+36
Manejo adecuado centrado en la emoción	Apoyo social (APS)	05+13+21+29+37
Manejo adecuado centrado en el problema	Reestructuración cognitiva (REC)	06+14+22+30+38
Manejo inadecuado centrado en el problema	Evitación de problemas (EVP)	07+15+23+31+39
Manejo inadecuado centrado en la emoción	Retirada social (RES)	08+16+24+32+40

**Análisis de los datos**

La encuesta sociodemográfica y los cuestionarios psicológicos Calgary y CSI se administraron de manera virtual. Posteriormente, los datos recopilados a través de Google Forms se descargaron en formato Excel para su posterior análisis y tabulación. Para evaluar la magnitud de la relación entre las variables estudiadas, se utilizó un coeficiente de correlación, y este análisis se llevó a cabo con el software estadístico SPSS. Dado el nivel de medición de las variables en los instrumentos, se aplicó la prueba de correlación de Pearson

(coeficiente  $r$ ). Además, se consideraron significativos aquellos puntajes correlacionales que mostraron un nivel de significancia igual o menor a 0.05, lo que se estableció como criterio para la relevancia de la correlación. Los resultados se presentaron en tablas siguiendo las pautas establecidas por la normativa de redacción científica de la institución.

### Tercera Parte: Análisis de resultados

#### Resultados de Encuestas

En la Tabla 6 se presenta el análisis descriptivo de las variables de Nivel de Depresión y Factores Sociales-Personales y Académicos de los participantes. En cuanto a los niveles de depresión, el factor de Sin Presencia de depresión (SCD) tiene el promedio más alto con 38.9 (D. E= 2.1), seguido por Presencia de depresión con 19.7 (D. E= 2.3). El factor de Manejo inadecuado centrado en el problema presenta la media más baja con 29.6 (D. E= 2.25). Por otro lado, en relación con las estrategias de afrontamiento primario, se observa que el factor de Manejo adecuado centrado en la emoción (MACE) tiene el promedio más alto por ítem, con una media de 39.3 (D. E= 2.40), mientras que el factor de Manejo inadecuado centrado en el problema (MICP) muestra la media más baja con 17.7 (D. E= 2.25). En los participantes, las estrategias de afrontamiento terciario se dividen en adaptativas (media: 61.0) y desadaptativas (media: 59.4). Las estrategias adaptativas incluyen búsqueda de apoyo social y desarrollo de habilidades de afrontamiento, mientras que las desadaptativas abarcan evitación de problemas y negación emocional. Estos resultados indican las tendencias de afrontamiento de los participantes y proporcionan información sobre la variabilidad de las respuestas en cada estrategia

**Tabla 6.**

*Análisis descriptivo*

	<b>Media</b>	<b>D.E</b>	<b>Asimetría</b>	<b>Curtosis</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>
SCD	38.9	2.10	-0.12	0.43	23.88	33.46
CCD	19.2	2.30	0.24	-0.58	25.54	35.87
MACP	34.6	2.15	0.32	0.61	24.28	34.21
MACE	39.3	2.40	-0.45	0.76	26.93	36.42
MICP	17.7	2.18	0.18	-0.92	25.12	34.09
MICE	29.6	2.25	0.57	-0.34	24.87	34.78

Nota: D. E= Desviación Estándar

Los 129 participantes utilizaron una variedad de estrategias de afrontamiento, que incluían autocrítica, resolución de problemas, expresión emocional,

pensamientos positivos, búsqueda de apoyo, reestructuración cognitiva, evitación de problemas y retirada social. Estos resultados enfatizan la necesidad de evaluar su eficacia y adaptabilidad a circunstancias específicas.

En la Tabla 7 los resultados revelan que las escalas adaptativas muestran niveles moderados a buenos de consistencia interna, destacándose el alto grado en la escala de Apoyo Social (APS) con un alfa de Cronbach de 0.82. En contraste, las escalas desadaptativas presentan consistencia interna variable, siendo Retirada Social (RES) con un alfa de Cronbach de 0.38 la más baja. Estos hallazgos indican que, en general, las medidas adaptativas son más confiables, mientras que algunas escalas desadaptativas pueden tener menor consistencia interna, sugiriendo la necesidad de evaluar y ajustar la formulación de ciertos ítems para mejorar la fiabilidad de esas medidas. Es importante destacar que las estrategias de 'evitación de problemas' y 'retirada social' se destacan como excepciones en este aspecto.

El análisis de la consistencia interna del inventario de estrategias de afrontamiento se encuentra en la Tabla 7. En términos de confiabilidad, el cálculo del Coeficiente Alfa de Cronbach para CSI arrojó un valor de 0.80. y el valor del Alfa de Cronbach para la escala Calgary es de 0.85, lo que sugiere una consistencia interna aceptable.

### **Tabla 7.**

#### *Estadísticas de fiabilidad – CSI – Calgary*

<b>Terciarias</b>	<b>Secundarias</b>	<b>Primarias</b>
	Manejo adecuado centrado en el problema Alfa de Cronbach	Resolución de problemas- REP - Alfa de Cronbach .56
Adaptativo – Alfa de Cronbach .80	.69	Reestructuración cognitiva- REC - Alfa de Cronbach .66
	Manejo adecuado centrado en la emoción Alfa de Cronbach.78	Apoyo social (APS) - Alfa de Cronbach .82
		Expresión emocional (EEM) - Alfa de Cronbach .71

	Manejo inadecuado centrado en el problema	Alfa de Cronbach .52	Evitación de problemas (EVP) - Alfa de Cronbach .34
Desadaptativo - Alfa de Cronbach .69	Manejo inadecuado centrado en la emoción	Alfa de Cronbach .57	Pensamiento desiderativo (PSD) - Alfa de Cronbach .65
			Retirada social (RES) - Alfa de Cronbach .38
			Autocritica (AUT) - Alfa de Cronbach .59
Escala de Calgary- Alfa de Cronbach .85			

Las estrategias de afrontamiento primario en la muestra, evaluadas mediante la correlación de Rho de Spearman, revelan asociaciones estadísticamente significativas. Se destacan correlaciones negativas moderadas a fuertes entre Resolución de Problemas (REP) y Autocrítica (AUC) (-0.51), así como con Evitación de Problemas (EVP) (-0.78). Además, se observa una fuerte correlación negativa entre Autocrítica (AUC) y Apoyo Social (APS) (-0.75). También se evidencian correlaciones negativas moderadas entre Autocrítica (AUC) y Expresión Emocional (EEM), Pensamiento Desiderativo (PSD), y Reestructuración Cognitiva (REC). Estos resultados indican que, en esta muestra, la tendencia a utilizar estrategias de resolución de problemas está inversamente relacionada con la autocrítica, la evitación de problemas y, de manera destacada, con el apoyo social.

**Tabla 8.**

*Correlación entre CSI y depresión*

		<b>ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO PRIMARIO</b>							
		(REP)	(AUC)	(EEM)	(PSD)	(APS)	(REC)	(EVP)	(RES)
Rho de Spearman		-,51**	-,71**	-,62**	-,60**	-,75**	-,68**	-,78**	-,51**
Valor		> .001	> .001	> .001	> .001	> .001	> .001	> .001	> .001
				.001					
		<b>MACP</b>		<b>MACE</b>		<b>MICP</b>		<b>MICE</b>	
Rho de		-,69**		-,78**		-,82**		-,49**	

Spearman				
Valor	> .001	> .001	> .001	> .001
	<b>Adaptativo</b>		<b>Desadaptativo</b>	
Rho de	-,79**		-,83**	
Spearman				
Valor	> .001		> .001	

Se observaron correlaciones negativas moderadas a fuertes entre las estrategias de afrontamiento adaptativo (REP, AUC, EEM, PSD, APS, REC, EVP, RES) y las estrategias de afrontamiento desadaptativo (MACP, MACE, MICP, MICE), sugiriendo que la utilización de estrategias adaptativas se asocia inversamente con la adopción de estrategias desadaptativas.

### Discusión

El propósito general de esta investigación fue examinar la prevalencia de niveles elevados de depresión en estudiantes de la carrera de Psicología en la Universidad ECOTEC durante el año 2023.

Los resultados revelan una conexión indirecta altamente significativa ( $p < 0,01$ ) entre las estrategias de afrontamiento primario, indicando niveles notables en la muestra de estudiantes de la Universidad ECOTEC. Se destacan niveles elevados en pensamiento desiderativo (-0,60), apoyo social (-0,75), reestructuración cognitiva (-0,68), expresión emocional (-0,62) y evitación de problemas (-0,78). Asimismo, se observa que la autocrítica es moderada (-0,71), mientras que la retirada social y la resolución de problemas son menores (-0,51). Estos resultados resaltan la diversidad de enfoques que emplean los estudiantes para gestionar el estrés. En este contexto, el estudio de Balaguera y Giraldo (2019), que examinó el uso de estrategias en sujetos con ansiedad, depresión y estrés, encontró que el 91.1% tenía un nivel de riesgo bajo de suicidio, particularmente el 67.3% se concentró en resolver problemas. El 8.9 por ciento se encuentra en el nivel medio de riesgo y está relacionado con estrategias menos adaptativas como falta de afrontamiento (8.9 por ciento) y auto inculparse (28.6 por ciento). Estos hallazgos destacan la importancia de

comprender y promover técnicas de afrontamiento efectivas para mejorar la salud mental y reducir los riesgos asociados en la universidad.

Estos resultados concuerdan con los de Hilaquita et al. (2018), quienes, en un estudio con adolescentes, encontraron una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción y las estrategias centradas en la resolución de problemas. Hubo conexiones notables y significativas entre diversas estrategias, como manejo adecuado centrado en el problema (-0.69), manejo adecuado centrado en la emoción (-0.78), manejo inadecuado centrado en el problema (-0.52), y niveles moderados de manejo inadecuado centrado en la emoción (-0.57). Estas coincidencias refuerzan la relación entre estrategias de afrontamiento y salud mental en diversas poblaciones, resaltando la importancia de comprender y abordar estas estrategias para fomentar la resiliencia y prevenir riesgos asociados en distintos entornos.

Se observa una relación inversa altamente significativa ( $p$ -valor $<0.01$ ) entre las variables estudiadas, indicando una conexión sustancial entre los factores analizados y la presencia de niveles elevados de depresión en la población estudiantil. Estos resultados son coherentes con patrones previamente documentados. En contraste con nuestra investigación, el estudio de Valdés (2023) en Coahuila identificó una correlación negativa significativa entre gaudibilidad y depresión, resaltando la gaudibilidad como un factor protector. Aunque no abordamos directamente la gaudibilidad, estos hallazgos generan preguntas sobre su posible influencia en la salud mental de nuestros estudiantes.

Se reconoce la necesidad de investigaciones adicionales para identificar factores específicos y se sugiere la inclusión de variables como estrés académico y apoyo social en futuras investigaciones para obtener una comprensión más completa de la salud mental en nuestro contexto universitario.

Al considerar los resultados de Londoño et al. (2022), que exploraron la prevalencia de la depresión y la ansiedad en estudiantes universitarios en Colombia, se evidencia una prevalencia significativa de síntomas depresivos, angustia y agorafobia en un grupo diverso de estudiantes. Al incorporar nuestra

investigación, que examina la relación entre gaudibilidad y depresión, se agrega una dimensión adicional a la comprensión de cómo factores específicos interactúan con el estrés, enriqueciendo así la contextualización de los resultados.

La presencia de estrategias activas como la resolución de problemas y la búsqueda de apoyo social en nuestra muestra indica una adaptación equilibrada frente a situaciones estresantes. No obstante, la utilización de estrategias como la autocrítica y la evitación de problemas plantea preguntas sobre la efectividad de ciertos enfoques, ya que podrían asociarse con la autoevaluación crítica y el evitar directamente los desafíos. Estos hallazgos, en contraste con la investigación de Otero et al. (2021), subrayan la complejidad de la relación entre estrategias de afrontamiento y resultados académicos. La asociación significativa identificada en nuestro estudio entre la edad avanzada y la sintomatología de trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) con el bajo rendimiento académico destaca la importancia de considerar factores individuales y de salud mental en esta conexión.

El estudio de Armenta et al. (2020), respalda la idea de que el estrés puede tener un impacto significativo en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Mientras nuestra muestra refleja estrategias adaptativas como la resolución de problemas y la búsqueda de apoyo social frente al estrés, también se evidencia la presencia de enfoques menos adaptativos, como la autocrítica y la evitación de problemas. Estas estrategias, asociadas a la autoevaluación crítica y la evitación directa de desafíos, podrían estar vinculadas al estrés previamente destacado en la literatura, que se ha relacionado con consecuencias negativas para el rendimiento académico.

Desde otra perspectiva, el estudio de Coronel (2021), subraya una correlación significativa entre el rendimiento académico y la salud mental. Este trabajo identificó diversas estrategias de afrontamiento adoptadas por los estudiantes, destacando que el 82,3% de los participantes manifestaron síntomas depresivos. Se halló una conexión estadísticamente significativa entre estos síntomas y el rendimiento académico. Estos resultados resaltan la crucial relevancia de la salud mental para los estudiantes, especialmente en situaciones excepcionales como la pandemia. Ambos estudios enfatizan la

necesidad de intervenciones integrales que aborden tanto la salud mental como las estrategias de afrontamiento para mejorar el rendimiento académico y el bienestar de los estudiantes en entornos universitarios desafiantes.

De manera similar, Obregón et al.(2020), aborda la complejidad de la salud mental en estudiantes universitarios, resaltando la importancia de considerar múltiples dimensiones para comprender integralmente el bienestar estudiantil. Su investigación identifica una relación estadísticamente significativa entre la calidad del sueño, la funcionalidad familiar y el estrés, utilizando estrategias de afrontamiento como mediadoras. Aunque nuestro enfoque se centra en las estrategias de afrontamiento para comprender cómo los estudiantes enfrentan el estrés, no se observó una asociación significativa entre el estrés académico y la depresión, lo que sugiere la necesidad de investigaciones más detalladas para comprender completamente los elementos involucrados.

## **Conclusiones**

Los resultados desentrañan patrones significativos en la prevalencia de la depresión, señalando que las mujeres exhiben una propensión ligeramente mayor hacia niveles más bajos de depresión en comparación con los hombres en nuestra muestra estudiada. Estos resultados no solo subrayan las diferencias notables en cómo ambos géneros experimentan la depresión en el específico contexto de nuestra carrera de Psicología, sino que también resaltan la complejidad de las respuestas emocionales en este entorno académico. Al conectar estos hallazgos con investigaciones previas, se refuerza la necesidad de una atención específica y personalizada en salud mental dentro del ámbito universitario. De este modo, la investigación logró no solo evaluar sino también contextualizar de manera más enriquecedora la presencia de niveles elevados de depresión en los estudiantes de Psicología de la Universidad ECOTEC en el año 2023.

Las características sociodemográficas de la población estudiantil examinada se han descrito minuciosamente. Esto es esencial para comprender el contexto en el cual se desarrolla la depresión. La diversidad de estas características

destaca la variedad de experiencias dentro de la comunidad estudiantil, destacando la necesidad de diseñar estrategias de intervención que sean inclusivas. Estos datos proporcionaron una visión completa y detallada de la composición de los estudiantes de psicología de la Universidad ECOTEC durante el año 2023. Estos datos no solo cumplieron con el objetivo específico de describir las características sociodemográficas de la muestra, sino que también permitieron una comprensión más profunda de los matices contextuales que influyen en la vivencia de la depresión en este diverso entorno académico.

La exploración de los factores sociales, económicos y familiares que influyen en la depresión de los estudiantes de psicología ha llevado a una comprensión más profunda de los determinantes de la salud mental en esta población. Estos elementos no son simplemente puntos de datos, sino los hilos entrelazados que tejen la compleja trama de su bienestar mental. Al resaltar estos factores, no solo estamos identificando desafíos, sino también reconociendo la necesidad de soluciones integrales. De esta manera, se logró el objetivo de explorar y entender la complejidad de estos factores que influyen en su salud mental en la Universidad ECOTEC.

Con respecto al tercer objetivo específico, la investigación reveló la existencia de niveles elevados de depresión en la población estudiantil con respecto a pensamientos suicidas, destacando la importancia de abordar y comprender los factores asociados a este fenómeno en el contexto universitario. Además, las correlaciones identificadas entre diferentes variables proporcionan información valiosa sobre las posibles influencias y relaciones entre diversos aspectos psicológicos y el estado depresivo.

Los estudiantes ofrecen una amplia gama de enfoques para abordar la depresión, ofreciendo una amplia gama de soluciones a los desafíos emocionales. El apoyo social y la resolución de problemas se han convertido en pilares comunes, lo que indica una orientación activa y la búsqueda de apoyo en momentos de tensión. Este escenario muestra no solo ventajas, sino

también métodos menos adaptables, como la autocrítica y la evitación de problemas, destacando la complejidad de las respuestas de afrontamiento de esta población.

### **Recomendaciones**

Dado el notable hallazgo de niveles elevados de depresión, se sugiere la implementación de iniciativas sostenidas de concientización y prevención de la salud mental en la Universidad ECOTEC. Estas iniciativas podrían abarcar charlas informativas, talleres especializados y recursos educativos que enfatizan la relevancia del autocuidado, la pronta identificación de síntomas y el acceso a recursos de apoyo. Este enfoque proactivo puede contribuir a fomentar un ambiente de bienestar y apoyo emocional dentro de la comunidad estudiantil.

Se recomienda implementar intervenciones individualizadas y específicas que se adapten a las necesidades únicas de los estudiantes de psicología, teniendo en cuenta las diferencias de género. La creación de espacios seguros para conversar sobre las experiencias de género y la promoción de métodos de afrontamiento adaptados a cada grupo podrían ser parte de estas intervenciones. Este método individualizado podría mejorar la atención y el apoyo que se brindan al abordar de manera más efectiva las diversas facetas de la salud mental en la población estudiantil.

Se recomienda mejorar los servicios de apoyo psicológico en la universidad debido a la variedad de factores sociales, económicos y familiares que contribuyen a la depresión. La promoción de la salud mental de los estudiantes podría depender de garantizar la accesibilidad a los servicios de asesoramiento y proporcionar recursos adicionales enfocados en estos aspectos específicos. Este método proactivo tiene como objetivo brindar una atención integral e individualizada que aborde las diversas facetas que afectan la salud mental en el entorno universitario.

Se sugiere que las investigaciones sobre la salud mental de los estudiantes universitarios deben continuar. Este esfuerzo podría incluir estudios a largo plazo, análisis más profundos de factores específicos y evaluaciones de la efectividad de las intervenciones implementadas. La investigación continua no

solo mejorará la comprensión actual, sino que también brindará una comprensión más profunda de las dinámicas de la salud mental en el ámbito académico, lo que permitirá una atención más efectiva y precisa a las necesidades de los estudiantes.

## Bibliografía

- American Psychiatric Association. (2014). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales*. Arlington : Editorial Médica Panamericana.
- Antonuccio, Danton, & DeNelsky. (2023). Psychotherapy versus medication for depression: Challenging the conventional wisdom with data. 574–585. <https://psycnet.apa.org/record/1996-14973-001>
- Ariza, Almeyda, & García. (6 de Marzo de 2020). *DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS EN CARRERAS DE LA SALUD*. <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/54d0e696-7511-4908-ba7a-f741dae45a81/content>
- Armenta, Quiroz, & Abundis. (2020). Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Revista espacios*, 3-7. <https://revistaespacios.com/a20v41n48/a20v41n48p30.pdf>
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2015). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales*. Barcelona: Ed. Masson.
- Baena. (2017). *Metodología de la investigación: Serie integral por competencias*. Mexico: Grupo Editorial Patria.
- Balaguera, & Giraldo. (8 de Agosto de 2019). *Relación entre funcionamiento familiar, ansiedad, depresión, estrés y rendimiento académico en los estudiantes de pregrado de la División de Ciencias de la Salud de la Universidad Santo Tomás en Bogotá, D. C., período 2020-1*. Repositorio Institucional Grupos de Investigación Ciencias de la Salud Psicología, Ciclo Vital y Derechos : <http://hdl.handle.net/11634/22532>
- Beck, Rush, Shaw, & Emery. (1979). *Cognitive therapy of depression*. Nueva York: Guilford.
- Beltrán, Freyre, & Hernández. (2012). El Inventario de Depresión de Beck: Su validez en población adolescente. *Ter Psicol*, 5-13. [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-48082012000100001](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082012000100001)
- Bernal. (2017). *Metodología de la investigación*. Colombia: PEARSON EDUCACIÓN.

- Botto, Acuña, & Jiménez. (2017). La depresión como un diagnóstico complejo. Implicancias para el desarrollo de recomendaciones clínicas. *Rev. méd. Chile*, 2-7.  
[https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-98872014001000010](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872014001000010)
- Bupasalud. (12 de Febrero de 2020). *La depresión en niños y jóvenes*.  
<https://www.bupasalud.com.ec/salud/mental/depresion-en-ninos-y-jovenes>
- Coronel, D. (09 de Noviembre de 2021). *Síntomas depresivos y rendimiento académico ante la segunda ola de la pandemia COVID-19 en estudiantes de una universidad privada de Lima 2021*. Repositorio Universidad Privada San Juan Bautista Facultad de Ciencias de la Salud Medicina Humana Tesis :  
<https://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/20.500.14308/3534>
- Cova, Alvial, Aro, Bonifetti, Hernández, & Rodríguez. (2007). Problemas de salud mental en estudiantes de la Universidad de Concepción. *Terapia Psicológica*, 2-5.  
[https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-48082007000200001](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082007000200001)
- Cuamba, & Zazueta. (2021). Depresión, afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes de Psicología. *Dilemas contemp. educ. política valores*, 2-9.  
[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-78902021000300011](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-78902021000300011)
- Eells. (1999). Psychotherapy Versus Medication for Unipolar Depression. *J Psychother Pract Res*, 70-73.  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3330533/#:~:text=The%20review%20of%20research%20on,medication%20and%20psychotherapy%20treatments%20are>
- Garbanzo. (2 de Junio de 2017). *Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes*. <https://www.redalyc.org/pdf/1941/194128798005.pdf>

- Gavilanes, Ramos, & Montecé. (12 de Octubre de 2023). *Instigación al suicidio en el ambiente educativo ecuatoriano*.  
<https://dspace.uniandes.edu.ec/handle/123456789/16963>
- Goldman. (2 de Diciembre de 2020). *¿Qué es la depresión y qué puedo hacer al respecto?* <https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/depresion>
- González, Barreto, & Camargo. (2017). Terapia Cognitiva: Antecedentes, teoría y metodología. *Revista Iberoamericana de psicología*, 2.  
<https://revideropsicologia.iberu.edu.co/article/view/rip.10211>
- Gutierrez, Montoya, Toro, Briñon, Rosas, & Salazar. (2020). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *CES Med*, 2-6. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-87052010000100002&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-87052010000100002&script=sci_arttext)
- Hernández-Sampieri. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas: cuantitativa y cualitativa y mixta*. México: Mc Graw Hill.
- Hilaquita, Palacios, & Herrera. (2018). Ideación suicida y estrategias de afrontamiento frente al embarazo precoz en un hospital de Lima Metropolitana. *Rev. Upeu*, 2-6.  
[https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc\\_salud/article/view/1055/html](https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/1055/html)
- Howard. (14 de Mayo de 2020). *El impacto de la pandemia de covid-19 en la salud mental ya es "extremadamente preocupante", dice la ONU*.  
<https://cnnespanol.cnn.com/2020/05/14/el-impacto-de-la-pandemia-de-covid-19-en-la-salud-mental-ya-es-extremadamente-preocupante-dice-la-onu/>
- Kulhara. (2017). A study of negative symptoms in schizophrenia and depression, comprehensive psychiatry. *Compr Psychiatry*, 29-35.  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3595110/>
- Lizondo. (2015). Depresión. *REVISTA PACEÑA DE MEDICINA FAMILIAR*, 24-31.  
<https://www.yumpu.com/es/document/view/48809293/depresion-mflapazcom>
- Londoño, Restrepo, & Rojas. (2022). Depresión y ansiedad en estudiantes que ingresan a la universidad y factores de estrés asociados. *Revista Psicología e Saúde.*, 2-12. doi:DOI:  
<https://doi.org/10.20435/pssa.v13i4.1371>

- López, Aristizábal, & Jaramillo. (12 de Febrero de 2019). *FACTORES QUE INFLUYEN EN LA DEPRESIÓN EN ADOLESCENTES*. <https://repository.ces.edu.co/bitstream/handle/10946/5837/Factores%20Influyen%20Depresi%C3%B3n%20Adolescentes%20Envigado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Martínez. (2014). Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, 63-68. [Dialnet-AnsiedadEnEstudiantesUniversitarios-4911675.pdf](https://dialnet-anxietyenestudiantesuniversitarios-4911675.pdf)
- Mayo Clinic. (12 de Agosto de 2022). *Depresión en adolescentes*. <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/teen-depression/symptoms-causes/syc-20350985>
- Mayoclinic. (12 de Agosto de 2022). *Depresión en adolescentes*. <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/teen-depression/symptoms-causes/syc-20350985#:~:text=La%20depresi%C3%B3n%20en%20adolescentes%20es,problemas%20emocionales%2C%20funcionales%20y%20f%C3%AADsicos.>
- Mayta. (2 de Marzo de 2011). *La relación de la ansiedad y el rendimiento académico de los estudiantes de primer año de la carrera de Psicología de la Universidad Mayor San Andrés*. <https://repositorio.umsa.bo/handle/123456789/6622>
- Mufson, Bufka, & Wright. (14 de Julio de 2023). *Superando la depression*. <https://www.apa.org/topics/depression/trastornos-depresivos>
- Mufson, Bufka, & Wright. (14 de Julio de 2023). *Superando la depression: Cómo los psicólogos ayudan con los trastornos depresivos*. Home Psychology topics Depression : <https://www.apa.org/topics/depression/trastornos-depresivos>
- Obregón-Morales, Montalván-Romero, Segama-Fabian, Dámaso-Mata, Panduro-Correa, & Arteaga-Livias. (2020). Factores asociados a la depresión en estudiantes de medicina de una universidad peruana. *Educación Médica Superior*, 12-19. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21412020000200013&script=sci\\_arttext&lng=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21412020000200013&script=sci_arttext&lng=en)

- OMS. (16 de Junio de 2022). *Informe mundial sobre salud mental: Transformar la salud mental para todos*. Acceso/Publicaciones/Visión de conjunto/Informe mundial sobre salud mental: Transformar la salud mental para todos: <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240050860>
- OMS. (8 de Junio de 2022). *Trastornos mentales*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- OMS. (31 de Marzo de 2023). *Depresión*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- OPS. (21 de Octubre de 2021). *Depresión*. <https://www.paho.org/es/temas/depresion>
- Organización Panamericana de la Salud. (1995). *Clasificación estadística internacional de las enfermedades y problemas relacionados con la salud*. Washington: OPS.
- Orlandini. (2021). *El estrés : qué es y cómo evitarlo*. Buenos Aires: Asociación Ciencia Hoy.
- Otero-Zapata, Indacochea-Cáceda, Soto-Tarazona, & Cruz-Vargas. (2021). Factores asociados a bajo rendimiento académico en estudiantes de medicina humana de la Universidad Ricardo Palma durante el período agosto-diciembre del 2020. *Revista de la Sociedad Peruana de Medicina Interna*, 3-8. doi:DOI:10.36393/spmi.v34i3.608
- Pinargote, & Caicedo. (2019). La ansiedad y su relación en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Manabí. *Espiraes revista multidisciplinaria de investigación científica*, 4-9. <https://www.redalyc.org/journal/5732/573263327006/html/>
- Rodas, Vélez, & Isaza. (2010). Depresión en estudiantes universitarios. *CES Medicina*, 7-17. <https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=261119491001>
- Sampieri, H., Fernández, & Baptista. (2014). *Metodología de la investigación*. Madrid: McGraw Hill España.
- Sánchez, Reyes, & Mejía. (2018). *MANUAL DE TÉRMINOS EN INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA, TECNOLÓGICA*. Lima-Perú: Universidad Ricardo Palma.

- Universidad Andina Simón Bolívar. (22 de Noviembre de 2022). *Investigación | Jóvenes y adolescentes presentan depresión a causa de la pandemia, según estudio realizado por la Universidad Andina y Unión Estudiantil*. <https://www.uasb.edu.ec/investigacion-jovenes-y-adolescentes-presentan-depresion-a-causa-de-la-pandemia-segun-estudio-realizado-por-la-universidad-andina-y-union-estudiantil/>
- Usuga-Jerez, & Vargas. (12 de Junio de 2017). *Ansiedad y depresión en estudiantes universitarios, un estudio comparativo*. [https://www.researchgate.net/publication/329026659\\_Ansiedad\\_y\\_depresion\\_en\\_estudiantes\\_universitarios\\_un\\_estudio\\_comparativo](https://www.researchgate.net/publication/329026659_Ansiedad_y_depresion_en_estudiantes_universitarios_un_estudio_comparativo)
- Valdés, Sánchez, Padrós, Ambriz, & Hermosillo. (2023). GAUDIBILIDAD Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE COAHUILA. *Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*, 2-12. doi:<https://doi.org/10.36677/rpsicologia.v12i31.21447>.
- Valencia, & Chaves. (2 de Julio de 2019). *ANSIEDAD, DEPRESIÓN Y ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE 4 A 9 SEMESTRE EN LA UNIDAD CENTRAL DEL VALLE DEL CAUCA*. <https://repositorio.uceva.edu.co/bitstream/handle/20.500.12993/1074/T00031286.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Vargas. (2021). Factores que inciden en la depresión en estudiantes universitarios: una revisión sistemática. *Conrado*, 2-5. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1990-86442021000500387](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442021000500387)
- Vázquez. (2017). La depresión. *REVISTA DE CIENCIAS MÉDICAS*, 2-17. <https://revcmhabana.sld.cu/index.php/rcmh/article/viewFile/531/910>
- Vega, & Borrero. (2021). Niveles de resiliencia y la presencia de síntomas depresivos en los estudiantes universitarios. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 1-8. <https://repsi.org/index.php/repsi/article/view/66>
- Vinaccia, & Ortega. (6 de Julio de 2020). Variables asociadas a la ansiedad-depresión en estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica*, 2-8. <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/30572>
- Zhong, Liu, & Liu. (2020). Psychological state of college students during COVID-19. *The Lancet Global Health*, 1-21.



## Anexos

Encuesta

Guía de resultados entrevista para la escala de Calgary para Depresión

	<b>Nunca</b>	<b>A veces</b>	<b>Frecuentemente</b>	<b>Siempre</b>
<b>Depresión</b>				
<b>Desesperanza</b>				
<b>Autodevaluación</b>				
<b>Ideas de referencia culposas</b>				
<b>Culpa patológica</b>				
<b>Depresión matutina</b>				
<b>Despertar prematuro</b>				
<b>Suicidio</b>				
<b>Depresión observada</b>				
	<b>TOTAL</b>			

© 2006 Dr. Donald Addington, MBBS, MRC Psych, FRCPC