



Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), septiembre-octubre 2025,
Volumen 9, Número 5.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i5

ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DURANTE SU FORMACIÓN ACADÉMICA

**ANXIETY AND DEPRESSION IN UNIVERSITY STUDENTS DURING
THEIR ACADEMIC TRAINING**

Gisela Veronica Riquelme Mercado

Facultad de enfermería, Universidad Nacional del Altiplano.

Rosenda Aza Tacca

Facultad de enfermería, Universidad Nacional del Altiplano.

Julio Cesar Ramos Vilca

Facultad de enfermería, Universidad Nacional del Altiplano.

Julieta Chique Aguilar

Facultad de enfermería, Universidad Nacional del Altiplano.

Ansiedad y depresión en estudiantes universitarios durante su formación académica

Gisela Veronica Riquelme Mercado¹

gvriquelme@unap.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0002-4657-9578>

Puno, Perú

Rosenda Aza Tacca

ndaaza@unap.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0002-4754-4043>

Facultad de enfermería, Universidad Nacional del Altiplano.

Puno, Perú

Julio Cesar Ramos Vilca

jcramos@unap.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0003-1358-065X>

Facultad de enfermería, Universidad Nacional del Altiplano.

Puno, Perú

Julieta Chique Aguilar

jchique@unap.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0002-4085-644X>

Facultad de enfermería, Universidad Nacional del Altiplano.

Puno, Perú

RESUMEN

Introducción: La ansiedad y la depresión, son considerados como trastornos mentales del último siglo, dados los cambios significativos ocurridos en la actual sociedad moderna, tecnológica y competitiva. El ser estudiante universitario hace que esté en permanente ambiente desgastante, lo que provoca estos trastornos. Objetivo: Analizar los niveles de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios de los programas de estudios de la UNA – Puno. Métodos: Es una investigación de enfoque cuantitativo, descriptivo, de corte transversal. La muestra estuvo constituida por 3,709 estudiantes universitarios, de ambos sexos, de diferentes ciclos académicos y programas de estudio. Se utilizó como instrumento la Escala de Zung para ansiedad y depresión. El procesamiento de datos se ha realizado con el programa SPSS, versión 25 y el análisis con la estadística descriptiva. Resultados: La mayoría de estudiantes tienen un nivel de depresión leve con un 52.1%, seguido de depresión moderada con 28.8%, mientras que el nivel de ansiedad, se encuentra dentro de los valores normales con 60.7%, seguido de ansiedad leve con 27.6%. Respecto al sexo, los varones tienen mayor depresión; sin embargo, la ansiedad, es similar en ambos sexos. En relación a las áreas de estudio, hay diferencias entre las tres áreas, siendo el de biomédicas con mayor porcentaje de depresión. Conclusión: Existe depresión y ansiedad en los estudiantes universitarios, lo que implica la implementación de intervenciones integrales para la prevención de problemas de salud mental.

Palabras clave: Ansiedad, Depresión, Estudiantes, Universitarios, Zung

¹ Autor principal

Correspondencia: gvriquelme@unap.edu.pe

Anxiety and depression in university students during their academic training

ABSTRACT

Introduction: Anxiety and depression are considered mental disorders of the last century, given the significant changes that have occurred in today's modern, technological, and competitive society. Being a university student means being in a constantly stressful environment, which causes these disorders. **Objective:** To analyze the levels of anxiety and depression in university students enrolled in programs at UNA – Puno. **Methods:** This is a quantitative, descriptive, cross-sectional study. The sample consisted of 3,709 university students of both sexes from different academic cycles and study programs. The Zung Scale for anxiety and depression was used as the instrument. Data processing was performed using SPSS version 25, and the analysis was performed using descriptive statistics. **Results:** Most students have a mild level of depression (52.1%), followed by moderate depression (28.8%), while anxiety levels are within normal values (60.7%), followed by mild anxiety (27.6%). With regard to gender, males have higher levels of depression; however, anxiety is similar in both sexes. In relation to areas of study, there are differences between the three areas, with biomedical studies having the highest percentage of depression. **Conclusion:** Depression and anxiety exist among university students, which implies the implementation of comprehensive interventions for the prevention of mental health problems.

Keywords: anxiety, depression, students, university students, zung

Artículo recibido 09 agosto 2025

Aceptado para publicación: 13 septiembre 2025



INTRODUCCIÓN

Los problemas de salud mental se han convertido en una de las principales preocupaciones en el ámbito universitario, afectando a un número creciente de estudiantes a nivel mundial. La depresión y la ansiedad se consideran indicadores importantes para la salud mental que, si no se tratan, pueden tener un efecto negativo en las personas (Teh et al., 2015). Según la Asociación Americana de Psicología, la ansiedad y la depresión son respuestas emocionales que conducen a un conjunto de síntomas: dificultad para dormir, fatiga, tensión muscular e irritabilidad (American Psychological Association, 2022).

Los problemas de salud mental en los jóvenes están asociados con una mayor incidencia de problemas físicos y emocionales a mediano y largo plazo (Scott et al., 2016). Se estima que aproximadamente 280 millones de personas padecen depresión, que es significativamente más frecuente en mujeres, con una tasa de 50% mayor que en los hombres (Organización Mundial de la Salud, 2023). Un estudio realizado en España encontró una prevalencia moderada de síntomas de depresión con 18,4%, y ansiedad con 23,6% (Ramón-Arbués et al., 2020). En Colombia la prevalencia de ansiedad presentó una distribución estadísticamente similar según el sexo y el grupo etario (Cardona-Arias et al., 2015). En el Perú, se encontró que el 31,2 % de la población estudiantil presenta síntomas depresivos, siendo mayor en los estudiantes de medicina 33,6%, en comparación con estudiantes de otras escuelas profesionales 26,5% ($p>0,05$) (Pereyra-Elías et al., 2010). Así mismo se identificó episodio depresivo mayor de 17,3%, y trastorno de ansiedad generalizada 8,1% en estudiantes de medicina (Sánchez-Marín et al., 2017).

La importancia del estudio radica en que la depresión a largo plazo trae como consecuencia conductas perjudiciales como el alcoholismo, la mala alimentación, sedentarismo, los malos hábitos de sueño, a su vez las personas con trastornos de ansiedad también tienen mala calidad de vida (Beiter et al., 2015). La ansiedad y depresión no solo pueden influir en el bienestar personal y su rendimiento académico, sino también en la comunicación con sus compañeros, docentes y comunidad universitaria.

El incremento de estos problemas ha generado un creciente interés en la investigación, a su vez existe ausencia de estudios en jóvenes universitarios de la región de Puno, motivo por el cual se plantea la siguiente pregunta de investigación, ¿Cómo es la ansiedad y depresión en estudiantes universitarios?

Comprender mejor los trastornos emocionales que enfrentan los estudiantes universitarios, es fundamental para fomentar un entorno educativo más saludable y adoptar un enfoque integral que



favorezca la mejora del bienestar psicosocial en el ámbito universitario. El objetivo de esta investigación es analizar la ansiedad y depresión como problemas de salud mental en estudiantes universitarios.

METODOLOGÍA

Estudio de enfoque cuantitativo, tipo descriptivo, observacional y transversal. La muestra estuvo conformada por 3709 estudiantes de ambos sexos, de diferentes ciclos académicos y diferentes programas de estudio de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, se aplicó la técnica encuesta, los instrumentos la Escala de Autoevaluación de la Depresión y Escala de Autoevaluación de Ansiedad de Zung, ambos con validez y confiabilidad (Astocondor, 2001). El procesamiento de los datos se realizó a través del software estadístico SPSS, versión 25, aplicando análisis descriptivo y porcentual. Se consideró la confidencialidad de los datos y reserva de identidad de los estudiantes universitarios.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Tabla 1. Nivel de Depresión y Ansiedad en estudiantes universitarios

	Nivel	Nº	%
Nivel de Depresión	Normal	616	16.6
	Leve	1934	52.1
	Moderada	1067	28.8
	Severa	92	2.5
Total		3709	100.0
Nivel de Ansiedad	Normal	2252	60.7
	Leve	1023	27.6
	Moderada	310	8.4
	Intensa	124	3.3
Total		3709	100.0

La mayoría de los estudiantes tiene un nivel de depresión leve con un 52.1%, seguido de moderada con 28.8%, mientras que el nivel de ansiedad corresponde a valores normales en un 60.7%, seguido de ansiedad leve con 27.6%.



Tabla 2. Nivel de Depresión en estudiantes universitarios, según sexo

Nivel		Femenino		Masculino		Total	
		Nº	%	Nº	%	Nº	%
Nivel de depresión	Normal	167	10.8	449	20.7	616	16.6
	Leve	732	47.4	1202	55.5	1934	52.1
	Moderada	572	37.0	495	22.9	1067	28.8
	Severa	74	4.8	18	0.8	92	2.5
	Total	1545	100.0	2164	100.0	3709	100.0

Respecto al sexo, según el nivel depresión tanto los varones como las mujeres en su mayoría se encuentran en el nivel leve seguido de moderado, de los cuales las mujeres sufren más de depresión que los varones.

Tabla 3. Nivel de Ansiedad en estudiantes universitarios, según sexo

		Femenino		Masculino		Total	
		Nº	%	Nº	%	Nº	%
Nivel de Ansiedad	Normal	927	60.0	1325	61.2	2252	60.7
	Leve	430	27.8	593	27.4	1023	27.6
	Moderada	128	8.3	182	8.4	310	8.4
	Intensa	60	3.9	64	3.0	124	3.3
	Total	1545	100.0	2164	100.0	3709	100.0

La tabla 3, muestra que la prevalencia de ansiedad es similar en ambos sexos, y en su mayoría se encuentran en la categoría normal, sin embargo, en un 39.3 % presentan diferentes niveles de ansiedad.

Tabla 4. Nivel de depresión en estudiantes universitarios, por áreas de estudios

		Biomédicas		Ingenierías		Sociales		Total	
		Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Nivel de	Normal	51	12.1	289	19.4	276	15.4	616	16.6
depresión	Leve	207	49.1	841	56.4	886	49.4	1934	52.1



Moderada	151	35.8	334	22.4	582	32.4	1067	28.8
Severa	13	3.1	28	1.9	51	2.8	92	2.5
Total	422	100.0	1492	100.0	1795	100.0	3709	100.0

La tabla 4. Evidencia una diferencia entre las tres áreas, siendo biomédicas el área con mayor porcentaje de depresión, los cuales se encuentran en los niveles moderados y severos proporcionalmente.

Tabla 5. Nivel de ansiedad en estudiantes universitarios, por áreas de estudios

		BIOMEDICAS		INGENIERIAS		SOCIALES		Total	
		Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Nivel de	Normal	253	60.0	915	61.3	1084	60.4	2252	60.7
Ansiedad	Leve	110	26.1	412	27.6	501	27.9	1023	27.6
	Moderada	46	10.9	114	7.6	150	8.4	310	8.4
	Intensa	13	3.1	51	3.4	60	3.3	124	3.3
	Total	422	100.0	1492	100.0	1795	100.0	3709	100.0

La tabla 5 muestra una ligera variación del nivel de ansiedad, siendo mayor en biomédicas, sin embargo, la diferencia es mínima. A su vez se resalta que un 39.3 % presentan algún grado de ansiedad (leve, moderada, intensa).

Respecto al nivel de depresión y ansiedad (Tabla 1), los resultados coinciden con Ghayas et al, Barreda, Silva y Quispe, quienes encontraron resultados similares en depresión leve (Barrera Vásquez et al., 2021; Ghayas et al., 2014); sin embargo difiere con un estudio realizado en China donde la mayoría de estudiantes no tienen depresión, esto se debe al cálculo de la puntuaciones del instrumento, se basaron en un baremo de 20 a 80 puntos (Tang et al., 2021a), mientras en este estudio se consideró el índice en base a 100. Al respecto Ibrahim et al. en una revisión, hallaron que los jóvenes universitarios presentaron tasas de depresión sustancialmente más altas que las encontradas en la población general(Ibrahim et al., 2013), por lo que sería un grupo vulnerable y por ende prioritario.

Respecto a la ansiedad los resultados coinciden con un estudio realizado en Vietnam, donde el 61.09% no tiene ansiedad y el 29,8% experimentó ansiedad leve a moderada (Vu, 2024). Sin embargo, se



contrapone al estudio de Cardona, quien encontró que la mayoría de estudiantes presentan ansiedad leve (55%) (Cardona-Arias et al., 2015), probablemente se deba a que utilizaron un baremo diferente (45 a más puntos) para detección de ansiedad.

Respecto a las diferencias según sexo (Tabla 2), los resultados concuerdan con Ghayas et al, que hallaron valores similares (Ghayas et al., 2014). Al respecto Gutiérrez afirma que existe diferencia significativa entre los niveles de depresión según el sexo (Gutiérrez Rodas et al., 2010). Sin embargo, difiere con un estudio en estudiantes de medicina identificó que los varones tienen mayor probabilidad de desarrollar depresión en comparación con las mujeres 25.8%, 17.8% respectivamente (Piscoya-Tenorio et al., 2023), lo que demuestra que podría existir variaciones según la escuela profesional. Según Amézquita et al. La causa de la depresión en mujeres es más de tipo psicosocial que hormonal mientras que en los varones la expresión de la depresión presenta características distintas (Amézquita Medina et al., 2003), evidenciando diferencias entre ambos sexos.

Respecto al nivel de ansiedad según sexo (Tabla 3), los resultados coinciden con Cardona et al., quienes encontraron una distribución similar según el sexo (Cardona-Arias et al., 2015). Sin embargo, Naceanceno, Capps, y Whittenburg, encontraron que las mujeres tenían puntuaciones de nivel de ansiedad significativamente más altas que los varones. Esto no implica que los estudiantes universitarios varones no experimenten ansiedad, pero si afirma que las mujeres podrían tener mayor probabilidad de experimentar ansiedad en niveles más altos (Naceanceno et al., 2021).

Respecto a las diferencias del nivel de depresión por áreas, en un estudio en Japón, los estudiantes de medicina tuvieron una tasa de depresión más alta (52,3%) que los estudiantes de ingeniería (34,0%) (Han et al., 2009). A su vez en China, hallaron diferencias en la depresión autoevaluada por programa de estudios ($p < 0,05$). La prevalencia de depresión entre los estudiantes de medicina fue significativamente mayor que entre los estudiantes de otras disciplinas ($p < 0,05$), los estudiantes de otras disciplinas como arte y ciencia e ingeniería tenían menos probabilidades de sufrir depresión ($p < 0,05$) (Tang et al., 2021b). La causa probable es la alta presión académica, exigencia durante las prácticas en los programas de estudio de Ciencias de la Salud.

Finalmente, respecto a la ansiedad (Tabla 5) no se hallaron diferencias significativas por áreas. Los resultados coinciden con Gedam et al., quienes no hallaron diferencias considerables, puesto que la



ansiedad tiene un carácter multifactorial al.(Gedam et al., 2021),. Sin embargo, el 39.3% presenta algún grado de ansiedad, lo que evidencia la necesidad de implementar medidas preventivas y oportunas para mitigar posibles complicaciones en la salud mental de los estudiantes.

CONCLUSIONES

Según los hallazgos la mayoría de los estudiantes tiene un nivel de depresión leve, mientras que el nivel de ansiedad corresponde a valores normales, sin embargo, un porcentaje elevado presenta diferentes niveles de ansiedad. Respecto al sexo las mujeres padecen más de depresión que los varones, en cuanto a la ansiedad es similar en ambos sexos. En el área de estudios de biomédicas los estudiantes mostraron un mayor porcentaje de depresión y ligera variación en el nivel de ansiedad. Lo que implica la implementación de intervenciones integrales para la prevención de problemas de salud mental.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

American Psychological Association. (2022). *What's the difference between stress and anxiety?*

<https://www.apa.org/topics/stress/anxiety-difference>

Amézquita Medina, M. E., González Pérez, R. E., & Zuluaga Mejía, D. (2003). Prevalencia de la depresión, ansiedad y comportamiento suicida en la población estudiantil de pregrado de la Universidad de Caldas, año 2000 . In *Revista Colombiana de Psiquiatría* (Vol. 32, pp. 341–356). scieloco .

Astocondor, L. (2001). *Escala de autoevaluación de la ansiedad de Zung*.

Barrera Vásquez, J., Silva Murga, J. F., & Quispe Arana, A. C. (2021). Nivel de depresión en estudiantes de enfermería de una universidad privada de Lima Norte. *Revista Cuidado y Salud Pública*, 1(2), 40–45. <https://doi.org/10.53684/csp.v1i2.24>

Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M., & Sammut, S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of Affective Disorders*, 173, 90–96. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.10.054>

Cardona-Arias, J. A., Pérez-Restrepo, D., Rivera-Ocampo, S., Gómez-Martínez, J., & Reyes, Á. (2015). Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios . In *Diversitas: Perspectivas en Psicología* (Vol. 11, pp. 79–89). scieloco .



- Gedam, S. R., Patond, S., Saklecha, P., Vaidya, M., & Babar, V. (2021). Comparison of Stress, Anxiety, Depression, and Coping Between Medical and Engineering Students. *Indian Journal of Social Psychiatry*, 37(2), 198–206. https://doi.org/10.4103/ijsp.ijsp_101_20
- Ghayas, S., Shamim, S., Anjum, F., & Hussain, M. (2014). Prevalence and severity of depression among undergraduate students in Karachi, Pakistan: a cross sectional study. *Tropical Journal of Pharmaceutical Research*, 13(10), 1733. <https://doi.org/10.4314/tjpr.v13i10.24>
- GUTIÉRREZ RODAS, J. A., MONTOYA VÉLEZ, L. P., TORO ISAZA, B. E., BRIÑÓN ZAPATA, M. A., ROSAS RESTREPO, E., & SALAZAR QUINTERO, L. U. Z. E. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico . In *CES Medicina* (Vol. 24, pp. 7–17). scieloco .
- Han, S.-S., Lee, S.-Y., Choi, W.-S., Kim, S.-J., Park, S.-B., & Lee, S. Y. (2009). Depression and Its Influencing Factors among Korean Medical and Engineering Students in Urban Areas using Zung Self-Rating Depression Scale. *Korean Journal of Family Medicine*, 30(7), 539. <https://doi.org/10.4082/kjfm.2009.30.7.539>
- Ibrahim, A. K., Kelly, S. J., Adams, C. E., & Glazebrook, C. (2013). A systematic review of studies of depression prevalence in university students. *Journal of Psychiatric Research*, 47(3), 391–400. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2012.11.015>
- Naceanceno, K. D., Capps, S. K., Whittenburg, R., Ortiz, A., & Capps, S. K. (2021). A Comparison of Anxiety Levels Among College Students A Comparison of Anxiety Levels Among College Students. *Journal of Graduate Education Research Volume*, 2.
- Organización Mundial de la Salud. (2023). *Depresión*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression#:~:text=El>
- Pereyra-Elías, R., Ocampo-Mascaró, J., Silva-Salazar, V., Vélez-Segovia, E., Costa-Bullón, A. D. da, Toro-Polo, L. M., & Vicuña-Ortega, J. (2010). Prevalencia y factores asociados con síntomas depresivos en estudiantes de ciencias de la salud de una Universidad privada de Lima, Perú 2010. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 27(4), 520–526. <https://doi.org/10.1590/s1726-46342010000400005>



- Piscoya-Tenorio, J. L., Heredia-Rioja, W. V., Morocho-Alburquerque, N., Zeña-Ñañez, S., Hernández-Yépez, P. J., Díaz-Vélez, C., Failoc-Rojas, V. E., & Valladares-Garrido, M. J. (2023). Prevalence and Factors Associated with Anxiety and Depression in Peruvian Medical Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 2907. <https://doi.org/10.3390/ijerph20042907>
- Ramón-Arbués, E., Gea-Caballero, V., Granada-López, J. M., Juárez-Vela, R., Pellicer-García, B., & Antón-Solanas, I. (2020). The Prevalence of Depression, Anxiety and Stress and Their Associated Factors in College Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 7001. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197001>
- Sánchez-Marín, C., Chichón-Peralta, J., Leon-Jimenez, F., & Alipazaga-Pérez, P. (2017). Trastornos mentales en estudiantes de medicina humana en tres universidades de Lambayeque, Perú. *Revista de Neuro-Psiquiatria*, 79(4), 197. <https://doi.org/10.20453/rnp.v79i4.2974>
- Scott, K. M., Lim, C., Al-Hamzawi, A., Alonso, J., Bruffaerts, R., Caldas-de-Almeida, J. M., Florescu, S., de Girolamo, G., Hu, C., de Jonge, P., Kawakami, N., Medina-Mora, M. E., Moskalewicz, J., Navarro-Mateu, F., O'Neill, S., Piazza, M., Posada-Villa, J., Torres, Y., & Kessler, R. C. (2016). Association of Mental Disorders With Subsequent Chronic Physical Conditions. *JAMA Psychiatry*, 73(2), 150. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2015.2688>
- Tang, Z., Feng, S., & Lin, J. (2021a). Depression and its correlation with social support and health-promoting lifestyles among Chinese university students: a cross-sectional study. *BMJ Open*, 11(7), e044236. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-044236>
- Tang, Z., Feng, S., & Lin, J. (2021b). Depression and its correlation with social support and health-promoting lifestyles among Chinese university students: a cross-sectional study. *BMJ Open*, 11(7), e044236. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-044236>
- Teh, C. K., Ngo, C. W., Zulkifli, R. A. binti, Vellasamy, R., & Suresh, K. (2015). Depression, Anxiety and Stress among Undergraduate Students: A Cross Sectional Study. *Open Journal of Epidemiology*, 05(04), 260–268. <https://doi.org/10.4236/ojepi.2015.54030>



Vu, H. X. (2024). Prevalence of Anxiety Disorder and Associated Variables among University Students in Vietnam. *North American Journal of Psychology*, 26(3), 681.

<https://doi.org/10.13140/RG.2.2.14920.74243>

