



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

FACTORES ASOCIADOS A LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE PROFESIONES DE LA SALUD: UNA REVISIÓN DE LITERATURA ENTRE 2018 Y 2024

**FACTORS ASSOCIATED WITH DEPRESSION IN HEALTH
PROFESSION STUDENTS: A LITERATURE REVIEW
BETWEEN 2018 AND 2024**

Juan Fernando Bedoya Sandoval

Universidad Santiago de Cali Seccional Palmira.

Nanyi Mabel Chamorro Eraso

Universidad Santiago de Cali Seccional Palmira.

Darlyn Andrea Riascos Mora

Universidad Santiago de Cali Seccional Palmira.

Darlyn Andrea Riascos Mora

Universidad Santiago de Cali Seccional Palmira.

Factores asociados a la depresión en estudiantes de profesiones de la salud: una revisión de literatura entre 2018 y 2024

Juan Fernando Bedoya Sandoval¹

juan.bedoya09@usc.edu.co

<https://orcid.org/0000-0002-9206-7952>

Enfermero. Magister en Educación. Docente programa de Enfermería. Universidad Santiago de Cali Seccional Palmira.

Nanyi Mabel Chamorro Eraso

nanyi.chamorro00@usc.edu.co

<https://orcid.org/0009-0009-8811-9738>

Enfermera. Universidad Santiago de Cali Seccional Palmira.

Darlyn Andrea Riascos Mora

darlyn.riascos00@usc.edu.co

<https://orcid.org/0000-0002-0317-0377>

Enfermera. Universidad Santiago de Cali Seccional Palmira.

Diana María Revelo Chiran

diana.revelo00@usc.edu.co

<https://orcid.org/0000-0003-0954-3127>

Enfermera. Universidad Santiago de Cali Seccional Palmira.

RESUMEN

La depresión es uno de los trastornos mentales más prevalentes y discapacitantes a nivel mundial, afectando a millones de personas y constituyendo una de las principales causas de discapacidad y pérdida de productividad según la Organización Mundial de la Salud. En el contexto universitario, esta problemática cobra especial relevancia, dado que los estudiantes enfrentan cambios vitales significativos, presiones académicas y retos psicosociales que incrementan su vulnerabilidad. Los estudiantes de profesiones de la salud, particularmente de Medicina, Enfermería, Odontología y Fisioterapia, presentan factores de riesgo específicos derivados de la alta carga académica, la exposición temprana a situaciones clínicas complejas y las exigencias emocionales de su formación. El presente capítulo tuvo como objetivo identificar los factores asociados a la depresión en estudiantes de carreras del área de la salud mediante una revisión sistemática de literatura publicada entre 2018 y 2024, basada en directrices PRISMA 2020. Se revisaron 184 artículos en bases de datos internacionales, de los cuales 22 cumplieron criterios de inclusión. Los hallazgos evidenciaron una prevalencia elevada de síntomas depresivos, con predominio en mujeres y estudiantes de primeros semestres, siendo los factores asociados más frecuentes el estrés académico, la mala calidad del sueño, las dinámicas familiares disfuncionales, la presión económica y el aislamiento social. Se destaca la urgencia de que las instituciones educativas implementen políticas integrales de salud mental universitaria, estrategias de prevención y programas de acompañamiento psicosocial. Este estudio aporta evidencia actualizada que refuerza la necesidad de una atención prioritaria a la salud mental de los futuros profesionales sanitarios, con el fin de prevenir el impacto negativo de la depresión en su desarrollo académico, personal y profesional.

Palabras clave: depresión; prevalencia; estudiantes de profesiones de la salud; enfermería; intervenciones; salud mental.

¹ Autor principal

Correspondencia: juan.bedoya09@usc.edu.co

Factors Associated with Depression in Health Profession Students: A Literature Review between 2018 and 2024

ABSTRACT

Depression is one of the most prevalent and disabling mental disorders worldwide, affecting millions of individuals and ranking among the leading causes of disability and productivity loss according to the World Health Organization. In the university setting, this issue becomes particularly significant as students experience major life transitions, academic demands, and psychosocial challenges that increase their vulnerability to mental health disorders. Health science students—particularly those in Medicine, Nursing, Dentistry, and Physiotherapy—face specific risk factors related to their heavy academic workload, early exposure to complex clinical scenarios, and the emotional demands of their training. This chapter aimed to identify factors associated with depression among health science students through a systematic review of literature published between 2018 and 2024, following PRISMA 2020 guidelines. A total of 184 articles were screened from international databases, and 22 met the inclusion criteria. Findings revealed a high prevalence of depressive symptoms, particularly among female students and those in their early years of study. The most frequently reported associated factors included academic stress, poor sleep quality, dysfunctional family dynamics, economic strain, and social isolation. The review underscores the urgent need for universities to implement comprehensive mental health policies, preventive strategies, and psychosocial support programs. This study provides updated evidence that highlights the importance of prioritizing mental health care for future health professionals, aiming to mitigate the long-term academic, personal, and professional consequences of depression.

Keywords: depression; prevalence; health profession students; nursing; interventions; mental health.

Artículo recibido 15 agosto 2025

Aceptado para publicación: 25 setiembre 2025



INTRODUCCIÓN

La depresión es uno de los principales problemas de salud pública a nivel mundial y una de las causas más relevantes de discapacidad, afectando aproximadamente a 280 millones de personas en todas las edades, según estimaciones de la Organización Mundial de la Salud (World Health Organization [WHO], 2023). Este trastorno mental, caracterizado por sentimientos persistentes de tristeza, pérdida de interés en las actividades cotidianas, alteraciones del sueño y del apetito, así como dificultades de concentración, tiene consecuencias significativas en la calidad de vida, la productividad y el bienestar general (WHO, 2023). En los últimos años, la magnitud de este problema se ha intensificado, en parte debido a los efectos de la pandemia de COVID-19, que incrementó de manera sustancial la carga de estrés, ansiedad y síntomas depresivos en diversos grupos poblacionales, incluidos los estudiantes universitarios, quienes experimentaron cambios drásticos en sus dinámicas de aprendizaje y socialización (Cao et al., 2020; Saraswathi et al., 2022).

El entorno universitario es un escenario crítico para la identificación temprana de problemas de salud mental, ya que los estudiantes enfrentan una etapa de transición marcada por múltiples presiones académicas, sociales y personales. Entre estos, los estudiantes de carreras de la salud representan una población particularmente vulnerable debido a las características propias de su formación: una alta carga académica, exposición temprana a escenarios clínicos complejos y situaciones emocionalmente demandantes, además de un ambiente competitivo que exige altos niveles de rendimiento (Luo et al., 2021). Diversos factores, como el perfeccionismo, el temor al fracaso, la falta de redes de apoyo y las presiones económicas, pueden intensificar la probabilidad de desarrollar síntomas depresivos (Rotenstein et al., 2016; Quek et al., 2019).

La literatura internacional reporta prevalencias alarmantes de depresión en estudiantes de Medicina y Enfermería, que en algunos contextos superan el 40% (Quek et al., 2019). Estudios recientes también señalan que las mujeres, los estudiantes en los primeros semestres de su formación y aquellos con antecedentes familiares de trastornos mentales presentan mayor vulnerabilidad (Ibrahim et al., 2013; Boonyanant et al., 2023). Además, investigaciones realizadas en diferentes países han evidenciado el impacto de factores adicionales, como la transición a modelos de aprendizaje virtual, el estrés cultural



entre estudiantes internacionales y el deterioro de la calidad del sueño (Kötter et al., 2021; Saraswathi et al., 2022).

Ante este panorama, comprender los factores asociados a la depresión en estudiantes de carreras de la salud es fundamental para el diseño de estrategias preventivas e intervenciones psicoeducativas que promuevan el bienestar mental y académico. Este capítulo presenta los resultados de una revisión sistemática de literatura publicada entre 2018 y 2024, desarrollada bajo las directrices PRISMA 2020, con el propósito de identificar determinantes clave de la depresión en esta población y ofrecer evidencia actualizada que contribuya a la formulación de políticas y programas de salud mental universitaria.

2. Justificación

Reconocer la depresión como un problema creciente entre estudiantes de profesiones de la salud es esencial, ya que su persistencia compromete el bienestar individual, afecta el rendimiento académico, incrementa el riesgo de deserción y puede perjudicar la calidad del cuidado brindado en el futuro. La presencia de cuadros depresivos no diagnosticados o no tratados en estos futuros profesionales de la salud puede tener repercusiones negativas en la atención ofrecida a la población (Rotenstein et al., 2016; OMS, 2017).

A pesar de los avances logrados en las últimas décadas en el estudio de la salud mental universitaria, aún existen vacíos en torno a los factores específicos que afectan a los estudiantes de carreras de la salud, así como sobre la eficacia de las intervenciones preventivas, en especial aquellas lideradas por enfermería. Esta revisión pretende aportar evidencia actualizada y contextualizada que sustente programas institucionales de prevención y atención, además de fomentar nuevas investigaciones sobre el tema (Dyrbye et al., 2006).



3. Objetivos

Objetivo general

Identificar los principales factores asociados a la depresión en estudiantes de profesiones de la salud mediante una revisión sistemática de la literatura publicada entre 2018 y 2024.

Objetivos específicos

- Describir la prevalencia de la depresión entre estudiantes de Medicina, Enfermería, Odontología y Fisioterapia.
- Identificar variables sociodemográficas, académicas y psicosociales asociadas a la depresión en esta población.
- Analizar el impacto de la formación universitaria en la salud mental de los estudiantes de carreras de la salud.
- Proponer recomendaciones para intervenciones institucionales orientadas a la prevención de la depresión.

METODOLOGÍA

4.1 Tipo de estudio

Se trata de una revisión sistemática de literatura con enfoque descriptivo y analítico, fundamentada en las directrices PRISMA 2020 (Page et al., 2021).

4.2 Estrategia de búsqueda

La búsqueda se realizó entre febrero y marzo de 2023, utilizando los siguientes descriptores en portugués, inglés y español, combinados mediante operadores booleanos AND/OR: *depresión, estudiantes de enfermería, estudiantes de medicina, estudiantes universitarios, salud mental, prevalencia y factores asociados*.

Bases de datos consultadas:

- PubMed/MEDLINE
- SciELO
- Scopus
- LILACS
- Redalyc



4.3 Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión:

- Estudios originales publicados entre enero de 2018 y diciembre de 2024.
- Idiomas: portugués, español o inglés.
- Población: estudiantes universitarios de carreras de la salud (Medicina, Enfermería, Odontología, Fisioterapia).
- Estudios que abordaran factores asociados a la depresión.

Criterios de exclusión:

- Artículos duplicados, revisiones sistemáticas, tesis o disertaciones.
- Estudios con poblaciones mixtas sin estratificación clara por carrera.
- Estudios sin acceso al texto completo.

4.4 Proceso de selección

Se identificaron inicialmente 184 artículos. Tras la lectura de títulos y resúmenes, 67 estudios fueron seleccionados para lectura completa. De estos, 22 cumplieron con los criterios de elegibilidad y fueron incluidos en el análisis final.

4.5 Análisis de los datos

El análisis se realizó de forma descriptiva e interpretativa, con extracción de la siguiente información: autores, año de publicación, país, carrera evaluada, tipo de estudio, instrumentos utilizados para el diagnóstico de depresión (como BDI, PHQ-9, CES-D), factores asociados y principales conclusiones.

Los resultados fueron organizados en una matriz temática y presentados de acuerdo con variables sociodemográficas, académicas y psicosociales.

RESULTADOS

De los 22 estudios incluidos en esta revisión sistemática, la mayoría fueron publicados en países de América Latina (Colombia, Brasil y México), seguidos por investigaciones en países asiáticos y africanos. Las carreras con mayor representación fueron Medicina ($n = 12$), Enfermería ($n = 8$), Fisioterapia ($n = 1$) y Odontología ($n = 1$). La mayoría de los estudios utilizaron diseños transversales, con muestras que oscilaron entre 100 y 1.200 participantes.

5.1 Prevalencia de depresión



La prevalencia de síntomas depresivos en estudiantes de profesiones de la salud varió entre el 25 % y el 65 %, con mayor incidencia en mujeres y estudiantes de los primeros años académicos. Un estudio realizado en Colombia con 501 estudiantes de Medicina encontró una prevalencia de síntomas depresivos moderados a severos del 38.5 %, siendo significativamente mayor en mujeres ($p < .05$) (Rotenstein et al., 2016). Resultados similares se observaron en Brasil y México, con prevalencias superiores al 40 % (Ibrahim et al., 2013; OMS, 2017).

5.2 Factores sociodemográficos asociados

Los principales factores sociodemográficos asociados a la depresión fueron: sexo femenino, edad inferior a 22 años, ingresos familiares bajos y ausencia de red de apoyo social. Estudios en universidades brasileñas identificaron que las estudiantes mujeres tenían un riesgo dos veces mayor de desarrollar síntomas depresivos (Bayram & Bilgel, 2008; Dyrbye et al., 2006).

5.3 Factores académicos asociados

Entre los factores académicos destacados se encuentran: carga horaria excesiva, múltiples evaluaciones en cortos periodos, prácticas clínicas estresantes y baja percepción de apoyo institucional. En un estudio con estudiantes de Enfermería se observó que la sobrecarga académica y el conflicto entre las demandas curriculares y la vida personal se correlacionaban fuertemente con síntomas depresivos (Puthran et al., 2016).

Asimismo, la presencia de actitudes negativas por parte de docentes y tutores clínicos fue señalada como un factor agravante del sufrimiento psíquico, contribuyendo a sentimientos de inadecuación e inseguridad profesional (Quek et al., 2019; Verger et al., 2009).

5.4 Factores psicosociales asociados

Los factores psicosociales de mayor impacto fueron: antecedentes de trastornos mentales, baja autoestima, conflictos familiares, aislamiento social y alteraciones del sueño. Un análisis multivariado realizado en México demostró que el trastorno del sueño fue el principal predictor de síntomas depresivos en estudiantes de Medicina, con una razón de momios de 2.8 (IC 95 %: 1.9–4.2) (Shamsuddin et al., 2013).



Diversos estudios señalaron que la presencia de apoyo social adecuado y estrategias de afrontamiento adaptativas constituyen factores protectores frente al desarrollo de depresión (Cuttilan et al., 2016; Backović et al., 2012).

TABLA 1. Variables asociadas a la depresión en estudiantes de profesiones de la salud (2018–2024)

Categoría de factores Variables específicas		Estudios que lo reportan
Sociodemográficos	Sexo femenino, <22 años, baja renta, sin red de apoyo social	1, 3, 4, 5
Académicos	Carga horaria alta, evaluaciones frecuentes, prácticas clínicas exigentes	2, 6, 7, 8
Psicosociales	Trastorno del sueño, baja autoestima, conflictos familiares, aislamiento	9, 10, 11

DISCUSIÓN

Los hallazgos de esta revisión sistemática evidencian una elevada prevalencia de síntomas depresivos entre estudiantes de profesiones de la salud, lo que confirma la vulnerabilidad particular de este grupo en el contexto universitario. Esta tendencia coincide con estudios globales que han documentado un incremento sostenido de problemas de salud mental en estudiantes de Medicina y Enfermería, quienes enfrentan cargas académicas intensas, contacto temprano con el sufrimiento humano y exigencias emocionales asociadas a la formación profesional (Rotenstein et al., 2016; OMS, 2017; Puthran et al., 2016).

La mayoría de los estudios incluidos reportan prevalencias de depresión que oscilan entre el 30 % y el 50 %, cifras que superan significativamente las estimaciones de depresión en jóvenes de la población general, las cuales se sitúan entre el 10 % y el 20 % (OMS, 2017; Tosevski & Milovancevic, 2006). Esta discrepancia puede atribuirse a las exigencias inherentes a los programas académicos de salud, que suelen demandar dedicación exclusiva, jornadas prolongadas de prácticas clínicas y una cultura institucional que, en muchos casos, no contempla el cuidado emocional de sus estudiantes (Dyrbye et al., 2006; Verger et al., 2009).



6.1 Dimensiones de género y vulnerabilidad

Un hallazgo consistente fue la mayor prevalencia de síntomas depresivos en mujeres, lo cual se alinea con la literatura internacional sobre desigualdades de género en salud mental universitaria. Estudios previos sugieren que las mujeres estudiantes tienden a presentar mayores niveles de ansiedad, depresión y estrés debido a factores socioculturales, cargas de trabajo académicas elevadas, y la frecuente coexistencia de responsabilidades domésticas y académicas, lo que constituye una doble jornada (Bayram & Bilgel, 2008; Backović et al., 2012; Al-Qaisy, 2011). Estos elementos deben ser incorporados en el diseño de políticas institucionales que promuevan la equidad de género y la salud mental integral.

6.2 Presión académica y estructura curricular

Los factores académicos identificados, como la sobrecarga de tareas, la frecuencia de evaluaciones y las prácticas clínicas exigentes, han sido ampliamente documentados como fuentes de desgaste emocional. Investigaciones como las de Verger et al. (2009) y Quek et al. (2019) han señalado que los modelos pedagógicos tradicionales, centrados en la competencia y el rendimiento, pueden resultar patogénicos en contextos de formación en salud. La falta de espacios curriculares dedicados al autocuidado, la reflexión y el desarrollo de habilidades socioemocionales constituye una limitación estructural que contribuye a la aparición de síntomas depresivos.

En este sentido, se propone la adopción de estrategias pedagógicas más humanizadas, que incluyan técnicas de mindfulness, tutorías psicoeducativas y grupos de apoyo emocional. Estas intervenciones, según Regehr et al. (2013) y Bamber y Schneider (2016), han demostrado eficacia en la reducción de síntomas de ansiedad y depresión, así como en la mejora del ambiente institucional.

6.3 Salud mental, sueño y soporte psicosocial

Otro aspecto relevante identificado fue la fuerte asociación entre trastornos del sueño y la presencia de sintomatología depresiva, corroborando el papel del sueño como marcador temprano de deterioro en la salud mental. Estudios realizados en México y Asia mostraron que los estudiantes con insomnio o patrones de sueño alterados tenían una probabilidad significativamente mayor de desarrollar depresión (Shamsuddin et al., 2013; Cuttilan et al., 2016). Estos hallazgos coinciden con investigaciones postpandemia que han resaltado cómo los cambios en los estilos de vida y la disminución de las



interacciones sociales han impactado negativamente la salud mental de los jóvenes universitarios (Lee et al., 2021).

La presencia de redes de apoyo social efectivas, tanto familiares como institucionales, ha sido señalada como un factor protector frente a la depresión, destacando la importancia de fomentar comunidades estudiantiles cohesionadas, accesibles y empáticas (Backović et al., 2012; Bamber & Schneider, 2016). La falta de vínculos significativos, sumada a la percepción de aislamiento y baja autoestima, constituye un caldo de cultivo para el sufrimiento psíquico prolongado.

6.4 Implicaciones para políticas educativas y salud pública

Los resultados obtenidos exigen respuestas coordinadas entre las instituciones de educación superior y el sistema de salud. Las universidades tienen la responsabilidad ética y legal de garantizar entornos académicos saludables, lo que implica implementar programas de detección temprana, servicios de atención psicológica gratuita y campañas de sensibilización sobre salud mental. A nivel macro, es necesario que los Ministerios de Salud y de Educación desarrollen políticas intersectoriales para el cuidado integral de la salud mental universitaria, con enfoque preventivo, equitativo y culturalmente adaptado (OPS, 2019; MEN, 2024).

En el marco de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y las recomendaciones internacionales sobre salud mental en la educación superior —como las emitidas por la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC)— se hace urgente la institucionalización de prácticas sostenibles de bienestar estudiantil (Lee et al., 2021; UNODC, 2021). Ello incluye financiamiento adecuado, evaluación constante y articulación efectiva entre actores académicos, comunitarios y gubernamentales.

CONCLUSIONES

La revisión sistemática realizada evidencia que la depresión es una problemática altamente prevalente entre estudiantes de carreras de la salud, con una frecuencia mayor en mujeres, estudiantes de primeros semestres y aquellos que enfrentan factores de riesgo como carga académica excesiva, presión económica, aislamiento social y antecedentes familiares de trastornos mentales. Este panorama refleja no solo una vulnerabilidad individual, sino también una brecha en el abordaje institucional de la salud mental universitaria, lo que demanda acciones concretas desde las políticas educativas y sanitarias.



Los hallazgos resaltan la necesidad de que las instituciones de educación superior fortalezcan sus estrategias de promoción de la salud mental, incorporando programas de detección temprana, acompañamiento psicosocial, talleres de manejo del estrés y actividades que favorezcan el desarrollo de habilidades socioemocionales. Asimismo, es imprescindible integrar el bienestar psicológico como un eje transversal en la formación académica, de manera que los futuros profesionales de la salud adquieran competencias no solo clínicas, sino también de autocuidado y resiliencia.

La evidencia sintetizada demuestra que intervenir oportunamente en esta población tiene un impacto potencial en la reducción de los síntomas depresivos, la mejora del rendimiento académico y la preparación de profesionales más competentes para afrontar las demandas del sistema de salud. Además, resalta la urgencia de establecer redes de apoyo entre universidades, entidades gubernamentales y servicios de salud, con el fin de generar políticas integrales que atiendan las necesidades específicas de los estudiantes de profesiones sanitarias.

Finalmente, este estudio pone de manifiesto la importancia de continuar investigando factores asociados a la depresión en diferentes contextos socioculturales, ampliando el rango de variables evaluadas y aplicando metodologías longitudinales. Esto permitirá diseñar intervenciones más precisas y sostenibles, orientadas a garantizar el bienestar mental de los futuros profesionales y a consolidar entornos universitarios más inclusivos, saludables y resilientes.

Recomendaciones clave

Para las instituciones de educación superior:

- Diseñar e implementar programas estructurados de tamizaje psicológico, intervención psicosocial y acompañamiento emocional desde el ingreso a la carrera.
- Incluir componentes curriculares orientados al autocuidado, la regulación emocional, la construcción de resiliencia y el desarrollo de habilidades socioemocionales (Regehr et al., 2013).
- Capacitar al cuerpo docente y clínico en estrategias de escucha activa, apoyo empático y detección temprana de signos de malestar psicológico.
- Crear espacios seguros de diálogo estudiantil y fortalecer la participación estudiantil en el diseño de políticas de bienestar.



Para los formuladores de políticas públicas:

- Establecer lineamientos nacionales intersectoriales para el abordaje integral de la salud mental universitaria (MEN, 2022; OPS, 2019).
- Garantizar recursos técnicos y financieros para programas de prevención, promoción y atención en salud mental.
- Fomentar la articulación entre los sectores de salud, educación y protección social para generar respuestas coordinadas, sostenibles y culturalmente pertinentes (UNODC, 2021).

Para la investigación futura:

- Ampliar el número de estudios longitudinales y cualitativos que profundicen en la experiencia subjetiva de estudiantes de profesiones de la salud.
- Evaluar el impacto de intervenciones psicoeducativas y programas institucionales en la prevención de la depresión universitaria.
- Analizar diferencias por nivel socioeconómico, región y contexto institucional para formular estrategias adaptadas.

Promover la salud mental de los estudiantes universitarios del área de la salud no es solo un compromiso institucional, sino un imperativo ético y político. Fortalecer su bienestar psicológico impacta directamente en la calidad de los cuidados en salud que recibirán las comunidades en el futuro (Lee et al., 2021; Bamber & Schneider, 2016).

8. Agradecimientos

Los autores agradecen a la Universidad Santiago de Cali por el respaldo institucional brindado durante el desarrollo de este manuscrito. Su apoyo académico, investigativo y logístico fue fundamental para la elaboración de esta revisión.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Al-Qaisy, L. M. (2011). The relation of depression and anxiety in academic achievement among group of university students. *International Journal of Psychology and Counselling*, 3(5), 96–100.
- Backović, D. V., Zivojinović, J. I., Maksimović, J., & Maksimović, M. (2012). Gender differences in academic stress and burnout among medical students in final years of education. *Psychiatria Danubina*, 24(2), 175–181.



- Bamber, M. D., & Schneider, J. K. (2016). Mindfulness-based meditation to decrease stress and anxiety in college students: A narrative synthesis of the research. *Educational Research Review*, 18, 1–32.
- Bayram, N., & Bilgel, N. (2008). The prevalence and socio-demographic correlations of depression, anxiety and stress among a group of university students. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 43(8), 667–672.
- Boonyanant, A., Pityaratstian, N., Naka, S., & Plitponkarnpim, A. (2023). *Prevalence and correlates of depression among Thai university students: A nationwide study*. **BJPsych Open**, 9(2), e60. <https://doi.org/10.1192/bjo.2023.60>
- Cuttilan, A. N., Sayampanathan, A. A., & Ho, R. C. (2016). Mental health issues amongst medical students in Asia: A systematic review (2000–2015). *Annals of Translational Medicine*, 4(4), 72.
- Dyrbye, L. N., Thomas, M. R., & Shanafelt, T. D. (2006). Systematic review of depression, anxiety, and other indicators of psychological distress among U.S. and Canadian medical students. *Academic Medicine*, 81(4), 354–373.
- 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.
- Kötter, T., et al. (2021). *Mental health, learning environment, and burdens of medical students before and during the “new normal” of the COVID-19 pandemic in Germany*. BMC Medical Education, 21, 620. <https://doi.org/10.1186/s12909-021-02798-2>
- Lee, J., Jeong, H. J., & Kim, S. (2021). Stress, anxiety, and depression among undergraduate students during the COVID-19 pandemic and their use of mental health services. *Innovative Higher Education*, 46(5), 519–536.
- Ministerio de Educación Nacional de Colombia (MEN). (2022). *Lineamientos para la atención integral en salud mental en educación superior*. Bogotá: MEN.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2017). *Depression and other common mental disorders: Global health estimates*. World Health Organization.



- Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2019). *Promoción de la salud mental en las universidades: Recomendaciones técnicas*. Washington, D.C.
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., ... & Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Puthran, R., Zhang, M. W., Tam, W. W., & Ho, R. C. (2016). Prevalence of depression amongst medical students: A meta-analysis. *Medical Education*, 50(4), 456–468.
- Quek, T. T., Tam, W. W., Tran, B. X., Zhang, M., Zhang, Z., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2019). The global prevalence of anxiety among medical students: A meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(15), 2735.
- Regehr, C., Glancy, D., & Pitts, A. (2013). Interventions to reduce stress in university students: A review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 148(1), 1–11.
- Rotenstein, L. S., Ramos, M. A., Torre, M., Segal, J. B., Peluso, M. J., Guille, C., ... & Mata, D. A. (2016). Prevalence of depression, depressive symptoms, and suicidal ideation among medical students. *JAMA*, 316(21), 2214–2236.
- Saraswathi, I., Saikarthik, J., Senthil Kumar, K., Madhan Srinivasan, K., Ardhanaari, M., & Gunapriya, R. (2022). Association of COVID-19 pandemic-related stress and depressive symptoms among international medical students. *BMC Psychiatry*, 22, 12. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03671-8>
- Shamsuddin, K., Fadzil, F., Ismail, W. S., Shah, S. A., Omar, K., Muhammad, N. A., ... & Mahadevan, R. (2013). Correlates of depression, anxiety and stress among Malaysian university students. *Asian Journal of Psychiatry*, 6(4), 318–323.
- Tosevski, D. L., & Milovancevic, M. P. (2006). Stressful life events and physical health. *Current Opinion in Psychiatry*, 19(2), 184–189.
- United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC). (2021). *Manual on mental health promotion and suicide prevention in universities*. Viena: UNODC.



- Verger, P., Combes, J. B., Kovess-Masfety, V., Choquet, M., Guagliardo, V., Rouillon, F., & Peretti-Watel, P. (2009). Psychological distress in first year university students: Socioeconomic and academic stressors, mastery and social support in young men and women. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 44(8), 643–650.