

17

Fecha de presentación: marzo, 2023

Fecha de aceptación: mayo, 2023

Fecha de publicación: julio, 2023

ESTADO EMOCIONAL

NO PÓS-PANDEMIA: DEPRESSÃO, ANSIEDADE E STRESS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

EMOTIONAL STATE DURING THE POST-PANDEMIC: DEPRESSION, ANXIETY AND STRESS IN PERUVIAN UNIVERSITY STUDENTS

Edwin Gustavo Estrada-Araoz¹

E-mail: gestrada@unamad.edu.pe

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4159-934X>

Yessenia Luz Arias Palomino²

E-mail: yessenialuzarias@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-2303-6499>

Jhony Huaman Tomanguilla³

E-mail: jhuaman@unibagua.edu.pe

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1272-7202>

Guido Raúl Larico-Uchamaco⁴

E-mail: glarico@uandina.edu.pe

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2595-5992>

Franklin Jara-Rodríguez¹

E-mail: fjr-25@hotmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5668-0637>

¹Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios. Perú.

²Universidad Nacional del Altiplano. Perú.

³Universidad Nacional Intercultural Fabiola Salazar Leguía de Bagua. Perú.

⁴Universidad Andina del Cusco. Perú.

Citação sugerida (APA, sétima edição)

Estrada-Araoz, E. G., Arias Palomino, Y. L., Huaman Tomanguilla, J., Larico-Uchamaco, G. R., & Jara-Rodríguez, F. (2023). Estado emocional no pós-pandemia: Depressão, ansiedade e stress em estudantes universitários Peruanos. *Universidad y Sociedad*, 15(4), 175-181.

RESUMO

Estudar uma carreira profissional promove o crescimento pessoal e acadêmico das pessoas, no entanto, este período formativo é considerado crítico do ponto de vista psicológico devido aos múltiplos estressores existentes no referido contexto, que podem afetar o estado emocional dos estudantes. Portanto, o objetivo desta pesquisa foi analisar a depressão, ansiedade e estresse em estudantes de uma universidade privada peruana durante o período pós-pandemia. A abordagem foi quantitativa, o desenho não experimental e o tipo descritivo-transversal. O estado emocional de 269 estudantes foi avaliado por meio da Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse, instrumento com níveis adequados de validade de conteúdo e confiabilidade. Os resultados indicam que os estudantes apresentaram baixos níveis de depressão e ansiedade, porém, apresentaram níveis moderados de estresse. Da mesma forma, identificou-se que os sintomas de depressão, ansiedade e estresse mais relatados foram sentir-se desanimado e triste, preocupar-se com várias situações e sentir raiva com facilidade. Por outro lado, foi determinado que as mulheres sofriam de níveis mais elevados de depressão, ansiedade e estresse do que os homens. Concluiu-se que houve sintomas de depressão, ansiedade e estresse nos estudantes de uma universidade privada peruana durante o período pós-pandemia. Por isso, é necessário que as autoridades universitárias implementem estratégias de avaliação, prevenção e promoção da saúde mental nos futuros profissionais para favorecer seu desempenho e bem-estar pessoal.

Palavras chave: Estado emocional, depressão, ansiedade, stress, estudantes universitários, pós-pandemia, aulas presenciais.

ABSTRACT

Studying a professional career promotes the personal and academic growth of people, however, this formative period is considered critical from the psychological point of view due to the multiple stressors that exist in the mentioned context, which could affect the emotional state of the students. Therefore, the objective of this research was to analyze depression, anxiety, and stress in students of a private Peruvian university during the post-pandemic period. The approach was quantitative, the design was non-experimental and the type was descriptive-transversal. The emotional state of 269 students was evaluated through the use of the Depression, Anxiety and Stress Scale, an instrument with adequate levels of content validity and reliability. The results indicate that the students presented low levels of depression and anxiety, however, they showed moderate levels of stress. Similarly, it was identified that the most frequently reported symptoms of depression, anxiety, and stress were feeling discouraged and sad, being worried about various situations, and feeling angry easily. On the other hand, it was determined that women suffered from higher levels of depression, anxiety and stress than men. Finally, it was concluded that there were symptoms of depression, anxiety and stress in the students of a private Peruvian university during the post-pandemic period. For this reason, it is necessary that the university authorities implement strategies for the evaluation, prevention and promotion of mental health in future professionals to favor their performance and personal well-being.

Keywords: Emotional state, depression, anxiety, stress, university students, post-pandemic, face-to-face classes.

INTRODUÇÃO

A saúde mental é definida como um estado de bem-estar no qual cada pessoa realiza seu próprio potencial, pode lidar com o estresse normal da vida, funcionar de forma produtiva e frutífera e é capaz de contribuir para si e para a sociedade (Hayle et al., 2017). No entanto, o ingresso e a transição dos estudantes para o ensino superior universitário podem afetar seu estado emocional, pois esse período formativo é considerado crítico e muito estressante porque eles saem de casa, têm que se adaptar a um novo ambiente social, devem enfrentar maior pressão acadêmica e há maiores oportunidades de recorrer ao consumo de bebidas alcoólicas e substâncias psicoativas (Bantjes et al., 2019).

Em consonância com o exposto, de acordo com dados coletados em 21 países como parte da Pesquisa Mundial de Saúde Mental elaborada pela Organização Mundial da Saúde (OMS), um quinto dos estudantes do ensino superior em todos os países apresentava vários transtornos mentais, especialmente transtornos do humor (Auerbach et al., 2016). Esses distúrbios que afetam o estado emocional dos estudantes consideram três variáveis sobre as

quais esta pesquisa se concentrou: depressão, ansiedade e estresse.

A depressão envolve uma ampla gama de problemas emocionais, desde a tristeza até um estado patológico suicida. Foi conceituada como um transtorno afetivo que se evidencia por manifestações de frustração, tristeza e alterações do humor das pessoas (Berenzon et al., 2013). Caso os estudantes não sejam atendidos em tempo hábil, eles podem ter um impacto negativo no relacionamento com seus pares ou familiares e afetar seu desempenho acadêmico. Da mesma forma, também existe o perigo de adquirirem hábitos, como o consumo de álcool ou substâncias psicoativas, para superá-lo. Por outro lado, descobriu-se que o transtorno depressivo maior é uma das principais causas de comportamento suicida em jovens (Chomon, 2022).

No que diz respeito à ansiedade, esta constitui uma resposta emocional que tem uma função ativadora e facilitadora e, por sua vez, cumpre um papel adaptativo em situações percebidas como ameaçadoras (Castillo et al., 2016). Além disso, afirma-se que os estudantes ansiosos sofrem de dificuldades de aprendizagem e incapacidade de resolver problemas. Os sintomas psicológicos e físicos incluem calafrios nas mãos e lábios, boca seca, micção frequente e distúrbios do sono (Asif et al., 2020). É necessário especificar que a ansiedade ocasional é comum, mas quando se trata de medos e preocupações intensas, persistentes e excessivas, pode ser exacerbada e causar um transtorno de ansiedade.

Já o estresse consiste em um conjunto de reações psicofisiológicas que estão associadas a respostas emocionais, comportamentais e comportamentais a uma situação que exige uma adaptação muito mais complexa do que o habitual e são comumente percebidas como perigosas para a integridade psicológica das pessoas (Trucco, 2002). No entanto, nem todas as pessoas perceberão uma situação igualmente estressante. Habilidades individuais e características semelhantes a traços, como alta autoestima geral e autoeficácia, podem amortecer a experiência de estresse na vida diária (Von Keyserlingk et al., 2022).

Estudos sobre depressão, ansiedade e estresse em estudantes peruanos e, especificamente, em estudantes universitários durante o período pós-pandemia são limitados, apesar de, como visto anteriormente, ter implicações em seu desempenho, bem-estar pessoal e qualidade da vida. Nesse sentido, o presente trabalho de pesquisa torna-se relevante pelo seu ineditismo e porque, com base nos achados, espera-se que as autoridades universitárias gerenciem a presença de profissionais para a prevenção e detecção de problemas associados ao estado emocional dos estudantes e, por outro por outro lado, promover o desenvolvimento de diversas estratégias psicoeducativas que estimulem o desenvolvimento de fatores protetores que lhes permitam enfrentar as diversas dificuldades do ensino superior.

Por esses motivos, o objetivo desta pesquisa foi analisar a depressão, ansiedade e estresse em estudantes de uma universidade privada peruana durante o período pós-pandemia.

MATERIAIS E MÉTODOS

A abordagem da pesquisa foi quantitativa, pois focou na mensuração numérica, bem como no uso de estatísticas para determinar os padrões de comportamento dos participantes. Em relação ao desenho, foi não experimental, uma vez que as variáveis depressão, ansiedade e estresse não foram manipuladas deliberadamente, apenas foram observadas. Em relação ao tipo, foi descritivo de corte transversal, porque foi desenvolvida a análise das características das variáveis e porque a coleta de dados foi realizada em um único momento, respectivamente (Hernández & Mendoza, 2018).

A população foi composta por todos os alunos matriculados no ciclo 2022-II na filial de uma universidade privada na cidade de Puerto Maldonado, Peru. Quanto à amostra, esta foi composta por 269 alunos, valor determinado com nível de confiança de 95% e nível de significância de 5%. Na Tabela 1 pode-se observar que participaram mais estudantes do gênero feminino, com idade entre 16 e 25 anos e pertencentes à carreira profissional de Administração.

Tabela 1. Características sociodemográficas da amostra.

Variáveis	Características sociodemográficas	n= 269	%
Gênero	Masculino	97	36,1
	Feminino	172	63,9
Faixa etária	Entre 16 y 25 anos	215	79,9
	Mais de 25 anos	54	20,1
Carreira profissional	Administração	124	46,1
	Contabilidade	95	35,3
	Direito	50	18,6

Fonte: Elaboração própria

Para a coleta de dados, foi elaborado um questionário estruturado em duas seções. Na primeira seção, os participantes foram solicitados a fornecer informações sociodemográficas (gênero, faixa etária e carreira profissional). Na segunda seção, foi aplicada a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21), elaborada por Lovibond et al., (1995) e adaptada à realidade peruana por Corrales et al., (2022). Esta escala é composta por 21 itens avaliados quantitativamente por meio de uma escala Likert de 4 pontos que variam de 0 (não aconteceu comigo) a 3 (já aconteceu muito comigo) e são distribuídos em 3 dimensões: depressão (itens de 1 a 7), ansiedade (itens 8 a 14) e estresse (itens 15 a 21). Suas propriedades

psicométricas foram determinadas num estudo anterior por meio do processo de validade de conteúdo e confiabilidade. Nesse sentido, estabeleceu-se que a escala apresentou um nível adequado de validade de conteúdo (V de Aiken= 0,801) e confiabilidade (α = 0,838).

Para realizar o processo de coleta de dados, as respectivas autorizações foram obtidas das autoridades universitárias correspondentes. Posteriormente, uma vez que os alunos se encontraram pessoalmente, foi-lhes explicado o objetivo, foi-lhes pedido o consentimento informado, foram dadas as respectivas orientações e eles preencheram os instrumentos. Este procedimento durou aproximadamente 20 minutos. Por fim, foi criado um banco de dados com as respostas dos alunos.

A análise dos dados foi realizada em nível descritivo e inferencial utilizando o Software SPSS V.25. Para isso, primeiro foram encontradas as estatísticas descritivas das variáveis de depressão, ansiedade e estresse (média, desvio padrão, assimetria e curtose). Posteriormente, foi realizada uma análise de correlação de Pearson com o objetivo de saber se as variáveis do estudo estavam significativamente relacionadas ($p < 0,05$). Finalmente, o teste paramétrico t de Student foi utilizado para verificar se havia diferenças estatisticamente significativas entre homens e mulheres com relação aos níveis de depressão, ansiedade e estresse.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com a Tabela 2, a média da variável depressão foi de 7,32; para a variável ansiedade foi de 6,80 e para a variável estresse foi de 7,92. Pode-se observar também que a média de estresse foi maior que ansiedade e depressão. Por esse motivo, pode-se afirmar que os alunos sofreram mais com o estresse. Por outro lado, observa-se que os coeficientes de assimetria e curtose das três variáveis estão dentro do limite de $\pm 1,5$; isso indica que os dados estão próximos da distribuição normal.

Tabela 2. Resultados descritivos de depressão, ansiedade e estresse.

Variáveis	Média	Desvio padrão	Assimetria	Curtose
Depressão	7,32	1,647	0,552	-0,656
Ansiedade	6,80	1,315	0,681	-0,307
Estresse	7,92	1,153	0,380	-0,521

Fonte: Elaboração própria

A Tabela 3 apresenta os principais sintomas associados à depressão. Nesse sentido, pode-se afirmar que os principais eram se sentir desanimados e tristes, ter pouca iniciativa para fazer as coisas, não sentir nenhuma emoção positiva e sentir que não havia nada que os animasse.

Tabela 3. Sintomas associados à depressão.

Itens	Média	Desvio padrão
Não consegui sentir nenhuma emoção positiva.	1,12	0,169
Tem sido difícil para mim ter iniciativa para fazer as coisas.	1,16	0,260
Eu senti que não havia nada que me entusiasmasse.	0,91	0,498
Tenho me sentido desanimado e triste.	1,41	0,177
Tenho sido incapaz de me entusiasmar com alguma coisa.	0,96	0,143
Senti que não valia muito como pessoa.	0,90	0,120
Tenho sentido que a vida não tem sentido.	0,87	0,147

Fonte: Elaboração própria

Com relação aos sintomas associados à ansiedade, na Tabela 4 verifica-se que os que mais se destacaram foram a preocupação com situações que podem levar ao pânico, sentir medo sem motivo relevante, sentir-se à beira do pânico e perceber a boca seca.

Tabela 4. Sintomas associados à ansiedade.

Itens	Média	Desvio padrão
Fiquei com a boca seca.	0,98	0,150
Tive dificuldade para respirar.	0,88	0,149
Sentia tremores.	0,74	0,151
Tenho me preocupado com situações em que posso entrar em pânico e fazer papel de bobó.	1,21	0,148
Já senti que estava à beira do pânico.	0,99	0,142
Tenho notado alterações em meu coração sem esforço físico.	0,95	0,178
Tenho sentido medo sem motivo relevante.	1,04	0,159

Fonte: Elaboração própria

Em relação aos sintomas associados ao estresse, a Tabela 5 mostra que os mais recorrentes foram sentir raiva facilmente, ter dificuldade para relaxar, não conseguir liberar a tensão e sentir que estava gastando muita energia.

Tabela 5. Sintomas associados ao estresse.

Itens	Média	Desvio padrão
Levei muito tempo para liberar a tensão.	1,24	0,116
Eu tendia a reagir de forma exagerada às situações.	0,96	0,128
Senti que estava gastando muita energia.	1,14	0,132
Tenho me sentido agitado.	0,95	0,139
Tenho achado difícil relaxar.	1,29	0,175
Não tolerarei nada que me impedisse de continuar com o que estava fazendo.	0,97	0,116
Eu tendia a ficar com raiva facilmente.	1,38	0,168

Fonte: Elaboração própria

A Tabela 6 mostra os resultados da análise de correlação. Nesse entendimento, pode-se afirmar que existe uma relação direta e significativa entre depressão e ansiedade ($r= 0,859$); entre depressão e estresse ($r= 0,867$) e entre ansiedade e estresse ($r= 0,894$).

Tabela 6. Matriz de correlação entre as variáveis depressão, ansiedade e estresse.

Variáveis	Depressão	Ansiedade	Estresse
Depressão	1	-	-
Ansiedade	0,859**	1	-
Estresse	0,867**	0,894**	1

** . A correlação é significativa no nível 0,01 (2 caudas)

Fonte: Elaboração própria

Ao comparar depressão, ansiedade e estresse de acordo com o gênero, verificou-se que existem diferenças estatisticamente significativas ($p < 0,05$) entre homens e mulheres (Tabela 7). Nesse entendimento, as mulheres ($\bar{X} = 8,20$) apresentaram níveis mais elevados de depressão do que os homens ($\bar{X} = 5,77$). Em relação à ansiedade, as mulheres ($\bar{X} = 7,91$) também tiveram escores superiores aos dos homens ($\bar{X} = 4,82$). Da mesma forma, em relação ao estresse, as mulheres ($\bar{X} = 8,69$) tiveram escores mais elevados do que os homens ($\bar{X} = 6,56$).

Tabela 7. Comparação das médias das variáveis depressão, ansiedade e estresse segundo gênero.

Variáveis e dimensões	Homens		Mulheres		t	p
	\bar{X}	DE	\bar{X}	DE		
Depressão	5,77	1,005	8,20	1,813	-3,449	0,000*
Ansiedade	4,82	1,453	7,91	1,450	-4,747	0,000*
Estresse	6,56	1,776	8,69	1,212	-3,314	0,000*

Fonte: Elaboração própria

Nos últimos anos, as pesquisas voltadas para a saúde mental de estudantes universitários têm aumentado significativamente, uma vez que as variáveis psicossociais são determinantes do estado emocional e do bem-estar pessoal, fatores necessários para um adequado desenvolvimento acadêmico e social. No entanto, o retorno ao presencial que surgiu após a emergência de saúde causada pelo COVID-19 estaria causando algumas condições mentais como depressão, ansiedade e estresse devido às demandas que caracterizam o ensino universitário. Por isso, a presente investigação analisou depressão, ansiedade e estresse em estudantes de uma universidade privada peruana durante o período pós-pandemia.

Um primeiro achado indica que os estudantes foram caracterizados por baixos níveis de depressão, ou seja, relataram com pouca frequência sentimento de tristeza e desesperança, o que pode ser explicado porque a emergência de saúde devido ao COVID-19 foi controlada e com ela a probabilidade de ser capaz de se infectar, hospitalizar ou morrer. No entanto, observa-se que também há estudantes que relataram níveis moderados de depressão, situação caracterizada por oscilações de humor e frustração possivelmente associadas às dificuldades causadas pela readaptação ao presencial e à complexidade natural da passagem pelo ensino universitário. O anterior converge com o que foi relatado na Argentina, onde constataram que, no contexto da educação presencial após a pandemia, havia baixos níveis de depressão em universitários (Seleme et al., 2022).

No que diz respeito à ansiedade, verificou-se que predominou o nível baixo, o que significa que a maioria dos estudantes quase não apresentou comportamentos ou manifestações de preocupação, agitação física, mental ou emocional perante situações complexas que implicam instabilidade ou incerteza. Pois bem, ainda que pareça um achado animador, não se deve perder de vista que há estudantes que apresentam níveis moderados de ansiedade, caracterizada principalmente porque, em algumas ocasiões, demonstraram preocupação com o desenvolvimento de suas responsabilidades acadêmicas e tiveram a sensação de que estão à beira do pânico, situação que acelerou seus batimentos cardíacos. A esse respeito, cabe destacar que o nível de ansiedade foi inferior ao encontrado em um estudo realizado em Bangladesh, onde analisaram a presença de depressão, ansiedade e estresse entre universitários e determinaram que mais de 40% deles tinham ansiedade extremamente forte (Hossain et al., 2022).

Em relação ao estresse, constatou-se que o nível predominante foi o moderado, caracterizado principalmente pela presença de reações cognitivas, emocionais e fisiológicas que afetaram o estado emocional dos estudantes. Isso seria causado pelas contínuas demandas acadêmicas da formação universitária e pelo processo de adaptação ao ensino presencial após dois anos de virtualidade. Resultados semelhantes foram obtidos na Bolívia, onde avaliaram a situação emocional de universitários no final da pandemia e constataram que o nível de estresse predominante era moderado (Ocampo & Correa, 2023). No entanto, os resultados encontrados são

inferiores aos relatados em Cuba, pois realizaram uma investigação para avaliar a saúde mental dos estudantes de Odontologia e determinaram que a maioria sofria de estresse (Corrales et al., 2022).

Os problemas associados ao estado emocional, como depressão, ansiedade e estresse, ocorrem frequentemente na juventude, período que coincide com a permanência na universidade, porém raramente recebem apoio para superá-los. Esses problemas estão associados a uma maior incidência de problemas físicos e emocionais a médio e longo prazo, marginalização do mercado de trabalho, distúrbios do sono, relacionamentos disfuncionais, entre outros problemas (Lun et al., 2018). Por este motivo, é necessário promover campanhas de detecção e tratamento atempado que permitam aos estudantes ultrapassar os vários estressores com que se deparam durante a sua formação profissional e na vida cotidiana.

Outro achado interessante mostra que a depressão foi direta e significativamente relacionada à ansiedade e ao estresse. Da mesma forma, a ansiedade também esteve direta e significativamente relacionada ao estresse. Resultados semelhantes foram obtidos na Espanha, onde avaliaram a saúde mental de estudantes universitários e também determinaram que as três variáveis estavam direta e significativamente relacionadas (Ramón et al., 2019).

Por outro lado, ao comparar depressão, ansiedade e estresse de acordo com o gênero, verificou-se que havia diferenças estatisticamente significativas. Nesse sentido, as mulheres apresentaram níveis ligeiramente superiores de depressão, ansiedade e estresse em relação aos homens. Esse achado pode ser explicado a partir de duas perspectivas. Por um lado, afirma-se que elas tendem a exteriorizar manifestações emocionais e fisiológicas em contextos estressantes. Por outro lado, argumenta-se que, além das responsabilidades acadêmicas, elas assumem tarefas adicionais em casa, como responsabilidade familiar, cuidado dos filhos e outras atividades domésticas (Estrada et al., 2023). Nesse sentido, algumas pesquisas corroboram os achados encontrados. No Brasil, eles determinaram que um dos fatores associados à depressão, ansiedade e estresse era o gênero, ou seja, havia uma prevalência maior em mulheres do que em homens (Rezende & Nihei, 2021). Além disso, foi realizado um estudo na Espanha para conhecer as variáveis associadas à depressão, ansiedade e estresse em estudantes universitários e descobriu que o gênero feminino era uma delas (Ramón et al., 2020). Por outro lado, em Bangladesh também analisaram a associação de depressão, ansiedade e estresse e variáveis sociodemográficas e constataram que as mulheres eram mais suscetíveis a sofrer dos problemas de saúde mental mencionados anteriormente (Hossain et al., 2022).

Esta investigação aborda temas associados ao estado emocional dos universitários durante o contexto pós-pandemia que têm sido pouco estudados, aspectos que a

tornam relevante. No entanto, é necessário especificar algumas limitações. Em primeiro lugar, o tamanho da amostra é relativamente pequeno e também homogêneo, o que implica cautela na interpretação dos resultados. Em segundo lugar, os resultados são baseados inteiramente em dados obtidos de instrumentos autoadministrados, o que pode ter levado a julgamentos subjetivos pelos participantes. Nesta ordem de ideias, espera-se que em pesquisas futuras o tamanho da amostra seja ampliado, incluindo estudantes de outras universidades e com diversas características socioculturais, e instrumentos de coleta de dados sejam utilizados para complementar os aplicados para dar maior objetividade ao referido processo.

CONCLUSÕES

Concluiu-se que os estudantes de uma universidade privada peruana apresentavam baixos níveis de depressão e ansiedade, porém, apresentavam níveis moderados de estresse durante o período pós-pandemia. Os principais sintomas associados à depressão, ansiedade e estresse foram sentir-se desanimado e triste, ficar preocupado com situações que poderiam levar ao pânico e sentir raiva com facilidade. Da mesma forma, determinou-se que as três variáveis estavam direta e significativamente relacionadas. Finalmente, determinou-se que havia diferenças estatisticamente significativas em relação à depressão, ansiedade e estresse entre homens e mulheres. Por essas razões, é necessário que as autoridades universitárias implementem estratégias de avaliação, prevenção e promoção da saúde mental nos futuros profissionais para promover seu desempenho e bem-estar pessoal.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Asif, S., Mudassar, A., Shahzad, T., Raouf, M., & Pervaiz, T. (2020). Frequency of depression, anxiety and stress among university students. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, *36*(5), 971-976. <https://doi.org/10.12669/pjms.36.5.1873>
- Auerbach, R., Alonso, J., Axinn, W., Cuijpers, P., Ebert, D., Green, J., Hwang, I., Kessler, R., Liu, H., Mortier, P., Nock, M., Pinder, S., Sampson, N., Aguilar, S., Al-Hamzawi, A., Andrade, L. H., Benjet, C., Caldas, J., Demyttenaere, K., Florescu, S., ... Bruffaerts, R. (2016). Mental disorders among college students in the World Health Organization World Mental Health Surveys. *Psychological Medicine*, *46*(14), 2955-2970. <https://doi.org/10.1017/S0033291716001665>
- Bantjes, J., Lochner, C., Saal, W., Roos, J., Taljaard, L., Page, D., Auerbach, R., Mortier, P., Bruffaerts, R., Kessler, R., & Stein, D. (2019). Prevalence and sociodemographic correlates of common mental disorders among first-year university students in post-apartheid South Africa: implications for a public mental health approach to student wellness. *BMC Public Health*, *19*(1), 922. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7218-y>

- Berenzon, S., Lara, M., Robles, R., & Medina, M. (2013). Estado del conocimiento y la necesidad de políticas públicas y planes de acción en México. *Salud Pública de México*, 55(1), 74-80. <https://doi.org/10.1590/s0036-36342013000100011>
- Castillo, C., Chacón, T., & Díaz, G. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica*, 5(20), 230-237. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.03.001>
- Chomon R. (2022). Depression and suicidal ideation among medical students in a private medical college of Bangladesh. A cross sectional web-based survey. *PloS one*, 17(4), e0265367. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0265367>
- Corrales, I., Villegas, J., Carranza, R., & Mamani, O. (2022). Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes cubanos de Estomatología durante el rebrote de la COVID-19. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 51(1), e02201720. <http://www.revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/1720>
- Estrada, E., Bautista, J., Córdova, L., Ticona, E., Mamani, H., & Huaman, J. (2023). Mental health of university students when returning to face-to-face classes: A cross-sectional study. *Behavioral Sciences*, 13(6), 438. <https://doi.org/10.3390/bs13060438>
- Haile, Y., Alemu, S., & Habtewold, T. (2017). Common mental disorder and its association with academic performance among Debre Berhan University students, Ethiopia. *International Journal of Mental Health Systems*, 11, 34. <https://doi.org/10.1186/s13033-017-0142-6>
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill.
- Hossain, M., Alam, M., & Masum, M. (2022). Prevalence of anxiety, depression, and stress among students of Jahangirnagar University in Bangladesh. *Health Science Reports*, 5(2), e559. <https://doi.org/10.1002%2Fhsr.2.559>
- Lovibond, P., & Lovibond, S. (1995). The structure of negative emotional states: comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-u](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-u)
- Lun, K., Chan, C., Ip, P., Ma, S., Tsai, W., Wong, C., Wong, C., Wong, T., & Yan, D. (2018). Depression and anxiety among university students in Hong Kong. *Hong Kong Medical Journal*, 24(5), 466-472. <https://doi.org/10.12809/hkmj176915>
- Ocampo, D., & Correa, A. (2023). Situación emocional y resiliencia de estudiantes universitarios, pos-pandemia de la COVID-19. Norte de Potosí, Bolivia. *Revista Sociedad & Tecnología*, 6(1), 17-32. <https://doi.org/10.51247/st.v6i1.322>
- Ramón, E., Gea, V., Granada, J., Juárez, R., Pellicer, B., & Antón, I. (2020). The prevalence of depression, anxiety and stress and their associated factors in college students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 7001. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197001>
- Ramón, E., Martínez, B., Granada, J., Echániz, E., Pellicer, B., Juárez, R., Guerrero, S., & Sáez, M. (2019). Conducta alimentaria y su relación con el estrés, la ansiedad, la depresión y el insomnio en estudiantes universitarios. *Nutrición Hospitalaria*, 36(6), 1339-1345. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.02641>
- Rezende, A., & Nihei, O. (2021). Depression, anxiety and stress symptoms in Brazilian university students during the COVID-19 pandemic: Predictors and association with life satisfaction, psychological well-being and coping strategies. *PloS one*, 16(10), e0258493. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0258493>
- Seleme, M., Carbonetti, M., Retamar, A., Moreno, S., & Carboneti, M. (2022). Prevalencia de síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de medicina de la Universidad Nacional de Córdoba en el retorno a la presencialidad. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas de Córdoba*, 79, 23. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/med/article/view/39110>
- Trucco, M. (2002). Stress and mental disorders: neurobiological and psychosocial aspects. *Revista Chilena de Neuro-psiquiatría*, 40(S2), 8-19. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272002000600002>
- Von Keyserlingk, L., Yamaguchi, K., Arum, R., & Eccles, J. (2022). Stress of university students before and after campus closure in response to COVID-19. *Journal of Community Psychology*, 50(1), 285-301. <https://doi.org/10.1002/jcop.22561>