

Título

**Efectos en la salud mental de estudiantes universitarios durante la
pandemia de COVID-19: revisión narrativa**

Integrantes:

Céspedes Blanco Daniela

Rodríguez Martínez Andrea

Donado Pérez Lauren

Alvis Santos Neisy

Oñate Cárdenas María José

Docente:

Torres Rojas Indiana

Universidad Simón Bolívar

Enfermería

VII semestre

Barranquilla/Atlántico

Tabla de contenido

1. Introducción	3
2. Planteamiento del problema	6
2.1 Pregunta problema	9
3. Justificación	10
4. Objetivos.....	14
4.1 Objetivo general.....	14
4.2 Objetivos específicos	14
5. Marco Teórico.....	15
5.1 COVID- 19	15
5.1.1 Contextualización	15
5.1.2 Antecedentes.....	17
5.1.3 Epidemiología Covid-19	20
5.1.4 Situación actual.....	21
5.2 Salud Mental	23
5.2.1 Epidemiología de la enfermedad mental.....	25
5.2.2 Situación actual de la salud mental.....	27
5.2.3 Principales alteraciones de la salud mental	28
5.2.4 Principales consecuencias del COVID 19 en la salud mental	29
5.3 Marco conceptual.....	32
6 Desarrollo metodológico	33
6.1 Tipo de estudio.....	33
6.2 Procedimiento de recolección de información	33
6.3 Criterios de selección	33
6.4 Criterio de exclusión	34
7 Resultados.....	34
8 Discusión.....	40
9 Conclusió.....	42
Referencias	43

1. Introducción

La enfermedad por coronavirus humano 2019 (COVID 19) apareció a finales de diciembre del 2019 y un nuevo betacoronavirus, luego denominado síndrome respiratorio agudo severo coronavirus-2 (SARS-CoV-2), fue la causa) (1). Debido al comportamiento del brote, el 30 de enero 2020 el Comité de Emergencias convocado por el Director General de la Organización Mundial de la Salud (OMS) en virtud del Reglamento Sanitario Internacional (RSI [2005]) se reunió y declaró al evento de COVID-19 como una emergencia de salud pública de categoría internacional (ESPII) (2). Este mismo organismo internacional, decretó el estado de pandemia, obligando de esta manera a los gobiernos de los países del mundo entero a tomar medidas sanitarias como el confinamiento y distanciamiento social para minimizar la dispersión de la enfermedad. Las instituciones educativas de todos los niveles cerraron sus puertas, afectando a más de 1600 millones de estudiantes, quienes dejaron de asistir a sus clases de manera presencial (3).

Según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), cerca del 90% de todos los estudiantes del mundo experimentaron el cierre del espacio físico del colegio y universidad, teniendo que adaptarse a las medidas de aprendizaje a distancia a través de diferentes medios y plataformas. Es preciso señalar que las instituciones educativas, constituyen un espacio mucho más significativo que un lugar para adquirir conocimiento, representan un contexto clave para la protección y socialización de los estudiantes.

Por tal motivo, un cierre prolongado de estos espacios puede afectar su bienestar general y salud mental (SM) en función de las circunstancias que los rodean, sus

necesidades y los desenlaces asociados a todo el contexto de la pandemia (4). Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la SM se define como un “estado de bienestar en el que la persona desarrolla sus capacidades y es capaz de hacer frente al estrés normal de la vida, de trabajar de forma productiva y contribuir a su comunidad” (5).

Dentro de los principales desenlaces en los estudiantes para la SM relacionados con el confinamiento se encuentran manifestaciones intensas o síntomas de problemas mentales y emocionales que son evidentes e inmediatos a los cambios vividos, por ejemplo: llantos, rabiets, aburrimiento, pérdida del apetito o alteraciones del sueño; otros pueden ser alteraciones y situaciones que se van tornando más severos a un mediano plazo como: cuadros de depresión, retrasos en el aprendizaje y la deserción escolar; y otros resultados a largo plazo, que acentúan las desigualdades, pero que, además, serían muy graves para la salud como los embarazos en adolescentes, trastornos psiquiátricos desatendidos e intentos de suicidio (6).

En un estudio llevado a cabo en Brasil se identificó que estudiantes entre los 3 y 18 años de edad, presentaron irritabilidad, agitación y miedo de no poder ver a sus compañeros (7). Una encuesta realizada por el Instituto Colombiano de Neurociencias, logró identificar que el paso a la virtualidad y el confinamiento enfrentó a los estudiantes a un nuevo reto que les llevó a cambios en su comportamiento y problemas como problemas de sueño, irritabilidad, frustración, aburrimiento, desconcentración y agresividad (8).

Registros de las llamadas a la línea de atención en salud mental habilitada durante la pandemia a cargo del Ministerio de Salud y la Protección Social (MSPS), muestran que del total de llamadas recibidas de la población entre los 7 y 18 años, el 21% se debió a con síntomas asociados a la ansiedad y el 16,5% a síntomas de depresión especialmente en población entre los 17 y 18 años (9). Una nota de prensa divulgada el 27 de julio por El Espectador indica que “los estudiantes más pobres, perderán el 49% de los conocimientos adquiridos no solo este año sino en los anteriores según una estimación hecha por el Banco Mundial para Colombia” (10).

El cambio abrupto y las múltiples experiencias desencadenadas por la pandemia y el cierre de colegios crean un trauma psicológico intenso que se denomina estrés postraumático (TPT), similar al experimentado en otro tipo de desastres naturales, teniendo como desenlace reacciones emocionales que llegarían a ser muy intensas y duraderas, algo que afecta el curso de la vida de manera significativa (7, 11,12).

2. Planteamiento del problema

Debido a la Pandemia por Covid-19, habría poco menos de mil quinientos millones de estudiantes matriculados en educación primaria, secundaria y terciaria, vivenciando las consecuencias del cese temporal de actividades de docencia presencial, fenómeno que habría afectado a un 72% del estudiantado a nivel mundial (UNESCO, 2020). De este modo, la labor tradicional de la institución educativa tantas veces criticada en las últimas décadas, hoy se extraña, se valora o al menos se re-significa luego del aludido cierre total o parcial de centros educativos y el consecuente confinamiento domiciliario definido por diferentes países, medidas que, si bien resultan necesarias para hacer frente a la pandemia, complejizan el panorama mundial de la educación (13).

Luego de la imposibilidad temporal de dar continuidad a la educación presencial, las instituciones formadoras han puesto la mirada en las oportunidades de la educación a distancia apoyada por internet y otras tecnologías, sin embargo, se ha de tener en cuenta que, si ya era difícil en América Latina y, garantizar una educación de calidad en contextos presenciales, la educación a distancia, también supone nuevas complejidades que merecen ser revisadas (14).

Esta nueva experiencia desencadenó en niños, adolescentes y adultos reacciones emocionales que variaban según sus circunstancias. Algunas personas sintieron un pequeño descanso de sus actividades académicas y/o laborales. Para otras empezaron o se agravaron las angustias presupuestales, y a medida que llegaba información sobre la gravedad de la crisis en otros países Otra parte de la población se preocupó ante todo por el riesgo de contagio y los muchos ajustes que tendrían

que hacer en sus vidas; ellos fueron los primeros en mostrar síntomas de estrés, aburrimiento, nerviosismo e incluso tristeza (15).

La mayoría de las personas ya expuestas a esta situación, aumentando los niveles de estrés, ansiedad. Son varios los factores que se pueden relacionar con manifestaciones depresivas y ansiosas en las personas que se encuentran en cuarentena por una pandemia. Lo cual ha presentado cambios en las relaciones interpersonales de los jóvenes, esto puede tener afectaciones en los jóvenes en la actualidad, La OMS define la adolescencia como el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años pero también constituye una etapa de riesgos considerables donde el contexto social puede tener una influencia determinante, Un contexto, el del encierro por la crisis sanitaria a causa del coronavirus, que no se ha vuelto precisamente favorable (16).

En Colombia el promedio el 80% de las personas afirman haber sentido, cuando inició la cuarentena, angustia, desazón, zozobra o preocupación, también en diferentes niveles, Se realizó una encuesta a 1848 mayores de edad en distintas ciudades y zonas rurales de algunos centros poblados del país. Con datos recogidos entre el 24 y 28 de abril pasados, la encuesta halló que un 17 % de los consultados reportó tener un nivel alto de depresión; otro 17 %, un nivel medio de depresión, y un 51 % adicional, un nivel alto de ansiedad ante el avance de la pandemia, el presidente Duque anunció que la cuarentena se extendería hasta el 27 de abril; después la prorrogó hasta el 25 de mayo. En consecuencia, se agudizaron las afecciones a la salud mental de los colombianos esta situación activó

las alarmas de psicólogos de todo el territorio cuyo propósito era mitigar el aumento de la depresión y ansiedad (17).

El tema del covid-19 nunca va a dejar de tener importancia en nuestra Sociedad puesto que el impacto que este, está dejando en ella es grande; los jóvenes están teniendo el riesgo de convivir con las secuelas de este, el problema es la falta de información y apoyo que reciben los jóvenes puesto que el estrés y la ansiedad ya se está apoderando de ellos, se conoce el impacto que ha tenido el covid-19 en la Sociedad y se evidencia lo que este trae para la población juvenil (18).

Esta falta de información para sobrellevar trabajos virtuales, el confinamiento, la falta de interacción social, trae consigo enfermedades como el estrés y la ansiedad las cuales están atacando fuertemente a la población juvenil, lo cual puede resultar peligrosa en las personas que no saben que tan grande es el problema y cómo manejarlo. Por ende, tienen a realizar actos como el infringir la cuarentena sin medidas de seguridad lo cual ya es peligroso no solo para los jóvenes, También para familiares y allegados.

Desde marzo meses en que se clausuraron los centros educativos con el objetivo de un freno rápido de la propagación del virus covid-19. No ha habido una fecha para la reapertura de escenarios en donde muchos jóvenes interactuaban y llevaban un tratamiento psicológico o interactivo y provechoso para la salud, esta realidad es la que a millones de jóvenes les toca vivir, ya que no es solo un país; esto es a nivel mundial y la comunidad global se pregunta que implicaciones tendrán estas medidas sobre la salud mental de los jóvenes y que ocurrirá cuando se vuelva a la normalidad, se evidencia que algunos tendrán secuelas de estrés postraumáticos y

ansiedad postraumática en casos, se debe realizar un estudio de escenarios y proponer medidas para estos.

La actual situación pone de manifiesto varios problemas a los que se enfrenta el sistema como por ejemplo que planes se deberían mostrar para controlar estas manifestaciones como lo son las enfermedades mentales ya que sus actividades cotidianas como los establecimientos públicos, educativos y experiencias cotidianas fueron privadas; se puede decir que se ha perdido una de los momentos fundamentales de la juventud. El COVID 19 solo deja algo claro y es que este mismo repercute negativamente sobre la salud mental de las personas en general, la incertidumbre, el distanciamiento social, la cuarentena, puede agravar la salud mental de la población y es indescriptible lo que puede causar de desinformación y los rumores infundados en la sociedad lo cual también hace que las personas tengan un grado más alto de estrés, pánico, miedo y ansiedad.

Si bien el tema aquí es la importancia que tiene una buena información y como se deberá abordar a estos jóvenes ya que son el personal más vulnerable lo cual causa que puedan infectar y propagar este mortal virus. Por esta razón deberán seguir estrictamente los lineamientos nacionales y a su vez plantearse soluciones para mejorar esta crisis de salud mental.

2.1 Pregunta problema

¿Cuáles son las Alteraciones-en la salud mental en universitario en tiempos de
pandemia por COVID 19?

3. Justificación

Magnitud del problema: La pandemia de COVID-19 ha causado revuelo, debido a los cambios estrictos que se han dado y tomado obligatoriamente, como el aislamiento preventivo, lo cual el uso del tapabocas, el estudiar y trabajar desde casa, ocasiona ciertas crisis de pánico, ansiedad, desespero, ira, trastornos en el sueño, y demás. Esto genera un impacto psicológico a nivel mundial, pero ha sido más complicado para los jóvenes universitarios adaptarse a estas medidas, debido a que el estudiar a través de una plataforma, causa estrés, agotamiento, y no rinden académicamente igual, sin contar que otros estudiantes cuentan también con actividades laborales (19).

Asimismo, un estudio en Perú evidenció que los principales estresores en estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID - 19, fueron la acumulación de tareas, la inadecuada ejecución de cursos virtuales, ausencia de asesoramiento, falta de comprensión de sus profesores, entre otros. Un sector fuertemente afectado por la enfermedad de COVID – 19 en el Perú es el educativo, donde alrededor de **1.895.907** universitarios, entre hombres y mujeres, han visto perjudicados sus estudios (UNESCO, 2020a). Se ha reportado una correlación estadísticamente significativa, entre la ansiedad por Covid – 19 y la salud mental en estudiantes universitarios (20).

Se realizaron estudios en una corporación universitaria de Barranquilla, Colombia donde se ve un incremento en la afección de la salud mental de los estudiantes en comparación a otros años donde no ha existido la pandemia. En el estudio participaron 398 estudiantes de Enfermería de una Universidad de la Costa Caribe

de Colombia, donde predominó el sexo femenino con un 92,2% (367). El promedio de estrés fue de 18,83 5,19, mostrando un nivel leve de estrés, siendo más bajo en personas de mayor edad (30-34 y ≥ 35 años), ($P= 0,00$), las mujeres presentaban una leve disminución del estrés percibido en comparación con los hombres ($P=0,04$) y las personas que habitan en el área rural presentan niveles de estrés más elevados (21).

Trascendencia del problema. Se logra evidenciar que los jóvenes están refiriendo sensaciones de ansiedad difusas como inquietud y problemas para dormir (con una alteración específica de los ciclos naturales del sueño). En el Perú, donde alrededor de **1.895.907** universitarios, entre hombres y mujeres, han visto perjudicados sus estudios (UNESCO, 2020a) se ve todas las afecciones que están presentando los jóvenes. Asimismo, los ataques de pánico, entendidos como episodios agudos de intensa activación fisiológica, también han acentuado su prevalencia. Todo ello confluye con una visión negativa del futuro con la percepción de tener ante nuestros ojos una situación incontrolable, estas dos variables predicen intensamente los trastornos del estado de ánimo (como la depresión mayor (20).

Hoy en día sabemos que la crisis por coronavirus ha generado importantes resonancias emocionales en los adolescentes. Concretamente se relacionan con una tendencia aumentada a experimentar síntomas ansiosos y depresivos. Este hecho se ha revelado muy importante entre los que padecían algún problema de salud mental previo. Sucede que constituyen una población vulnerable a las recaídas o al empeoramiento de su salud psicológica en situaciones de estrés intenso. Respecto a los resultados comparativos en función al sexo, los hallazgos

del estudio realizado en Perú coinciden con los de Samaniego et. al (2020) quienes reportaron la presencia de sintomatología moderada de estrés (31.92%), psicósomáticos (5.9%), dificultades para conciliar el sueño (36.3%), problemas a nivel social en la actividad diaria (9.5%) y síntomas de depresión (4.9%), en especial en las mujeres paraguayas y en los jóvenes (18-25 años).

La salud mental en jóvenes de hoy en día se ha visto muy afectada, en el diario vivir vemos como múltiples de situaciones que afectan la tranquilidad de los jóvenes ya que se están enfrentando a una realidad a la que antes no estaban acostumbrados, su crecimiento personal y como futuro profesional iban de la mano con lo social, al estar enfrentados con la pandemia todo lo social tuvo que quedar a un lado, incluso sus intereses por los estudios están siendo minimizados por situaciones que enfrentan con sus familias, ya sea económico o emocional por pérdidas.

De acuerdo con Wessely (2020), citado por Conor (2020), las cuarentenas prolongadas son difíciles de mantener, dado que de estas medidas se derivan consecuencias psicológicas, manifestadas en síntomas como el enojo, la ansiedad, el aburrimiento, depresión y disfuncionalidad en la vida productiva. Así, se espera que, a largo plazo, aumenten condiciones psiquiátricas como la depresión, ansiedad y estrés postraumático (Conor, 2020). El impacto psicosocial puede exceder la capacidad de manejo de la población afectada. Sin embargo, al igual que en otras emergencias sanitarias, no todas las condiciones mentales que se presenten podrán calificarse como enfermedades; muchas serán reacciones normales ante una situación anormal (OPS/OMS) (22).

Vulnerabilidad del problema: Respeto al tema, se han publicado estudios que identifican síntomas relacionados con alteraciones en salud y bienestar mental de la población expuesta a la cuarentena por el COVID19, reportando que los principales efectos psicológicos negativos son estrés postraumático, confusión e ira, además de ansiedad. En países como México se han interesado por abordar esta población y el estudio más grande hasta la fecha es el aplicado a 644 estudiantes universitarios con el fin de medir ansiedad, estrés y depresión, así como la percepción frente al virus, este estudio estuvo enmarcado por la manifestación de síntomas (moderados a severos) de estrés (31.92%), problemas para dormir (36.3%) y ansiedad (40.3%) (23).

En otro estudio realizado en Colombia a universitarios, la ansiedad se incrementó fuertemente en un 34.1% al pasar del 11.8% al 45.5%, quizá porque debían atender sus estudios a través de educación virtual, colaborar con algunas tareas propias del hogar o las noticias sobre el coronavirus les generaban desesperación y angustia; la alegría disminuyó en un 52.9% al pasar del 71.8% al 18.9%, atribuible a las labores adicionales que les significaba hacer tareas académicas, estudiar para las evaluaciones y colaborar en el hogar; la tristeza o la depresión crecieron en un 16.5% al variar del 7.0% al 23.5% (24).

Los factores que más estresan a las personas aisladas son no conocer el tiempo que va a durar la cuarentena, temores a infectarse, frustración, aburrimiento, suministros o información inadecuados, posibles pérdidas financieras y que, al salir, se queden con el estigma de la enfermedad (Orgaz, 2020) (25).

4. Objetivos

4.1 Objetivo general

Sintetizar el estado actual del desarrollo investigativo de las afecciones en la salud mental relacionado con estrés en universitarios en tiempos de pandemia por COVID 19.

4.2 Objetivos específicos

- Caracterizar la producción científica disponible de las afecciones en la salud mental relacionado con estrés en universitarios en tiempos de pandemia por COVID 19.
- Identificar las afecciones en la salud mental relacionado con estrés en universitarios.
- Describir los comportamientos de la salud mental relacionado con el estrés en universitarios en tiempos de pandemia

1. Marco Teórico

5.1 COVID- 19

5.1.1 Contextualización

El siglo XXI se ha caracterizado desde sus inicios por una problemática de salud que ha afectado al mundo, que va desde un incremento de la resistencia microbiana, aumento de las enfermedades oncológicas hasta la aparición de nuevas enfermedades infecciosas emergentes y reemergentes, como ha sido la aparición de la COVID-19 a finales del 2019 (26).

La COVID-19 también conocida como enfermedad por nuevo coronavirus es causada por el coronavirus del síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV2), su forma es redonda u ovalada y a menudo polimórfica, tiene un diámetro de 60 a 140 nm, la proteína espiga que se encuentra en la superficie del virus y forma una estructura en forma de barra, es la estructura principal utilizada para la tipificación, la proteína de la nucleocápside encapsula el genoma viral y puede usarse como antígeno de diagnóstico. Tanto el nuevo virus como la enfermedad eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (27).

La vía de transmisión más probable del COVID-19 es por contacto y gotas respiratorias (aerosoles), en distancias cortas (1,5 m) y también por fómites contaminados por dichos aerosoles. No puede descartarse completamente que exista cierto grado de transmisión por vía aérea. El contacto prolongado es el de mayor riesgo, siendo menos probable el contagio a partir de contactos casuales. La mayoría de los contagios se producen a partir de pacientes sintomáticos. Pueden

existir contagios a partir de pacientes asintomáticos e incluso a partir de personas en periodo de incubación de la enfermedad, aunque algunos datos iniciales al respecto han resultado ser equívocos. Este tipo de transmisión, aunque menos frecuente, supondría una complicación para el control de la enfermedad (28).

Produce síntomas similares a los de la gripe, entre los que se incluyen fiebre, tos, disnea, mialgia y fatiga. También se ha observado la pérdida súbita del olfato y el gusto (sin que la mucosidad fuese la causa). En casos graves se caracteriza por producir neumonía, síndrome de dificultad respiratoria aguda, sepsis y choque séptico que conduce a alrededor del 3 % de los infectados a la muerte, aunque la tasa de mortalidad se encuentra en 4,48 % y sigue ascendiendo (29).

Ante esta situación mundial la principal labor es la preventiva, la OMS, ha publicado medidas para reducir la transmisión del virus. Son similares a las que se han recomendado para prevenir la infección por otros coronavirus e incluyen: Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón al toser o estornudar, cubrirse la boca y la nariz con la sangría o fosa cubital (la concavidad que forma la cara interna del brazo al flexionarlo por el codo) (30).

Mantener al menos un metro de distancia de otras personas, particularmente aquellas que tosan, estornuden y tengan fiebre. Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca. Ir al médico en caso de fiebre, tos y dificultad para respirar, llamando con antelación si se encuentra en zonas donde se está propagando el virus o si se las han visitado en los últimos 14 días. Permanecer en casa si empieza a encontrarse mal, aunque se trate de síntomas leves como cefalea y rinorrea leve, hasta que se recupere si se encuentra en zonas donde se está propagando el virus o si han sido

visitados en los últimos 14 días.(14,30) Para reducir las posibilidades de infectarse, las organizaciones sanitarias recomiendan evitar el contacto cercano con personas enfermas; lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón; no tocarse los ojos, la nariz o la boca con las manos sin lavar y practicar una buena higiene respiratoria (31) .

En el tratamiento se han tomado medidas generales en pacientes no complicados: reporte de cuidado; signos vitales como mínimo cada 4 horas; dieta según paciente y comorbilidades, reforzar las medidas de protección necesarias para el traslado y procesamiento de las muestras, vigilar la aparición de signos de alarma o de empeoramiento del cuadro clínico; medidas de soporte de acuerdo con el estado del paciente y comorbilidades. Medidas específicas en Centros de Atención a Sospechosos: Oseltamivir (cápsulas) a 75 mg cada 12 horas, por cinco días. Azitromicina (tabletas) 500 mg diarios, por 3 días. De no existir contraindicaciones ni signos de gravedad, para su administración, Interferón alfa 2b (3 millones de unidades, por vía intramuscular, 3 veces a la semana, por cuatro semanas). Evaluar la evolución de la enfermedad y determinar continuidad de este tratamiento (32).

5.1.2 Antecedentes

En diciembre de 2019, surgió un nuevo coronavirus (SARS-COV-2), que provocó una epidemia de síndrome respiratorio agudo (COVID-19) en humanos, en Wuhan, China. Cinco meses después, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ya había declarado una pandemia dado que el virus se había propagado a

más de 150 países y se habían reportado más de 2 500 000 casos y más de 150 000 muertes (33).

Si bien la pandemia llevó al desarrollo de campañas masivas de salud pública mundial, como el lavado de manos frecuente, no tocarse la cara, mantener el distanciamiento físico-social, el aislamiento y usar máscaras en público para frenar la propagación, también emergió la posibilidad de una vacuna para la prevención de la enfermedad. Aunque existía el riesgo de que la pandemia terminara abruptamente antes de que las vacunas potenciales estuvieran listas, en realidad era poco probable que eso sucediera, y los expertos hicieron un llamado para desarrollar las vacunas más prometedoras, a fin de disminuir la probabilidad de la repetición de brotes (34).

El impacto en la economía de todos los países, por parte de esta pandemia, es demoledor. Todos los gobiernos se han visto obligados a tomar medidas en forma general, poco antes vistas globalmente, buscando paliar esta catastrófica situación económica, con cada vez más personas que deben dejar sus trabajos, bajando o eliminando el ingreso familiar promedio (35).

En ese contexto el sistema educativo es el que más cambios experimentó, implementando a nivel global la educación online, En un país con un modelo educativo tradicional, la implementación de la educación a distancia, supone un drástico cambio en las actividades de docentes y estudiantes. Según la UNESCO (2020) en América Latina y el Caribe son 23 400 000 estudiantes y 1 000 400 docentes aproximadamente, los involucrados, es decir más del 98% del total de estudiantes y docentes universitarios. La transición no ha sido fácil, pues implica la

implementación de nuevas estrategias didácticas a nivel sincrónico y asincrónico muy distintas a las que tradicionalmente se realizan en aulas presenciales (36).

En conjunto al esfuerzo necesario para adaptarse, la deficiente infraestructura de red genera situaciones de frustración entre todos los involucrados en la dinámica pedagógica. Por otra parte, para los estudiantes universitarios principalmente, la presión académica resulta natural, sin embargo, las deficiencias en los modelos de educación virtual y las modificaciones en su dinámica social, generan un notable impacto mental y desgaste emocional, y si bien son una generación destacada por su apego a la tecnología y su capacidad adaptativa, es natural tal reacción, como en cualquier ser humano, ante una gran modificación de su estilo de vida (37).

Se necesitaba, al menos, una vacuna viable, aunque los usuarios potenciales de ella podrían presentar múltiples barreras para su aplicación, debido a la percepción de la enfermedad, las creencias sobre las vacunas y los remedios alternativos, características demográficas, barreras cognitivas e incluso riesgo percibido, entre otras. Los países emergentes y en vías de desarrollo se convirtieron en espacios vulnerables a los brotes y propagación de la infección, debido principalmente a una débil infraestructura de los sistemas de salud y los desafíos económicos y sociales (38).

Estas vacunas se han producido en un tiempo récord comparadas al resto por varios motivos: a) no se partía de cero, ya que se han utilizado tecnologías conocidas y utilizadas antes; b) se han podido cubrir diferentes fases que como norma son secuenciales; c) la etapa de alistamiento que en muchas

vacunas dura mucho tiempo, aquí se ha disminuido por la facilidad de inclusión de voluntarios y d) porque debido a la emergencia mundial ha existido una importante colaboración de fondos públicos y privados (39).

Una de las expectativas que existen es poder colocar vacunas seguras y efectivas para suministrar a la población. Con ello se intenta conseguir la inmunidad colectiva que permita quebrar la cadena de transmisión. Hay que tener estrategias de vacunación frente al COVID-19, teniendo en cuenta la disponibilidad progresiva de las dosis, es necesario realizar un ejercicio de priorización atendiendo principios éticos y criterios de riesgo (40).

5.1.3 Epidemiología Covid-19

La situación de pandemia generada por el COVID-19 es, sin duda alguna, el evento más extremo al que ha tenido que enfrentarse la sociedad en lo que va de siglo. Tanto por su extensión, que ha afectado a cientos de millones de personas, como por su duración de meses y su previsible continuidad y consecuencias (41).

Hasta el 21 de julio 2021, fueron notificados 191.281.182 casos acumulados confirmados de COVID-19 a nivel global, incluyendo 4.112.538 defunciones, de los cuales 39% de los casos y 48% de las defunciones fueron aportadas por la región de las Américas. En junio de 2021, la subregión de América del Sur continuó contribuyendo con el mayor número de casos y defunciones, aportando 4.076.310 casos y 108.331 defunciones. Estas cifras representan 84% y 81% de los casos y defunciones notificados, respectivamente, en la Región de las Américas durante este mes (42).

En Colombia, se apreció que el mes con mayor porcentaje de letalidad por cada 100 habitantes está en primer lugar abril 2020 con una tasa de 4,71%, y febrero 2021 con 3,68%. Para el caso de la incidencia se determinó que el mes con mayor tasa de porcentaje se ubicó en el mes de enero 2021 con 0,884% y diciembre 2020 con 0,664%. En la otra medida epidemiológica de la prevalencia, se fijó que los meses con mayor tasa de porcentaje se ubicó en 2021: enero 4,1%, y febrero con un 4,41% (43).

De acuerdo con la información registrada en el Instituto Nacional de Salud de Colombia, la notificación del primer caso al sistema en la región Caribe colombiana se generó de la unidad territorial de Cartagena de Indias, seguido de Santa Marta y Barranquilla. El mayor número de casos se registró en Barranquilla, Atlántico, Cartagena y Córdoba. Así mismo, la mayor tasa de muertes por 100 000 habitantes se registró en Barranquilla, 127,45; Atlántico 89,58 Córdoba 74,20; Santa Marta 67,02; Sucre 53,62 y Cartagena 51,33, estas unidades geográficas se encuentran por encima de la tasa nacional(44) .

5.1.4 Situación actual

La pandemia de la enfermedad por coronavirus (COVID-19) ha puesto de relieve, de forma inédita, la importancia de los cuidados para la sostenibilidad de la vida y la poca visibilidad que tiene este sector en las economías de la región, en las que se sigue considerando una externalidad y no un componente fundamental para el desarrollo(45).

El COVID-19 ha provocado una crisis sin precedentes en todos los ámbitos. En la esfera de la educación, esta emergencia ha dado lugar al cierre masivo de las actividades presenciales de instituciones educativas en más de 190 países con el fin de evitar la propagación del virus y mitigar su impacto. La Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) ha planteado que, incluso antes de enfrentar la pandemia, la situación social en la región se estaba deteriorando, debido al aumento de los índices de pobreza y de pobreza extrema, la persistencia de las desigualdades y un creciente descontento social(46).

En el ámbito educativo, gran parte de las medidas que los países de la región han adoptado ante la crisis se relacionan con la suspensión de las clases presenciales en todos los niveles, lo que ha dado origen a tres campos de acción principales: el despliegue de modalidades de aprendizaje a distancia, mediante la utilización de una diversidad de formatos y plataformas (con o sin uso de tecnología); el apoyo y la movilización del personal y las comunidades educativas, y la atención a la salud y el bienestar integral de las y los estudiantes. Los estudiantes están experimentando un tipo de aprendizaje flexible que puede no gustarles, pero al que podrían regresar cuando sea el momento continuar para obtener el título de posgrado. Quizás estas tendencias pueden no transformar la educación superior, pero es probable que aceleren la integración de la tecnología en ella (47).

Este año de crisis ha causado una gran oleada de sufrimiento. El virus ha matado a más de 2,5 millones de personas y ha dejado con secuelas a largo plazo a varios millones más. Las familias y las economías se tambalean. Ahora, gracias a la promesa de las vacunas, podemos ver algo de luz al final del túnel. La comunidad

científica ha hecho maravillas para desarrollar vacunas seguras y eficaces en tiempo récord (48).

5.2 Salud Mental

En Colombia las normas específicas en materia de salud mental no son muchas, pero una aproximación a los antecedentes y a la evolución de sus referentes normativos permite plantear dos grandes momentos históricos cuyos límites podrían ubicarse en un extremo hacia la década de los años sesenta del siglo pasado y en el otro en el momento actual, separados por la creación del Sistema General de Seguridad Social en Salud (SGSSS) mediante la Ley 100 de 1993. Aunque en los dos momentos se generan cambios apreciables, es en 1993 cuando se produce una transformación global del modelo de salud, del sistema de salud colombiano y, por ende, de lo relacionado con la salud mental (49).

La Organización Mundial de la Salud [OMS] tardó en declarar al COVID-19 como pandemia mundial, solo hasta el 11 de marzo del 2020 lo hizo, debido a los graves efectos producidos por la enfermedad. Desde este anuncio la humanidad ha experimentado algo inédito y extraordinario, debido a los impactos negativos producidos por el virus sobre las distintas realidades sociales. De hecho, a nivel global y nacional, lo que se conocía como “normalidad” del funcionamiento social se transformó drásticamente y de una manera repentina, en espacios de incertidumbre donde la realidad de todos, nosotros como seres humanos, se han convertido en momentos de vida extraordinarios que han provocado en varios

grupos poblacionales, entre ellos estudiantes universitarios, altos niveles de estrés y ansiedad, aumentando problemas en la salud mental (50).

Las personas con trastornos de salud mental preexistentes pueden tener un mayor riesgo de infección por SARS-CoV-2 que aquellas sin trastornos de salud mental. Los factores de riesgo para desarrollar una infección por SARS-CoV-2 grave incluyen: una enfermedad mental grave, abuso de alcohol o drogas, falta de vivienda y afecciones físicas comórbidas, siendo todos ellos factores de riesgo *per se* para un peor pronóstico en una enfermedad mental. Las personas con trastornos mentales tienen un mayor riesgo de infecciones en general y presentan más probabilidades de desarrollar una disfunción orgánica grave en comparación con las personas sin trastornos mentales (51).

Los jóvenes en esta etapa enfrentan estresores académicos, financieros y sociales que podrían afectar de manera negativa su salud mental. Específicamente, el ámbito académico se caracteriza por presentar una serie de demandas generadoras de estrés. Entre estas destacan los trabajos obligatorios o grupales, la falta de tiempo para cumplir las obligaciones académicas, la sobrecarga académica, el excesivo material de estudio, los exámenes, la participación en clase y las exposiciones, entre otras. La vida universitaria confronta a los estudiantes a una serie de demandas y desafíos en distintos niveles que se suelen relacionar con el incremento en los niveles de estrés sobre su salud mental en los jóvenes estudiantes. Este se asocia con una menor percepción de salud, debido a sus consecuencias tanto psicológicas, físicas y comportamentales. No obstante, los jóvenes tienden a percibir su salud de manera favorable, por lo que resulta

importante estudiar las variables que predicen la salud mental, con un especial énfasis en las variables psicológicas, puesto que son de suma importancia para implementar políticas y reformas educacionales e institucionales (52).

5.2.1 Epidemiología de la enfermedad mental

Se estima, según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), que una de cada cuatro personas, es decir, un 25% de la población general, sufre algún trastorno mental o del comportamiento en el transcurso de su vida. Los trastornos mentales se encuentran entre los más perjudiciales, debido a su alta prevalencia y cronicidad, a su temprana edad de aparición, a la baja tasa de tratamiento, y a la grave discapacidad que generan. Las encuestas a la comunidad sobre los trastornos mentales y la utilización de servicios son la principal fuente para obtener información útil para la planificación e implementación sanitaria en Salud Mental. La Iniciativa de la Encuesta Mundial de Salud Mental de la OMS ha impulsado estudios sobre trastornos mentales en la población general¹, desde el año 2000, con el fin de comprender su prevalencia y distribución en países de diferentes regiones a nivel mundial con distintos grados de desarrollo, para determinar la necesidad de servicios y, en base a eso, guiar las políticas de Salud Pública a nivel regional y global (53).

Esta pandemia también tiene un impacto psicológico en los estudiantes universitarios. Estudiaron a 7143 estudiantes de medicina durante la fase inicial de la pandemia y descubrieron que el 0,9% de ellos mostraron síntomas ansiosos graves; el 2,7%, moderados y el 21,3% leves. Además, el vivir en un área urbana,

tener estabilidad económica familiar y vivir con los padres fueron factores protectores frente a la ansiedad. No obstante, el tener un conocido diagnosticado con la COVID-19 empeora los niveles de ansiedad. La evidencia revisada hasta el momento indica que los grupos más vulnerables en esta pandemia son los estudiantes universitarios. Es plausible considerar, además, a personas con enfermedades mentales preexistentes o con condiciones físicas incapacitantes. Se debe generar evidencia en la realidad, ya que algunos grupos vulnerables pueden depender de factores socioculturales, como los estudiantes universitarios (54).

Un sector fuertemente afectado por la pandemia de COVID – 19 es el educativo, donde el aprendizaje de los estudiantes se ha visto afectado por los obstáculos y las medidas impuestas por los gobiernos, que en su mayoría han suspendido las actividades presenciales de las instituciones educativas para prevenir la propagación de la enfermedad. Por esa razón, más del 60% de la población estudiantil del mundo se ha visto afectada, sobre todo las comunidades más vulnerables que pueden presentar dificultades para continuar sus estudios a través del aprendizaje remoto. Es el caso del Perú, en donde alrededor de 1.895.907 universitarios, entre hombres y mujeres, han sido perjudicados con respecto a sus estudios. En ese sentido, la restricción del movimiento, la interrupción de rutinas, la disminución de la interacción social, la falta de métodos de aprendizaje tradicionales, así como las nuevas exigencias académicas, tecnológicas y psicológicas han generado un aumento de presión, estrés y ansiedad para los jóvenes (55).

5.2.2 Situación actual de la salud mental

La OMS resalta que las alteraciones en Salud Mental, a nivel mundial afectan aproximadamente a 300 millones de personas, que equivale al 4,4 % de la población mundial, presentándose con mayor frecuencia en mujeres que en hombres.

Revelar las necesidades latentes de la población en Salud Mental, hace que los gobiernos a nivel mundial confirmen la necesidad de intervenciones desde la promoción de la salud como ejes centrales y que, como profesionales de la salud, reconozcamos las señales y brindemos la orientación precisa a toda persona que lo requiera (56).

Un reciente estudio realizado por la Asociación Colombiana de Universidades (Ascún) reveló que la salud mental de los estudiantes universitarios en el país ha sufrido un serio impacto a causa del confinamiento, afectando de manera directa aspectos como su autoestima, la manera como se relacionan con los demás, así como su rendimiento académico. Al menos el 55 por ciento de los estudiantes señalan que se encuentran más irritables o tristes que antes del aislamiento, el 48 por ciento ha experimentado fuertes sentimientos de soledad, el 38 por ciento manifiesta problemas para encontrarle sentido a la vida y el 34 por ciento reconoce un deterioro en su autoestima. A esto se suman problemas de depresión, que se han visto reforzados con el temor de que miembros de su familia contraigan covid-19 o de que sean los mismos estudiantes quienes empeoren en sus condiciones de salud (57).

El impacto de la pandemia por Covid-19 en 112 estudiantes del politécnico Grancolombiano sede Medellín, se vio marcado por la presencia de altos niveles de estrés, dejando en evidencia que, tras el paso por una pandemia el estudiante experimenta cambios a nivel la salud mental, psicológico y comportamental, que a corto y largo plazo terminan afectando la forma en cómo vive y experimenta la vida universitaria, social y familiar.

Con respecto a la población universitaria, en países como México se han interesado por abordar esta población y el estudio más grande hasta la fecha es el aplicado a 644 estudiantes universitarios con el fin de medir ansiedad, estrés y depresión, así como la percepción frente al virus, este estudio estuvo enmarcado por la manifestación de síntomas (moderados a severos) de estrés (31.92%), problemas para dormir (36.3%) y ansiedad (40.3%) (58).

5.2.3 Principales alteraciones de la salud mental

Estudios realizados en China revelan que la salud mental de los jóvenes de nivel universitario se ve afectada de manera significativa al enfrentarse a la pandemia de la COVID-19. Los principales estresores relacionados con la COVID-19 son económicos, efectos sobre la vida cotidiana y retrasos académicos, que se asocian de manera positiva con los síntomas de ansiedad en estudiantes universitarios. Como también lo fueron la acumulación de tareas, la inadecuada ejecución de cursos virtuales, ausencia de asesoramiento, falta de comprensión de sus profesores, Asimismo, los contextos de brotes epidémicos crean diversos desafíos para restaurar la salud al comienzo de la infección y al final de la recuperación; en

este proceso, la angustia interna a largo plazo, tanto en el infectado como en la familia del paciente, se ven afectados (59).

La ansiedad y los problemas para dormir se manifestaron en niveles más altos en el Estado de Morelos (México), sin mostrar diferencias significativas con los demás Estados de la República. En función de los resultados obtenidos, surge la necesidad de implementar estrategias preventivas, de control y disminución de los efectos provocados por el confinamiento debido a la pandemia de Covid-19 con el objetivo de promover el bienestar y la salud mental de los estudiantes universitarios.

En la actualidad, se han llevado a cabo contados estudios científicos para determinar el impacto psicológico del confinamiento generado por Covid-19. En México, a la fecha no se cuenta con resultados de investigaciones científicas sobre el impacto psicológico del confinamiento durante la pandemia en la población de los estudiantes universitarios. Por tal motivo, el objetivo de este trabajo consistió en evaluar los niveles de ansiedad, depresión, estrés y la percepción del estado de salud en estudiantes universitarios mexicanos durante 7 semanas de contingencia por la pandemia de Covid-19 (60).

5.2.4 Principales consecuencias del COVID 19 en la salud mental

La pandemia por COVID-19 ha producido un impacto sin precedentes tanto en la economía mundial pero principalmente en la salud física y mental (61). La pandemia por Covid-19 ha obligado a confinar a la población por tiempos prolongados. La posibilidad de salir del hogar tras la cuarentena, puede producir ansiedad y miedo al contagio. A lo largo de la historia, las enfermedades infecciosas han

desencadenado miedo y ansiedad intensificados, afectando el bienestar psicológico y modificando el comportamiento de la población. En la actual pandemia por COVID-19 se ha observado un aumento en la ansiedad, depresión, estrés y síntomas de estrés postraumático (62).

En el caso particular de la ansiedad, un meta análisis reciente reportó una prevalencia global del 31.9% entre 17 estudios publicados sobre este tema hasta marzo de 2020, con una muestra total de 63,439 participantes expuestos a la pandemia. Un segundo meta-análisis reportó una prevalencia de 25% entre 43 estudios, lo que es un aumento considerable en relación a la prevalencia de 7.3% de problemas de ansiedad en población general en tiempos normales (63).

Se halló que las causas de mayor prevalencia que generan ansiedad y depresión en época de confinamiento son las relacionadas con los cambios emocionales, el miedo de la llegada de la pandemia y la afectación de la vida social. La depresión y la ansiedad son enfermedades mentales de mayor recurrencia en esta época de pandemia, ya que las personas deben cambiar sus hábitos de vida y enfrentarse al aislamiento y confinamiento en sus hogares, para evitar el contagio del nuevo coronavirus o Covid 19 (64).

El diagnóstico de ansiedad frecuentemente se presenta con problemas de sueño y comorbilidad con depresión. Afectando las poblaciones con mayor riesgo de resultados adversos para la salud mental, incluidos los pacientes con COVID-19 y sus familias, individuos con morbilidad física o psiquiátrica existente, y trabajadores de la salud, es una tarea muy importante de la salud pública durante y después de la pandemia(65).

La ansiedad por la salud, surge de la mala interpretación de las sensaciones corporales y los cambios percibidos, puede tener un efecto protector en la vida cotidiana. Sin embargo, durante un brote de una enfermedad infecciosa, en particular si la información es cambiante o exagerada en los medios de comunicación, la ansiedad por la salud puede volverse excesiva y llegar a lo que llamamos hipocondría. A nivel individual, esto puede manifestarse como comportamientos desadaptativos (consultas médicas repetidas, evitando la atención médica incluso si se está realmente enfermo, atesorando utensilios de limpieza particulares como papel de baño, sanitizantes, etc.), y a un nivel social más amplio puede generar desconfianza en las autoridades públicas y sentimientos de ser el chivo expiatorio de poblaciones o grupos particulares (66).

Por otro lado tenemos también el estrés, el permanecer confinado genera estrés, aceleración del ritmo cardíaco, fatiga, miedo, insomnio, entre otros síntomas, causados por diferentes factores de tipo emocional y social. El padecimiento, llamado estrés, es una reacción fisiológica que siempre ha existido; antiguamente se le minimizaba conociéndose vulgarmente como preocupación, pero ahora, comprobado su daño en el equilibrio del organismo, muchos medios de comunicación alzan la voz para concientizar sobre su relevancia (67).

Por lo tanto, más allá del riesgo médico, la pandemia ha causado un enorme impacto psicológico y social. El fenómeno ha sido estudiado y reportado en China, Singapur, Italia, Francia, Inglaterra y España. La crisis originada por el COVID-19 ha desembocado en un aumento del agotamiento, estrés o la ansiedad, lo que resultó en un impacto psicológico sin precedentes (68).

5.3 Marco conceptual

Estrés académico: es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta a) cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores (input); b) cuando estos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas.

Salud mental: abarca una amplia gama de actividades directa o indirectamente relacionadas con el componente de bienestar mental incluido en la definición de salud que da la OMS: «un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades».

Pandemia: Se llama pandemia a la propagación mundial de una nueva enfermedad. Se produce una pandemia de gripe cuando surge un nuevo virus gripal que se propaga por el mundo y la mayoría de las personas no tienen inmunidad contra él. Por lo común, los virus que han causado pandemias con anterioridad han provenido de virus gripales que infectan a los animales.

COVID-19: La COVID-19 es la enfermedad causada por el nuevo coronavirus conocido como SARS-CoV-2. La OMS tuvo noticia por primera vez de la existencia de este nuevo virus el 31 de diciembre de 2019, al ser informada de un grupo de casos de «neumonía vírica» que se habían declarado en Wuhan (República Popular China).

6 Desarrollo metodológico

6.1 Tipo de estudio

El presente trabajo de investigación es de revisión narrativa de la literatura mediante una búsqueda bibliográfica de artículos científicos sobre la Salud mental en estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19

6.2 Procedimiento de recolección de información

El procedimiento de recolección de información se realizó por medio de la revisión de artículos científicos completos nacionales como internacionales que tuvieron como tema principal Salud mental en estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19. El periodo de recogida de artículos fue correspondiente a los años 2020- 2021 en los idiomas inglés y español. Se realizó una búsqueda en las bases de datos bibliográficas PUBMED, SCIELO, REDALYC Y SCINCE DIREC. Asimismo, la búsqueda se complementó en buscadores genéricos de Internet con empleo de términos de resultados de búsquedas que contenían las siguientes palabras clave: “salud mental”, “universitarios”, “COVID-19”, “pandemia”, “estudiantes”. Se utilizó el siguiente algoritmo de búsqueda: Salud Mental OR estudiantes universitarios OR COVID 19 Salud AND Mental AND estudiantes AND universitarios AND COVID 19

6.3 Criterios de selección

Criterios de inclusión: Artículos publicados en idioma inglés y español, publicados entre los años 2020 a 2021. Cuyo tema de investigación sea Salud mental en estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19.

Criterio de exclusión : Investigaciones que solamente se limitaban al tema de Salud mental en otro grupo objeto de estudio o fueron realizadas antes de la pandemia por COVID 19

7 Resultados

El diagrama de flujo del proceso de búsqueda y selección de los documentos incluidos en la revisión se puede observar en la Figura 1. En total se han incluido en la revisión 15 documentos. La búsqueda inicial generó un total de 57 registros distribuidos de la siguiente manera: Pubmed 35, Scielo 6, Redalyc 6, Science Direct 6. Tras eliminar documentos duplicados, y aplicar los criterios de inclusión, se seleccionaron un total de 15 artículos (Tabla 1).

Figura 1. Diagrama de flujo

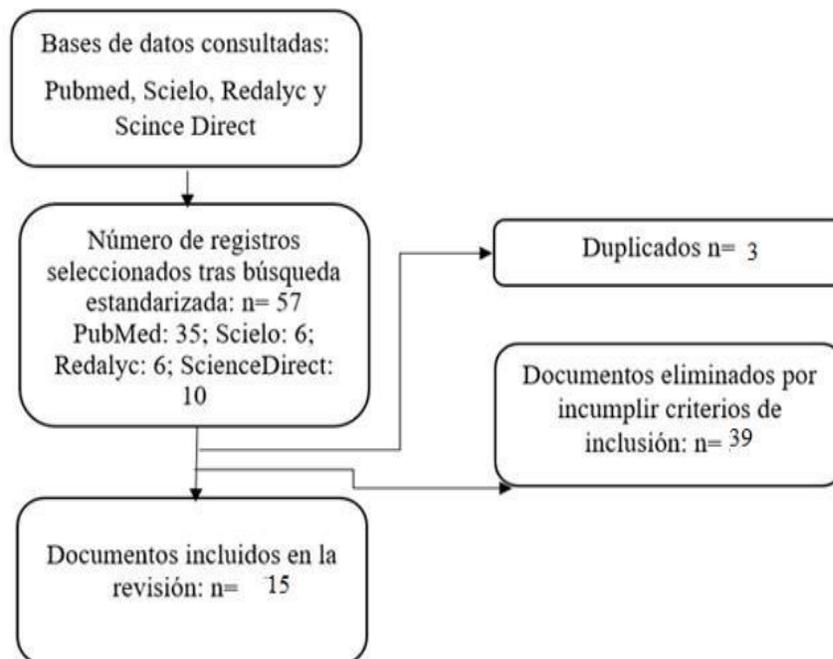


Tabla 1. Características de los estudios incluidos en la revisión, procedentes de la búsqueda de las bases de datos (n=15)

AUTOR	TITULO DEL ARTÍCULO	TIPO DE ESTUDIO	IDIOMA	PAÍS	AÑO
Nicolás Reyes, Patricio Trujillo	Ansiedad, estrés e ira: el impacto del COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios	Artículo de investigación cualitativo-	Español	Ecuador	2021
Rodríguez-Quiroga, C. Buiza, M.A. Álvarez de Mon y J. Quintero	COVID-19 y salud mental	Artículo de investigación	Español	España.	2020
Cecilia Chau y Patty Vilela	Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios de Lima y Huánuco	Artículo de investigación cualitativo-etnográfico.	Español	Perú	2020
Andrea Vivanco-Vidal, Daniela Saroli-Aranibar, Tomás Caycho-Rodríguez	Ansiedad por Covid - 19 y salud mental en estudiantes universitarios	Artículo de investigación	Español	Perú	2020
Luisa Fernanda Vallejo María Claudia Arévalo Johana Vallejo Uribe	Niveles De Estrés e Irritabilidad En Estudiantes Universitarios De La Ciudad De Medellín Durante La Época De Confinamiento Por Covid-19.	Artículo de investigación producto de proyecto de investigación formativa.	Español	Colombia	2020
Muvdi Muvdi Y, Malvaceda Frías E, Barreto Vásquez M, Madero Zambrano K, Mendoza Sánchez X, Bohorquez Moreno C.	Estrés percibido en estudiantes de enfermería durante el confinamiento obligatorio por Covid-19	Artículo de investigación, estudio de analítico.	Español	Colombia	2021
González Jaimes Norma Lilia, Tejeda Alcántara Adrián Alejandro, Méndez Claudia Magaly, Ontiveros Hernández Zeus Omar	Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19	Estudio observacional-transeccional, la muestra se conformó por conveniencia y no aleatoria.	Español	Mexico	2021
Herman, Saxena y Moodie en prensa	Promoción de la salud mental	Artículo original	Español	Ginebra	2020
Lilia Gonzalez Vazquez	Estrés académico en estudiantes universitarios asociados a la pandemia por Covid-19	Comunicación corta	Español	México	2020

AUTOR	TITULO DEL ARTÍCULO	TIPO DE ESTUDIO	IDIOMA	PAÍS	AÑO
Andrés Jiménez, Edgardo Trujillo y Ana Rodríguez	Efectos del confinamiento social en jóvenes universitarios de la ciudad de Santa Marta	Investigación cuantitativa, con un enfoque empírico-analítico y de tipo descriptivo.	Español	Colombia	2020
Vivanco-Vidal A, Saroli-Aranibar D, Caycho-Rodríguez T, Carbajal-León C, Noé-Grijalva M.	Ansiedad por Covid - 19 y salud mental en estudiantes universitarios	Artículo de investigación, comunicación corta.	Español	Perú	2020
Conor, G. B.	Psiquiatra Simon Wessely: "La cuarentena durante mucho tiempo no es sostenible"	Artículo original	Español	Londres	2020
González-Jaimes, N. L., Tejeda-Alcántara, A. A., Espinosa-Méndez, C. M., & Ontiveros Hernández, Z. O.	Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19.	Artículo de investigación, estudio observacional-transversal, la muestra se conformó por conveniencia y no aleatoria.	Español	México	2020
Valdivieso Miranda, Margoth A. Burbano Pantoja, Víctor M. Burbano Valdivieso, Ángela S.	Percepción de estudiantes universitarios colombianos sobre el efecto del confinamiento por el coronavirus, y su rendimiento académico	Artículo de investigación, análisis de tipo exploratorio-descriptivo	Español	Colombia	2020
Orgaz, C. J.	Coronavirus: los graves efectos psicológicos que tiene la cuarentena sobre quienes están aislados	Artículo original.	Español	Londres	2020
Muvdi Muvdi Y, Malvaceda Frías E, Barreto Vásquez M, Madero Zambrano K, Mendoza Sánchez X, Bohorquez Moreno C.	Estrés percibido en estudiantes de enfermería durante el confinamiento obligatorio por Covid-19	Artículo de investigación, estudio de analítico,	Español	Colombia	2021

Efectos psicológicos

La literatura consultada alerta sobre un importante riesgo y acelerado crecimiento en el impacto psicológico de los adolescentes, así como violencia, dificultades en la concentración, irritabilidad, alteraciones del sueño y nerviosismo. Dentro de otras conductas identificadas se encuentran el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas(11,12). En cuanto a las manifestaciones de tipo físico se distinguieron síntomas psicológicos como sensación de estar enfermo, cansancio extremo y dolor de cabeza (13). Esto es explicable porque el aislamiento social no es la forma en que los seres humanos, funcionamos. Y todo en la vida se vuelve más difícil y frustrante (14).

Ansiedad

Los adolescentes están dentro del grupo de personas con mayor riesgo de padecer trastornos de salud mental (11). La COVID-19 ha generado debido al confinamiento y aislamiento social, pánico generalizado y ansiedad creciente y, aunque los efectos del coronavirus en la salud mental no se han estudiado sistemáticamente, se anticipa que la COVID-19 tendrá efectos ondulantes (15). Las manifestaciones de ansiedad se explican en el contexto de la pandemia de COVID19 porque los individuos pueden tener percepciones negativas de su salud, lo que aumenta su ansiedad, afecta su capacidad para tomar decisiones y comportarse de manera racional (16).

Con respecto a la población universitaria específicamente , la adaptación a las condiciones restrictivas de la pandemia asociadas a las exigencias académicas respecto a evaluaciones, múltiples actividades, ha representado mayores índices y

niveles de ansiedad,(17) lo cual se evidencia de manera más acrecentada en estudiantes de escasos recursos(18). Estos hallazgos evidenciaron que, con el retorno de los estudiantes universitarios a sus lugares de origen y al seno de sus familias, la ansiedad se incrementó fuertemente en un 34.1% al pasar de 11,8% al 45,5%, quizá porque debían atender sus estudios a través de educación virtual (19). Un reciente estudio denominado Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19 Señalan que la vivencia de ansiedad en el confinamiento fue de 40.3% (6). Un estudio llevado a cabo en Santa Marta- Colombia denominado Efectos del confinamiento social en jóvenes universitarios, determinó que los jóvenes menores de 30 años y especialmente los jóvenes de entre 18 y 20 son los que dicen estar sufriendo mayores índices de estrés, ansiedad y tristeza durante el confinamiento (20).

Estrés

El coronavirus COVID19 ha tenido impactos y consecuencias lamentables sobre la salud de las personas. Estudios señalan que la exposición a un estrés prolongado mejora la respuesta inflamatoria mediante la liberación de varios factores proinflamatorios. Sin embargo, el estrés crónico origina una respuesta inflamatoria sostenida perjudicial (15).

Los jóvenes presentan mayor influencia de estrés en este contexto, debido a que, la mayoría se encontraba en un proceso de adaptación a la academia virtual (17). El confinamiento ha incrementado los niveles de estrés del 52 % de mujeres menores de 20 años y del 44 % de entre 21 y 29 años; mientras que en el caso de

los hombres este porcentaje es del 41 % de menores de 20 y del 30 % en los de 21 a 29 años (20) Presentándose manifestaciones de angustia, comportamientos nocivos como mayor uso de alcohol y tabaco, estrés postraumático, ansiedad, depresión, y somatizaciones propias del miedo al contagio (21).

Se estableció que la educación de carácter superior representa el punto más alto del estrés académico y por múltiples razones, que van desde las grandes cargas de trabajo hasta la adaptación a los cambios de la vida universitaria, pasando por alteraciones significativas del entorno tanto familiar como social (22). Los factores que más estresan a las personas aisladas son no conocer el tiempo que va a durar la cuarentena, temores a infectarse, frustración, aburrimiento suministros o información inadecuados, posibles pérdidas financieras y que, al salir, se queden con el estigma de la enfermedad (23).

Depresión

La mayoría de las encuestas realizadas en la población general muestran un aumento de los síntomas de depresión, ansiedad y estrés relacionados con la COVID-19 como resultado de factores estresantes psicosociales (cambios en el estilo de vida, miedo a la enfermedad o miedo a los efectos económicos negativos) (15), encontraron que las emociones como la depresión y la ansiedad aumentaron, al mismo tiempo que disminuyeron las emociones de felicidad y satisfacción con la vida. (16). Los niveles más altos de depresión en la población se relacionaron con la falta de apoyo social, el impacto económico y la percepción de

vulnerabilidad ante el contagio por contar con deficiencias personales en la salud (13). También se encontró que la afección por depresión tiene un pico pronunciado en las mujeres de 21 a 29 años (30 %), mientras que en el caso de los hombres, los más afectados son de nuevo los menores de 20, el 22,3 % (20).

Del mismo modo, el estudio encontró que las emociones como la depresión, la ansiedad y la indignación aumentaron, al mismo tiempo que disminuyeron las emociones de felicidad y satisfacción con la vida (21). Habrá un aumento en la depresión (14). La alegría disminuyó en un 52,9% al pasar del 71,8% al 18,9%, atribuible a las labores adicionales que les significa hacer tareas académicas, estudiar para las evaluaciones y colaborar en el hogar; la tristeza o depresión crecieron en un 16,5% al variar del 7,0% al 23,5% (19).

8 Discusión

La universidad para los estudiantes, no solamente era antes de pandemia por COVID 19, un espacio para la academia, sino también donde se desarrollaba gran parte de las actividades de la vida diaria, entre ellas las de tipo social y de esparcimiento.

Según datos del informe de la Asociación Colombiana de Universidades, en Colombia, 11 % de los estudiantes que han padecido problemas de salud mental, lo cual se ha visto reflejado notablemente en su su rendimiento académico y manifestaciones asociadas a su salud mental como es la ansiedad, depresión, desinterés y estrés. Los estudiantes sienten frustración , agotamiento y apatía por la nueva dinámica de estudios a la cual se han visto obligados a adaptarse, así

mismo les ha impactado las problemáticas de tipo familiar y duelo por pérdida de seres queridos (24).

En la presente revisión, los autores señalan como principales efectos derivados de la pandemia covid y que han afectado grave y aceleradamente la salud mental de los universitarios es la depresión, el estrés y la ansiedad principalmente (19, 14, 23). El confinamiento y la presencia de la COVID-19 han provocado un incremento de la ansiedad en los estudiantes universitarios, resultados que coinciden con los encontrados en esta investigación, en la que se evidencia un incremento de la ansiedad. Estos estudios ratifican que la presencia de la COVID-19 eleva los niveles de ansiedad de los estudiantes, reflejados en malestar psicológico y se prevé estas sintomatologías se compliquen a lo largo de la vida si no son atendidas (25, 26,27).

Estos estresores principales según los estudios revisados, corresponden a la sobrecarga de tareas y trabajos , nivel de exigencia de profesores, exámenes o prácticas formas de evaluación de profesores tipo de trabajos solicitados y profesores muy teóricos. El síntoma más frecuente fue los dolores de cabeza (28).

Con respecto a la depresión, esta fue desencadenada según los estudios, en estudiantes con familiares fallecidos con COVID-19 (29).

a OMS (2020) plantea que, como consecuencia de la pandemia, diversos estudios en salud mental han evidenciado un incremento de los niveles de estrés en la población, lo cual ha repercutido en el aumento de depresión asociada al

distanciamiento social, la cuarentena, la preocupación por la salud propia y de las personas allegadas.

9 Conclusión

Se puede concluir, que la pandemia constituye un factor desencadenante de efectos en la salud mental de los estudiantes universitarios como la depresión, ansiedad y estrés en los estudiantes evaluados. Lo anterior, exige, adecuar planes de intervención que permitan a los estudiantes desarrollar estrategias de afrontamiento más adaptativas frente a este tipo de situaciones, debido a que los estados de ansiedad y depresión repercuten significativamente en el rendimiento y la deserción Universitaria.

Referencias

1. Hernández HG, Mendoza MS, González R. ¿Cuáles son las medidas de prevención contra el Novel Coronavirus (COVID-19)? Rev Latin Infect Pediatría. 2020;33(1):4-6. DOI: 10.35366/92380.
2. Díaz, J. E. Valoración de la Incidencia del COVID-19 en Colombia para el año 2020. *Revista Repertorio De Medicina Y Cirugía*, 1–9.2021. Disponible en: <https://doi.org/10.31260/RepertMedCir.01217372.1174>
3. UNESCO. Education: From disruption to recovery. (2020, 8 septiembre). Disponible en: <https://en.unesco.org/covid19/educationresponse>
4. UNICEF. Salud mental e infancia en el escenario de la COVID-19 [Internet]. España; 2020. Disponible en: [http://www.sepsiq.org/file/InformacionSM/2020-06 Unicef-Salud-Mental-infancia-adolescencia-covid](http://www.sepsiq.org/file/InformacionSM/2020-06-Unicef-Salud-Mental-infancia-adolescencia-covid).
5. Organización Mundial de la Salud (OMS). Plan sobre salud mental 2013-2020. OMS [Internet]. 2013; Disponible en: <http://apps.who>.
6. Pinto LA. Salud mental asociado al movimiento corporal humano en estudiantes universitarios por aislamiento por Covid 19. Metabiblioteca. (2020). Disponible en: <https://ecr-dspace.metabiblioteca.com.co/bitstream/001/368/3/IFI-PINTO%20Dic%202020->
7. Linhares MB, Enumo SR. Reflexões baseadas na Psicologia sobre efeitos da pandemia COVID-19 no desenvolvimento infantil. *Estud Psicol.* 37(e200089). 2020. Disponible en: <https://en.unesco.org/covid19/educationresponse/consequences>
8. Ministerio de Salud y Protección Social (MSPS). Seguimiento línea de atención en Salud mental habilitada para Covid 19. Base de datos. 2020. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Mas-de-18-mil-atenciones-en-salud-mental-en-opcion-4-de-Linea-192.aspx>
9. Taborda C. ¿Cuándo volverán los niños al colegio?. *El Espectador*. 2020 Jul 27;1–5. Disponible en: <https://www.elespectador.com/noticias/educacion/cuando-volveranlos-ninos-al-colegio/>.

10. Zar HJ, Dawa J, Fischer GB, Rodriguez JA. Challenges of COVID-19 in children in low- and middle-income countries. *Paediatr Respir Rev.*2020;35(Junio):1–5. Disponible en : <https://doi.org/10.1016/j.prrv.2020.06.016>
11. Semana. Cómo cuidar la salud mental de los niños en cuarentena. *Revista semana* [Internet]. 2020 Mayo. Disponible en: <https://www.semana.com/vida-moderna/articulo/como-cuidar-la-salud-mental-de-los-ninos-en-cuarentena-por-coronavirus/676507/>
12. Hernández RJ. Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. *Medicentro Electrónica.* 2020; 24(3): 578-594. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432020000300578&lng=es .
13. González L. Estrés académico en estudiantes universitarios asociado a la pandemia por COVID-19. *Revista digital de la universidad Autónoma de Chiapas.* Vol. 9 Núm. 25 (2020). Disponible en: <https://doi.org/10.31644/IMASD.25.2020.a10>
14. Suysuy EJ, Chávarry P. Salud mental durante el confinamiento por sars cov-2 en estudiantes universitarios peruanos. *Revista científica horizonte empresarial.* Vol.8Núm.1(2021). Disponible en: <http://revistas.uss.edu.pe/index.php/EMP/article/view/1642>
15. Ramírez J, Castro D, Lerma C, Yela F, Escobar F. Consecuencias de la pandemia COVID 19 en la salud mental asociadas al aislamiento social. *Scielo Preint.*(2021).
Disponible en: <https://doi.org/10.5554/22562087.e930>
16. Jiménez A, Trujillo E, Rodríguez AN. Efectos del confinamiento social en jóvenes universitarios de la ciudad de santa marta (ansiedad). (2020).
Disponible

en: https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/32618/2/2020_efectos_confinamiento_jovenes.pdf .

17. Rendón R, Vega A, García D, Urdaneta R. Consideraciones institucionales sobre la Salud Mental en estudiantes universitarios durante la pandemia de Covid-19. *CienciAmérica*. Vol. 9 Núm. 2 (2020). Disponible en: <http://cienciamerica.uti.edu.ec/openjournal/index.php/uti/article/view/322>
18. Apaza P., Cynthia M; Seminario Sanz, Roberto Simón; Santa-Cruz Arévalo, Johanna Elena / Factores psicosociales durante el confinamiento por el Covid-19 – Perú- vol. 25, núm. 90, 2020 *Revista Venezolana de Gerencia*. (p.7). Disponible en: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/290/29063559022/29063559022.pdf>
19. Vivanco-Vidal A, Saroli-Araníbar D, Caycho-Rodríguez T, Carbajal-León C, Noé-Grijalva M. Ansiedad por Covid - 19 y salud mental en estudiantes universitarios. *rinvp* [Internet]. 21dic.2020 [citado 28abr.2021];23(2):197-15. Available from: <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/19241>
20. Muvdi Muvdi Y, Malvaceda Frías E, Barreto Vásquez M, Madero Zambrano K, Mendoza Sánchez X, Bohorquez Moreno C. Estrés percibido en estudiantes de enfermería durante el confinamiento obligatorio por Covid-19 . *Rev Cuid* [Internet]. 18 de mayo de 2021 [citado 10 de junio de 2021];12(2). Disponible en: <https://revistas.udes.edu.co/cuidarte/article/view/1330>
21. Conor, G. B. Psiquiatra Simon Wessely: "La cuarentena durante mucho tiempo no es sostenible". *Made for minds/* (2020) Disponible en: <https://www.dw.com/es/psiquiatra-simon-wessely-la-cuarentena-durante-mucho-tiempo-no-es-sostenible/a-52944500>

22. González-Jaimes, N. L., Tejeda-Alcántara, A. A., Espinosa-Méndez, C. M., & OntiverosHernández, Z. O. Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19. Preprint, 644(1), 17. (2020)./revista scielo Disponible en: <https://doi.org/10.1590/SCIELOPREPRINTS.756>
23. VALDIVIESO MIRANDA, Margoth A. BURBANO PANTOJA, Víctor M. BURBANO VALDIVIESO, Ángela S. Percepción de estudiantes universitarios colombianos sobre el efecto del confinamiento por el coronavirus, y su rendimiento académico/ Revistas espacios Vol. 41 (42) [2020] Disponible en: <http://www.sweetpoison.revistaespacios.com/a20v41n42/a20v41n42p23.pdf>
24. Orgaz, C. J. Coronavirus: los graves efectos psicológicos que tiene la cuarentena sobre quienes están aislados. Londres: BBC News Mundo.[2020] Disponible en: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-51681200>
25. Pérez Abreu MR, Gómez Tejeda JJ, Dieguez Guach RA. Características clínico-epidemiológicas de la COVID-19. Rev haban cienc méd/.Revista scielo/2020/e_3254./ Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2020000200005
26. OMS. Noticias ONU. Retos de salud urgentes para la próxima década. Ginebra: OMS; 13 enero 2020 disponible en: <https://news.un.org/es/story/2020/01/1467872>
27. Atrilla/Un mundo, una salud: la epidemia por el nuevo coronavirus COVID-19/Elsevier. Published online 2020 Feb 21 Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-medicina-clinica-2-avance-resumen-un-mundo-una-salud-epidemia-S002577532030141X>

- 28.OMS. Noticias ONU. Retos de salud urgentes para la próxima década.
Ginebra: OMS; 13 enero 2020 Disponible en:
https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019?gclid=CjwKCAiA4veMBhAMEiwAU4XRr9mXFQvhSZJQvN5_PSCzopLq5FKcQe05Ay4fhV9CUtqopdyXLs-uRhoCYIYQAvD_BwE
- 29.Hussin A, Rothan E, Siddappa N, Byrareddy T. The epidemiology and pathogenesis of coronavirus disease (COVID-19). *Outbreak Journal of Autoimmunity/*. 2020 Disponible en:
<https://doi.org/10.1016/j.jaut.2020.102433>
- 30.Atrilla/Un mundo, una salud: la epidemia por el nuevo coronavirus COVID-19/Elsevier. Published online 2020 Feb 21 Disponible en:
<https://www.elsevier.es/es-revista-medicina-clinica-2-avance-resumen-un-mundo-una-salud-epidemia-S002577532030141>
- 31.Aragón-Nogales R, Vargas-Almanza I, MirandaNova-les MG. COVID-19 por SARS-CoV-2: la nueva emergencia de salud. 2019 Disponible en:
<https://doi.org/10.35366/91871>
32. John Hopkins Coronavirus Resource Center. Coronavirus Map. John Hopkins University of Medicine. 2020/Disponible en:
https://ccp.jhu.edu/2020/08/24/ccp-helps-johns-hopkins-covid-19-campaign/?gclid=CjwKCAiA4veMBhAMEiwAU4XRrz2ut5NB5qbAU5xlE6Z9DbX_r8XZ0U3sDfeIMv2qAtr2hE1GU-QVmxoCDzAQAvD_BwE
- 33.Judith Cavazos-Arroyo y Concepción Pérez de Celis-Herrero/Severidad, susceptibilidad y normas sociales percibidas como antecedentes de la intención de vacunarse contra COVID-19/*Revista de Salud Pública*/2020-03-01 Disponible en:
<https://revistas.unal.edu.co/index.php/revsaludpublica/article/view/86877>

34. Dr. César Cuero/La Pandemia del COVID-19/Revista médica de panamá/2020: Volumen 40(1):1-2 Disponible en:
<https://www.revistamedica.org/index.php/rmdp/article/view/872>
35. Alania Contreras RD, Llancari Morales RA, Rafaele de la Cruz M, Dayan Ortega Révolo DI. Adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. SL [Internet]. 5 de julio de 2020 [citado 26 de noviembre de 2021];4(2):111-30. Disponible en:
<https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/socialium/article/view/669>
36. RD Alania-Contreras, RA Llancari-Morales Adaptación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19 – revistasocialium/2020 Disponible en:
<https://167.114.2.69/index.php/socialium/article/view/669/867>
37. Ibarra Alfredo, Piñeiro Natalia, Pérez Sartori Graciela, Rodríguez Marina, Musto Lucía, Collazo Fernando et al . Vacunación antigripal en personal de salud: cobertura, actitudes y barreras contra la vacunación en dos servicios de un hospital general. Arch. Med Int [Internet]. 2014 Jul [citado 2021 Nov 26] ; 36(2): 49-53. Disponible en:
http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-423X2014000200002&lng=es.
38. Díaz Pinzón JE. Estudio de la vacunación contra el COVID-19 a nivel de América. Rev repert med cir. 2021;30–4. Disponible en:
<https://revistas.fucsalud.edu.co/index.php/repertorio/article/view/1213>
39. Centro Europeo para la Prevención y el Control de Enfermedades. Estrategias de vacunación y priorización de COVID-19 EU/EEA/7 Mayo 2021 Disponible en: <https://www.ecdc.europa.eu/en/publications-data/covid-19-vaccination-and-prioritisation-strategies-eueea>
40. Lozano Díaz, A., Fernández-Prados, J.S., Figueredo Canosa, V. & Martínez Martínez, A.M. (2020 Impactos del confinamiento por el COVID-19 entre

universitarios: Satisfacción Vital, Resiliencia y Capital Social Online 79-104.

Disponible en:

<https://hipatiapress.com/hpjournals/index.php/rise/article/view/5925>

41. Organización panamericana de salud/ Actualización Epidemiológica:
Enfermedad por coronavirus (COVID-19) - 22 de julio de 2021/ 22 Jul 2021
Disponible en: <https://www.paho.org/es/documentos/actualizacion-epidemiologica-enfermedad-por-coronavirus-covid-19-22-julio-2021>
42. Díaz Pinzón, J. E. (2021). COVID-19 en Colombia: un año después de confirmar su primer caso. *Revista Repertorio De Medicina Y Cirugía*, 10–15.
<https://doi.org/10.31260/RepertMedCir.01217372.1182>
43. Tuesca Molina RJ, Flórez García VA, Acosta Vergara TM, Guevara Romero E, Ríos García AL. Covid19 en la Región Caribe Colombiana: un análisis documental/salud UIS/ 2021 /53: e21005
disponible en:
<https://revistas.uis.edu.co/index.php/revistasaluduis/article/view/11449/11323>
44. NU. CEPAL/ La pandemia del COVID-19 profundiza la crisis de los cuidados en América Latina y el Caribe/ Editorial: CEPAL Abril 2020
Disponible en: <https://www.cepal.org/es/publicaciones/45335-la-pandemia-covid-19-profundiza-la-crisis-cuidados-america-latina-caribe>
45. NU. CEPAL UNESCO/ La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19 /Editorial: CEPAL, UNESCO Agosto 2020 Disponible en:
<https://www.cepal.org/es/publicaciones/45904-la-educacion-tiempos-la-pandemia-covid-19>
46. JL Abreu - Revista Daena (International Journal of Good 2020 -
spentamexico.org

António Guterres/ Solo juntos podemos poner fin a la pandemia/naciones unidas/ 11 de marzo de 2021 Disponible en:

<https://www.un.org/es/coronavirus/only-together-can-we-end-pandemic-and-recover>

47. Ardón-Centeno N, Cubillos-Novella A. La salud mental: una mirada desde su evolución en la normatividad colombiana. 1960-2012. Rev. Gerenc. Polit. Salud. 2012; 19(6): 27-3. Disponible en:

<http://www.scielo.org.co/pdf/rgps/v11n23/v11n23a02.pdf>

48. Reyes, N. and Trujillo, P., 2021. *Ansiedad, estrés e ira: el impacto del COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios*. [online] Revistas.uta.edu.ec. Disponible en:

<<https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/dide/article/view/999>>

[Accessed 8 June 2021].

49. Rodríguez-Quiroga A, Buiza C, Mon MAÁ de, Quintero J. Update on COVID-19 and mental health. *Medicine*. 2020;13(23):1285–96. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7836941/>

50. Vivanco-Vidal 1, A., Saroli-Araníbar 2, D., Caycho-Rodríguez 3, T. and Carbajal-León 4, C., 2020. *Ansiedad por Covid - 19 y salud mental en estudiantes universitarios*. p.199. Disponible en: <file:///C:/Users/Furture%20care-Luis/Downloads/download.pdf>

51. Chau C, Vilela P. Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios de Lima y Huánuco. *Revista de Psicología* 2017; vol.35 no.2: 36-4. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v35n2/a01v35n2.pdf>

52. Stagnaro JC, Cía A, Vázquez N, Vommaro H. Estudio epidemiológico de salud mental en población general de la República Argentina. *Rev. Arg. de Psiquiat*. 2018; Vol. XXIX: 25-2. Disponible en;

<https://www.apsa.org.ar/docs/vertex142.pdf>

53. CONSIDERACIONES SOBRE LA SALUD MENTAL EN LA PANDEMIA DE COVID-19 [Internet]. Scielosp.org. 2020 [cited 8 June 2021]. Disponible en: <https://www.scielosp.org/pdf/rpmesp/2020.v37n2/327-334/>
54. Vivanco-Vidal 1, A., Saroli-Araníbar 2, D., Caycho-Rodríguez 3, T. and Carbajal-León 4, C., 2020. *Ansiedad por Covid - 19 y salud mental en estudiantes universitarios*. p.199. Disponible en: <file:///C:/Users/Furture%20care-Luis/Downloads/download.pdf>
55. Sánchez M, Cabra ZL, Bareño AJ. ANÁLISIS DE LA SALUD MENTAL EN COLOMBIA Y LA IMPLEMENTACIÓN DE LA POLÍTICA PÚBLICA NACIONAL DE SALUD MENTAL.2018: 23-(5-16). Disponible en: https://repository.ces.edu.co/bitstream/10946/5192/1/1053829632_46678630_2021.pdf
56. Chacón M. Salud mental de los estudiantes, una víctima del aislamiento [Internet]. El Tiempo. 2021 [cited 8 June 2021]. Disponible en: <https://www.eltiempo.com/vida/educacion/como-esta-la-salud-mental-de-los-estudiantes-durante-el-aislamiento>
[503892#:~:text=Un%20reciente%20estudio%20realizado%20por,con%20los%20dem%C3%A1s%20as%C3%AD%20como](https://www.eltiempo.com/vida/educacion/como-esta-la-salud-mental-de-los-estudiantes-durante-el-aislamiento)
57. Arévalo Becerra, M., Vallejo Sánchez, L. and Vallejo Uribe, J., 2021. *Niveles de estrés e irritabilidad en estudiantes universitarios de la ciudad de Medellín durante la época de confinamiento por covid-19*. [Accessed 9 June 2021 online] Alejandria.poligran.edu.co. Disponible en: <https://alejandria.poligran.edu.co/handle/10823/2656>
58. González-Jaimes, N., Tejeda-Alcántara, A., Espinosa-Méndez, C. and Ontiveros-Hernández, Z., 2021. pp.6, 14. Disponible en: [file:///C:/Users/Furture%20care-Luis/Downloads/1068%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Furture%20care-Luis/Downloads/1068%20(1).pdf)
59. Apaza Mamani, Luz Marina/ Nivel de ansiedad, estrés y depresión en personal de la Microred San Martín de Socabaya en tiempos de Covid-19, Arequipa-2020/Revista Repositorio UPADS/ 2021-06-01 Disponible en: <http://repositorio.upads.edu.pe/handle/UPADS/213>

60. Felipe E. García, Mariela Andrades y Pedro Salinas/ Construcción y Validación de la Escala de Ansiedad ante el Desconfinamiento en Personas Expuestas a la Pandemia de COVID-19/ Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación/ RIDEP · N°60 · Vol.3 · 145-156 · 2021 Disponible en: <http://www.doctoradosaludmental.udec.cl/wp-content/uploads/2021/08/Garcia-2021-RIDEP-b.pdf>
61. Yohana Marcela Urrutia Asprilla, Elsy Yaneth Blanco Villamizar, Greisy Katherine Arias casas, Yemi Johanna Restrepo Martínez, Milley Erlandi Gutiérrez Montoya/ Causas y síntomas de depresión y ansiedad durante el confinamiento en época de pandemia/ Politécnico gran colombiano/ JUNIO DE 2020 Disponible en: <https://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/1998/Proyecto.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
62. Humberto Nicolini/ Depresión y ansiedad en los tiempos de la pandemia de COVID-19/neuroeticamexico/ 2020 Disponible en: https://neuroeticamexico.org/wp-content/uploads/2021/04/CIRU_M67_20_Depresion_Nicolini_20200609_V0-1.pdf
63. Humberto Nicolini/ Depresión y ansiedad en los tiempos de la pandemia de COVID-19/neuroeticamexico/ 2020 Disponible en: https://neuroeticamexico.org/wp-content/uploads/2021/04/CIRU_M67_20_Depresion_Nicolini_20200609_V0-1.pdf
64. Yohana Marcela Urrutia Asprilla, Elsy Yaneth Blanco Villamizar, Greisy Katherine Arias casas, Yemi Johanna Restrepo Martínez/ Causas y síntomas de depresión y ansiedad durante el confinamiento en época de pandemia/ Politécnico gran colombiano/ JUNIO DE 2020 Disponible en: <https://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/1998/Proyecto.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
65. Salazar Bustamante, Valeria Cordero Ruiz, Daniel Gendreau Millet, Nicole Álvarez Hurle, Sofía/ Estrés en tiempos de pandemia/ Repositorio ibero

puebla/ Disponible en:

<http://repositorio.iberopuebla.mx/handle/20.500.11777/4804>

66. Ing. Carmen Cárdenas, Dr. Jaime A. Yáñez, Ph.D./ La importancia de la salud mental en tiempos de pandemia/vivaelnetworking/Disponible en:

<https://vivaelnetworking.com/consejos/teoma-la-importancia-de-la-salud-mental-en-tiempos-de-pandemia/>