



Juanita del Pilar Bejarano  
[jubejara@poligran.edu.co](mailto:jubejara@poligran.edu.co)  
Angela Gisselle Lozano Ruiz  
[aglozano@poligran.edu.co](mailto:aglozano@poligran.edu.co)  
Docente

Claudia Ofelia Palacios Aristizábal  
Yazmin Lorena Leiva Rocha  
Angie Marcela Cañón Reyes  
Estudiantes

Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano.  
Psicología. Bogotá

## Factores De Riesgo Que Impactan En La Salud Mental De Universitarios.

Risk Factors That Impact Mental Health Of University Students.

### Resumen

Trastornos como el estrés académico, la ansiedad, la depresión, el burnout académico y la falta de mecanismos protectores en los estudiantes universitarios se han convertido en factores de riesgo que impactan en la salud mental de esta población; razón por lo cual y a través de la revisión sistemática de 56 artículos de carácter científico, se identificaron las causas y efectos de este fenómeno, para así proponer desde las políticas institucionales, programas de promoción y prevención centrados en generar herramientas de habilidades para la vida, todo esto con el fin de mitigar el impacto que estos trastornos producen en dicha población.

### Palabras clave:

Salud mental, estudiantes, universidades, abandono escolar, educación sanitaria.

### Abstract:

Disorders such as academic stress, anxiety, depression, academic burnout and lack of protective mechanisms in college students have become risk factors that impact mental health of this population; therefore, and through the systematic review of 56 scientific articles, the aim is to identify the

causes and effects of this phenomenon, in order to propose from the institutional policies, promotion and prevention programs focused on generating skills for life, all of this in order to mitigate the impact these disorders have on the population.

### Keywords:

Mental health, students, universities, school dropout, health education.

### Introducción.

La salud mental en las últimas décadas ha sido tema de interés para la salud pública, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud – OMS (2005), cerca de 400 millones de personas en el mundo presentan o han presentado alguna vez en su vida situaciones asociadas a los trastornos de salud mental, dato relevante, si se considera que los factores de riesgo se viven con mayor intensidad en la adultez emergente (18-29 años), población que se encuentra dentro del proceso de formación universitaria.

De acuerdo con la Resolución 4886 del 7 noviembre de 2018, de

MinSalud y Protección Social se adopta la Política Nacional de Salud Mental, teniendo en cuenta, entre otras, la Ley 1616 de 2013, mediante la cual se establecen las disposiciones que garantizan el derecho a la salud mental de la población colombiana, al igual que la atención integral a la salud mental y la promoción y prevención de los trastornos mentales, dando prioridad a los niños y adolescentes (Ministerio de Salud y Protección Social, 2018).

En este sentido, la vida universitaria es una experiencia de formación profesional y personal, donde las exigencias y responsabilidades pueden superar las expectativas de los estudiantes, lo que implica grandes desafíos para adaptarse al contexto, entre otros los factores de riesgo que afectan la salud mental en este grupo en particular.

La vida universitaria ocasiona exposición a situaciones estresantes que generan cambios y tensiones importantes que

demandan la utilización de recursos psicológicos y sociales, situaciones que producen debilidad emocional e insatisfacción en esta población (Pérez 2016; Moncada, 2018; Caballero, et al. 2007).



Ahora bien, para saber en qué pueden focalizar los esfuerzos los programas que mitigan los riesgos, se debe conocer los factores de riesgo que tienen mayor impacto en los universitarios.

Por todo lo anterior, se realizó una revisión bibliográfica para analizar los factores de riesgo que impactan en la salud mental de los estudiantes universitarios.

### Metodología.

Para la presente revisión bibliográfica se tuvieron en cuenta 56 artículos publicados en bases de datos como Google Scholar, Redalyc, Redib, Dialnet y Scielo.

### Resultados.

La presión académica es un factor que afecta la salud mental (Álvarez, et al., 2019) y el trastorno depresivo (Kwan, et

al.,2016, Nur, et al. 2017, Conti, et al.,2018) es reportado como una dolencia por los estudiantes y la ansiedad es otro factor de riesgo que afecta la consecución de metas (Cala, et al.,2020,

Garay, et. al, 2020), su desempeño en las habilidades interpersonales y académicas (Hernández, et al,2017) que a su vez conlleva a la deserción (De la Torre, et al., 2019).

Al mismo tiempo existen desafíos económicos personales y sociales que se convierten en factores de riesgo y afectan la salud de los jóvenes (Álvarez et al., 2019; Páez, et al., 2016; Rosa, 2016; Çelik, et al., 2018; Penha, et al., 2020; Lozada, 2020, Rossi et. al, 2019).

Así mismo, el estrés académico se tipifica como otro factor de riesgo que genera diversas patologías (Restrepo, et al,2020) por lo que se hace necesario trabajar en estrategias

de afrontamiento adaptativas (Reddy, et al, 2018).

### Discusión y Conclusiones.

En la literatura encontrada sobre la salud mental y factores de riesgo que impactan en los universitarios, se establece la importancia de acuerdo con López, et al. (2017) del diseño de estrategias y dinámicas institucionales para amortizar el deterioro físico y mental de quienes los padecen, puesto que éstos pueden afectar negativamente el entorno social y académico.

### Referencias.

Álvarez, C., Londoño, M., Merchán, M., Ángel, C., & Potes, M. (2019).

Comportamientos de riesgo en estudiantes universitarios: la ruta para enfocar acciones educativas desde los currículos.

Latinoamericana de Estudios Educativos, 15(1), 130-153: <https://revistasoj.s.ucald.edu.co/index.php/latinoamericana/article/view/3917>

Cala, L., García, J.,Saldarriaga, A., Sandoval, J., Chávez, P., Badillo, M., & Pablo, J. (2020). Salud mental y deserción en una población universitaria con bajo rendimiento académico. Revista Virtual Universidad

- Católica del Norte, (60), 137-158:  
<https://revistavirtual.ucc.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/viewFile/1167/1549>
- Çelik, N., Ceylan, B., Ünsal, A., & Çağan, Ö. (2019). Depression in health college students: relationship factors and sleep quality. *Psychology, health & medicine*, 24(5), 625-630:  
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13548506.2018.1546881>
- Conti, A., Mas, J., & Sampol, P. (2018). Diferencias de estrés y afrontamiento del mismo según el género y cómo afecta al rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista de educación*, (22), 181-195:  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6524978>
- Garay, M., & Delgado, M. (2020). Factores protectores y de riesgo de salud física y mental en los estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia-campus Villavicencio [Tesis de pregrado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Institucional UCC.  
<https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/28597>
- Kwan, M., Arbour, K., Duku, E., & Faulkner, G. (2016). Patterns of multiple health risk-behaviours in university students and their association with mental health: application of latent class analysis. *Health promotion and chronic disease prevention in Canada: research, policy and practice*, 36(8), 163:  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5215183/>
- López, R., Navarro, N., & Astorga, A. (2017). Relación entre organización de personalidad y prevalencia de síntomas de depresión, ansiedad y estrés entre universitarios de carreras de la salud en la Región de Coquimbo, Chile. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 6(4), 203-208:  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0034745016300749>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2018). Resolución 4886.  
[https://www.minsalud.gov.co/Normatividad\\_Nu](https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nu)
- Moncada, R. (2018). Clima familiar, apoyo social y su relación con la ideación suicida en estudiantes universitarios: una propuesta de intervención familiar. [Tesis Magister en Terapia Familiar. Universidad Técnica particular de Loja - España]:  
<http://dspace.utpl.edu.ec/handle/20.500.11962/22114>
- Nur, E., Pulgar, E., Piñero, I., Mendoza, M., Paredes, M., Morales, M., & Daza, D. (2017). Frecuencia de depresión y factores de riesgos asociados en estudiantes de primer a octavo semestre en un decanato de la UCLA. *UCLA enero - mayo 2013*:  
<http://bdigital2.ula.ve:8080/xmlui/handle/654321/4946>
- Organización Mundial de la Salud. (2005). Informe sobre la salud en el mundo 2001: Salud mental : nuevos conocimientos, nuevas esperanzas.  
<https://apps.who.int/iris/handle/10665/42447>

- Páez, V., Gómez, S., Durán, I., & Vargas, P. (2016). Caracterización de la depresión en estudiantes universitarios. *Revista Salud, Historia y Sanidad*, 11(1), 37-50: <http://agenf.org/ojs/index.php/SHS/article/view/200>
- Pandina, R. (2002). Risk and protective factors models in adolescent drug use: Putting them to work for prevention. National Conference on Drug Abuse Prevention Research: Presentations, papers, and recommendations, Washington. Department of Health and Human services. Washington: <https://books.google.es/books?id=3nVrAAAAMAAJ&dq=Pandina%2C%20R.J.>
- Penha, J., Oliveira, C., & Mendes, A. (2020). Saúde mental do estudante universitário: revisão integrativa/University student mental health: integrative review/Salud mental del estudiante universitario: revisión integrativa. *Journal Health NPEPS*, 5(1), 369-395: [https://periodicos.unem](https://periodicos.unem.br/index.php/jhnpeps/article/view/3549)
- Pérez, I. (2016). El proceso de adaptación de los estudiantes a la universidad en el Centro Universitario de Los Altos de la Universidad de Guadalajara. [Tesis de Doctorado en Educación. Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente, Jalisco - México]: [https://rei.iteso.mx/bitstream/handle/11117/3591/DIE-Tesis+Ignacio+P%C3%A9rez\\_copy.pdf?sequence=5](https://rei.iteso.mx/bitstream/handle/11117/3591/DIE-Tesis+Ignacio+P%C3%A9rez_copy.pdf?sequence=5)
- Reddy, K., Menon, K., & Thattil, A. (2018). Academic stress and its sources among university students. *Biomedical and Pharmacology Journal*, 11(1), 531-537: <https://biomedpharmajournal.org/vol11no1/academic-stress-and-its-sources-among-university-students/>
- Restrepo, J., Sánchez, O., & Castañeda, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*, 14(24), 17-37: <http://bibliotecadigital.ue.edu.co/handle/20.500.12717/2042>
- Rosa, L. (2016). Recursos universitarios y personales promotores de bienestar y salud en estudiantes universitarios. *Psicología y Salud*, 26(2): 195-205: <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2195>
- Rossi, J., Jiménez, J., Barros, P., Assar, R., Jaramillo, K., Herrera, L., & Martínez, F. (2019). Sintomatología depresiva y bienestar psicológico en estudiantes universitarios chilenos. *Revista médica de Chile*, 147(5), 579-588: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S003498872019000500579&script=sci\\_arttext&tlng=p](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S003498872019000500579&script=sci_arttext&tlng=p)
- Thompson, K., Wood, D., & MacNevin, P. (2019). Sex differences in the impact of secondhand harm from alcohol on student mental health and university sense of belonging. *Addictive Behaviors*, 89, pp. 57-64: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0306460318306117>