



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY



Universidad de la República

Facultad de Psicología

*Relación entre la depresión, ansiedad y estrés
académico, en los estudiantes de la Facultad de
psicología.*

Trabajo Final de Grado

Pre-Proyecto de investigación

Estudiante: Camila Agustina Lago Leivas

Ci: 5.294.658-9

Tutor: Prof. Vicente Chirullo

Docente Revisor: Hugo Selma

Montevideo, Uruguay
Octubre 2023

Índice

1. Resumen.....	2
2. Fundamentación	4
3. Antecedentes.....	5
4. Marco teórico	8
4.1 Depresión	8
Definición de depresión.....	8
Síntomas	8
Causas	9
4.2 Ansiedad	10
Definición de ansiedad.....	10
Síntomas	12
Causas	12
4.3 Estrés académico.....	13
Definición de estrés académico.....	13
Efectos y consecuencias del estrés académico	14
5. Formulación del problema y preguntas de investigación.....	15
5.1 Preguntas de investigación.....	16
6. Objetivos	16
6.2 Objetivos específicos.....	16
6.3 Hipótesis.....	16
7. Metodología	17
7.1 Diseño metodológico.....	17
7.2 Población.....	17
7.3 Instrumentos de medición	17
8. Procedimiento	19
9. Análisis de datos.....	19
10. Consideraciones éticas.....	20
11. Cronograma de ejecución.	21
12. Resultados esperados y plan de difusión.	21
13. Bibliografía:	23
14. Anexos:	28

1. Resumen

El presente documento consiste en un pre-proyecto de investigación, el cuál fue desarrollado en el marco del Trabajo Final de grado de la Licenciatura en Psicología (Facultad de Psicología, Universidad de la República). Tiene como objetivo estudiar, indagar y generar conocimiento de cuál es la prevalencia de la depresión, ansiedad y estrés académico en los estudiantes de la facultad de psicología. A su vez se estudiará si diferentes variables demográficas intervienen sobre la depresión, ansiedad y estrés académico. En este tipo de estudio, utiliza un enfoque combinado donde se basa en un diseño descriptivo y correlacional; la población de estudio comprenderá la edad de entre 18 y 25 años. Un relevamiento realizado por Programa de Renovación de la enseñanza (2022) (ProRen*) aporta que la edad media de la facultad son los 25.02 años. La modalidad de convocatoria de esta población sería a través de las diversas redes sociales, la cual la participación sería de forma voluntaria. Por otra parte, a la población se le aplicaran diferentes test para el estudio de las variables, dentro de los instrumentos comprende. El inventario de depresión de Beck (BAI; Beck et al., 1961), Test STAI (STAI; Spielberger, et al., 1970) y el Inventario SISCO (SISCO; Barraza, 2007). Con este estudio se pretende aportar datos para futuras investigaciones, además tener una concientización sobre la salud mental de los estudiantes de la Facultad de Psicología. Asimismo, se aspira a generar nuevos conocimientos sobre el estado de la salud mental de los estudiantes de la Facultad de Psicología.

Palabras claves: Depresión, Ansiedad, Estrés académico.

Abstract.

This document consists of a pre-research project which was developed within the framework of the Final Degree Project of the Bachelor's Degree in Psychology. It aims to study the relationship between anxiety, depression and academic stress, how these elements can interfere with the academic performance of students at the institution. At the same time, it will be studied whether different demographic variables intervene on depression, anxiety and academic stress; the study population will comprise the age of 18 to 25 years. A survey carried out by "Programa de Renovación de la enseñanza" (2022) (ProRen*¹) adds that the average age of the university is 25.02 years. Social networks will be the method of convocation and the participation is going to be voluntary. On the other hand, the population will be applied through different tests for the study of the variables. The instruments to be used are: The Beck Depression Inventory (BDI-II; Beck et al., 1961), Test STAI (STAI; Spielberger, et al 1970) and the SICO Inventory (SISCO; Barraza, 2007). This project aims

¹ *ProRen: Programa de Renovación de la Enseñanza, tiene diversos objetivos, desde asesoría estudiantil hasta contribuir con la evaluación y enseñanza estudiantil.

is to generate new knowledge about the state of mental health of students in the Faculty of Psychology.

Keywords: Depression, anxiety academic stress

2. Fundamentación

La depresión según el DSM-5, es un trastorno de alteración del estado del ánimo, existiendo diferentes tipologías de la misma. Estas se diferencian en el tiempo de duración o la presentación temporal, lo que comparten estos tipos de trastornos es la existencia de un ánimo triste, vacío o irritable. Estos síntomas son acompañados por cambios cognitivos y somáticos en su escrito plantea a la depresión como un dolor afectivo, que se impone contra nuestra voluntad, manifestando de diversas formas, en los estudiantes puede verse reflejado en los fracasos frente a los exámenes, o la ausencia de los mismos en el aula (Czernik et al., 2006).

A nivel terciario, se generan situaciones particulares que pueden contribuir al padecimiento de depresión, se enfrentan escenarios los cuales suelen ser los fracasos académicos, como exigencias académicas, exámenes, trabajos. El ámbito universitario funda un lugar donde se ponen en juego distintas habilidades y competencias para poder alcanzar las metas en un determinado tiempo, en esta etapa los estudiantes tienen que afrontar diversos estresores. Los trastornos depresivos igualmente no se encuentran ligados únicamente a estos factores, sino que se los pueden asociada a factores como problemas de pareja, económicos (Orlandini, 2012).

El delimitar los problemas de salud mental y los factores de riesgo en los estudiantes es esencial para el transcurso de una educación completa, es decir como futuros profesionales y el aprendizaje como individuos. Para las instituciones reconocer e intervenir esto implica un desafío, para trabajar sobre estas problemáticas y lograr una mejora en la calidad de vida de los estudiantes. La salud mental de los estudiantes está asociada a algunos factores psicosociales como los propios de la vida. La depresión y la ansiedad, dentro del ámbito universitario se encuentran asociadas al estrés académico. Lo que resulta esencial prevenir anticipadamente este problema preferiblemente en la juventud. Lo que se busca en este proyecto es conocer la prevalencia de depresión, ansiedad y estrés académico en estudiantes universitarios de ambos sexos y diferentes semestres, a su vez conocer si existe una correlación entre las tres variables de estudio, debido a que el estrés académico se puede relacionar con la depresión y ansiedad en estudiantes universitarios (Rodas, et al., 2010).

3. Antecedentes.

Se han desarrollado diferentes investigaciones con el objetivo de comprender la depresión, ansiedad y estrés académico en la población universitaria. En esta población los trastornos depresivos presentan mayor incidencia que en la población en general. Se estima que este incremento es debido al nuevo contexto universitario, en donde se ponen en juego diversas habilidades y competencias, para lograr las exigencias durante la formación (Vergara et al., 2014). Dichos elementos ocasionan un ascenso de la prevalencia de este tipo de patologías. Sin embargo, se puede divisar una problemática en la prevalencia de año en los trastornos de depresión, se estima que en el 2015 en la Región de las Américas la prevalencia en los trastornos depresivos fue del 4% en hombres y casi del 6% en mujeres. En relación a la prevalencia en el mismo año, de los trastornos de ansiedad en la región para el sexo masculino fue del 3.8% y para el femenino del 7.7% (OPS, 2018). Esta prevalencia está atravesada por diversos factores, como nivel socioeconómico, sexo, conflictos, enfermedades físicas, entre otros. Una encuesta realizada por la OMS (2001) en diversos países desarrollados y subdesarrollados, arroja que más del 25% de la población sufre trastornos mentales a lo largo de su vida.

Relacionado con lo antedicho, Del Cid (2021) plantea que la depresión impacta de manera diversa en las diferentes etapas del ciclo vital, un 2.5% de niños menores de 13 años, en adolescentes entre 13 a 18 años en un 5.6%. La prevalencia de la enfermedad dependerá de la población y el criterio que se utilice para el diagnóstico. Lo que se diferencia en esta población de los adultos es que la relación entre niños y niñas pre púberes, es semejante, pero con lo que respecta a los adolescentes las mujeres aproximadamente el doble padece la enfermedad con respecto a los hombres. En cuanto a los adultos mayores, la depresión resulta una de las enfermedades con una alta prevalencia, se estima que afecta un 10% de personas en esta franja etaria, siendo una enfermedad crónica y recurrente. Regularmente la depresión se encuentra relacionada con la ansiedad, el porcentaje de adultos que acarrean con depresión mayor es significativo, estos previamente padecían ansiedad en su niñez o adolescencia la cual no fue tratada. La comorbilidad de estos trastornos es recurrente, a su vez las evoluciones más frecuentes causan efecto sobre el nivel académico, laboral, social y/o emocional (Gold 2006).

En el siguiente apartado se plantean diferentes antecedentes, los mismos fueron elegidos en base a los test que se emplean y la edad que comprende la muestra. Los estudios que se exponen a continuación, buscan relacionar la depresión, ansiedad y el estrés académico. No obstante, los diferentes antecedentes que se eligieron varían respecto a la muestra, los instrumentos aplicados o la metodología utilizada como se ve en la tabla 1.

Las diversas investigaciones citadas con respecto a los niveles de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios que cursan distintos semestres, demostraron que no se encontró diferencias estadísticamente significativas. Cabe agregar que en los estudios indican que los estudiantes que cursan los primeros y los últimos semestres son los que presentaron un porcentaje más elevado. Por otra parte, los resultados encontrados demuestran que sí existen diferencias por género, respecto a la

presentación de los síntomas de la depresión y la ansiedad, siendo las mujeres quienes presentan mayores síntomas en comparación con los hombres (Ocampo, Escobar, Hernandez, Ramirez y Valero 2007; Martinez, 2014; Vélez, Garzon y Ortiz, 2008)

También, cabe agregar el estrés académico (EA) asociado a las variables mencionadas anteriormente (depresión y ansiedad) demuestran que el EA afecta a los estudiantes, presentando una percepción alta en estrés pudiendo afectar el desempeño académico. Con respecto a la diferencia de percepción de estrés académico por sexo prevaleció en mujeres. Sin embargo, la depresión y la ansiedad se considera un factor de riesgo para quienes presentan EA, aunque se observa que es más frecuente la ansiedad. Además, de estudiar y comparar el nivel de estrés por género, también de cuáles son las situaciones que más les generan estrés a los estudiantes, los mayores puntajes fueron para exámenes escritos y las exposiciones orales (Morocho et al., 2017; Ramírez, Ojeda, Molinari, Noguera, Valdéz, Florentín, y Gilardoni 2015; Martinez, 2014)

Pese a los diferentes trabajos consultados que afirman que existe una relación entre depresión ansiedad y estrés académico, hay que tener en cuenta que algunos de los resultados o interpretaciones, se aclara que las muestras no fueron representativas, pero igualmente se entiende que son temas en los que hay que seguir estudiando e indagando.

A continuación, se plantean los diferentes antecedentes desarrollados anteriormente, pero con mayor profundidad. Se tuvieron en cuenta las investigaciones que se encuentran relacionadas con el actual estudio. Dentro de la tabla 1 se engloban los diferentes datos de las investigaciones, como el país, el tamaño muestral, los objetivos, metodología y conclusiones.

Tabla 1: Antecedentes.

Autor	Año/ País	Objetivo	Métodos	Conclusiones.
Ocampo	2007, México	<u>Objetivo:</u> conocer la relación entre la ansiedad y la depresión en hombres y mujeres, y conocer si existen diferencias entre éstos.	<u>Muestra:</u> 80 estudiantes de <u>Instrumentos:</u> BDI y el test de Hamilton	<u>Resultados:</u> Demostró que existen niveles normales de depresión y ansiedad entre hombres y mujeres. En donde se obtuvo la correlación de ambas variables (depresión y ansiedad), un resultado con r de Pearson de .391
Morocho	2007, Ecuador	<u>Objetivo:</u> estudiar el estrés académico en estudiantes de medicina y establecer la relación con la depresión.	<u>Muestra:</u> 159 estudiantes <u>Instrumento:</u> inventario SISCO	<u>Resultados:</u> del total de la muestra el 68.8% presenta un EA profundo, el 25.8% un nivel moderado y el 5% no presenta signos. En depresión el 57.9% presentaban síntomas de depresión, el 15.7% un nivel severo, el 25.2% presentaba un nivel moderado y el restante 42.1% no presentaba síntomas.
Vélez	2008, Colombia	<u>Objetivo:</u> explorar las características ansiosas y depresivas de estudiantes universitarios.	<u>Muestra:</u> 259 estudiantes, <u>Instrumento:</u> BDI, STAI	<u>Resultados:</u> BDI obtuvo una medida de 8.77%, para el cuestionario de depresión en la escala de rasgo fue de 15.71% y para estado de 16.52%. Para el test de STAI para escala de rasgo fue una medida de 19.34% y para la escala de estado de 17.26%.
Martínez	2013, España	<u>Objetivo:</u> Investigar la prevalencia de la ansiedad	<u>Muestra:</u> 106 estudiantes. <u>Instrumento:</u> STAI	<u>Resultados:</u> El 13.2% presentaba ansiedad estado y el 16% presentaba ansiedad rasgo, demostrando un nivel elevado de ansiedad en los alumnos. Pero se comprende que esta ansiedad se amplía más allá de la vida universitaria.
Ramírez	2020, Perú	<u>Objetivo:</u> planteado fue la percepción del estrés en los estudiantes del área de la salud	<u>Instrumentos:</u> SISCO un apartado sociodemográfico.	<u>Resultados:</u> El estudio arrojó que el estrés académico, el 96.38% reporta haber sufrido preocupación. Con respecto a las situaciones que producen estrés se encuentran los exámenes y exposiciones orales. Respecto a las reacciones, las psicológicas dieron un nivel medio, pero fueron más elevadas que las físicas. Para concluir con los resultados de acuerdo a las estrategias, la más utilizadas es la distracción y la solución del problema

4. Marco teórico

En este apartado se desarrollarán distintos puntos de este estudio, en donde se realizó una búsqueda bibliográfica de artículos e investigaciones. Estos elementos se dispondrán en diferentes apartados que se relacionan entre sí, basándonos fundamentalmente en los conceptos planteados en el DSM-5

4.1 Depresión

Definición de depresión

El DSM-5 entiende a los trastornos depresivos como la desregulación disruptiva del estado de ánimo. La característica común que comparten todos los trastornos depresivos es la presencia de un ánimo triste o de vacío, que se encuentran acompañados de variaciones sintomáticas y cognitivos que repercuten sobre la funcionalidad del individuo, es decir la depresión puede variar la actividad diaria del individuo, siendo consecuencia de los cambios de ánimo o también se relaciona con el contexto, debido a que la variación del ánimo es día a día. Estos trastornos depresivos se pueden clasificar en: Trastorno de desregulación disruptiva del ánimo, trastorno depresivo mayor, el trastorno depresivo persistente (distimia), el trastorno disfórico premenstrual, el trastorno depresivo inducido por una sustancia/medicamento, el trastorno depresivo debido a otra afección médica, otro trastorno depresivo especificado y otro trastorno depresivo no especificado, en lo que se diferencian cada uno de ellos es la duración, la presentación temporal o la etiología (APA, 2014).

Se entiende la depresión, tal y como la plantea Mirowsky y Ross (1989) no se la entiende como un trastorno del humor sino como un estado subjetivo de malestar físico y emocional, producido por las presiones socioestructurales sobre el individuo. Se estima que 220 millones de personas alrededor del mundo sufren de depresión (OMS, 2021), esta cifra va en ascenso. Es importante destacar que las mujeres son más propensas a padecer depresión.

Síntomas

Al hablar de síntoma según la RAE se entiende por una "Manifestación reveladora de una enfermedad". Haciendo dialogar algunos conceptos e ideas que resultaron enriquecedores para abordar este apartado según (Beck et al, 2010) hay una diversidad de signos y síntomas, los que se presentan son:

- **Sentimientos anímicos:** El paciente deprimido presenta un estado de ánimo que puede variar a lo largo del día, el principal es un estado de ánimo triste en gran parte del día o todos los días. En otras oportunidades también puede predominar la irritabilidad, aislamiento y una disminución de las emociones positivas.

- Sentimientos motivacionales: se caracteriza por una pérdida de interés por actividades que antes le gustaba realizar, presentando apatía o falta de motivación. Lo mismo puede suceder en el ámbito social, presentándose una dificultad para interactuar con los demás
- Sentimientos de culpa: Es un síntoma muy frecuente en las personas deprimidas, suelen pensar que están deprimidos por situaciones que ya vivieron, y pueden llegar a pensar que el estar deprimido es una forma de castigo.
- Sentimientos físicos: El paciente puede experimentar diferentes síntomas, como puede ser el insomnio o hipersomnia, se pueden encontrar acompañados por otros síntomas como disminución del apetito, el deseo sexual, visión borrosa.

Las personas que transitan por un estado depresivo, experimentan los síntomas planteados anteriormente, al igual que la pérdida del interés por realizar actividades, por unos días o por un largo periodo de tiempo (Riveros et al., 2007).

A su vez, Goodale, (2007) agrega que también existen síntomas a nivel cognitivo que se observan en pacientes con Trastorno depresivo mayor (TDM), la afectación cognitiva se ve en las siguientes áreas:

- Atención: Algunos pacientes manifiestan malestar de falta de atención, los procesos que se ven afectados son los procesos de atención automática y controlada. Existen algunas investigaciones que confirman esta idea.
- Memoria: se demuestra a través de investigaciones que los pacientes que sufren de depresión, tienen dificultades para recordar episodios a corto plazo.
- Función ejecutiva: Las funciones ejecutivas son las encargadas de la atención, organización de una tarea, a su vez colaboran en la toma de decisiones, como también en la planificación de una tarea. Esto se estudió a través de una batería de test que lo confirman.

Causas

La OMS (2022) plantea que los factores que pueden desencadenar de la depresión son multicausales. Al hablar de factores multicausales se hace referencia a que en la depresión participan cuestiones de índole psicológica, biológica y social.

- Factores de creencias: Beck (1967) aporta que existe una razón aparente unidireccional entre el sistema de creencias de la persona, sus emociones y sus afectos. Sin duda alguna, este autor ofrece un aspecto importante a considerar en torno a la depresión ya que plantea que la base de la misma existe un triple déficit en el sistema de creencias, provocando que la persona se conciba a sí misma, al exterior y el futuro en términos negativos. El origen de esta tríada

cognitiva se produce en experiencias tempranas del sujeto, causando una propiedad en los sistemas de pensamiento y distorsión en el procesamiento de la información. Siguiendo con los lineamientos de Beck, menciona que hay una tendencia a la depresión, que se produce por la activación de esquemas puntuales, que se dan por actitudes disfuncionales y pensamientos automáticos, ocasionando una visión distorsionada de la realidad.

- Factores familiares: En el desarrollo de la persona uno de los pilares fundamentales es la familia, por lo que la falta de apoyo de los miembros de la familia es un factor negativo. Así mismo la escasez de la comunicación y la poca flexibilidad dentro del núcleo afecta en el desarrollo social del individuo. Teniendo en consideración que el primer ente educador con lo que respecta a las creencias y costumbres es la familia, es decir si se tiende a crear prototipos rígidos, que puedan causar culpa o vergüenza en el niño, con el transcurso del tiempo se puede asociar a sentimientos de inferioridad (Alberti, 2008).
- Factores personales y sociales: Además dentro de las causas de la depresión, se suelen encontrar factores de riesgo como la baja autoestima, bajo recursos económicos, cambios en el estilo de vida, relaciones afectivas (Ruiz et al., 2016; Tizon et al., 2015).
- Factores asociados a comorbilidades: Se puede relacionar la depresión con la salud física, ya que el individuo se enfrenta a un nuevo escenario, experimentando reacciones emocionales como la depresión, produciendo una angustia en el paciente, el grado de la misma se puede ver agravada dependiendo de la severidad de la comorbilidad que se presente. Se tiene en cuenta, que la persona está expuesta a diversos factores médicos, como puede ser la falta de empatía del personal ante su problema, causando en el individuo sentimientos de soledad y desesperanza (Bragado et al., 2008; Zuluaga y Velasquez, 2015)
- Factores biológicos: La depresión también se puede encontrar asociada a factores biológicos, los mismos pueden ser de distinta índole. Dentro de estos factores se hallan las alteraciones estructurales, bloqueos enzimáticos (Agam y Belmaker, 2008).

4.2 Ansiedad

Definición de ansiedad.

Los trastornos de ansiedad se entienden como la respuesta anticipada a un estímulo, estos tienen en común las variaciones conductuales del miedo y la ansiedad, en ambos casos las respuestas se disimulan, en lo que se puede distinguir la ansiedad es una respuesta anticipatoria a una situación futura, que frecuentemente se ve acompañada por tensión muscular, estado de vigilancia con respecto a un peligro futuro. En cambio, el miedo se encuentra vinculado a respuestas emocionales a una amenaza inminente, que puede ser imaginaria o real, este se ve relacionado generalmente con la activación autónoma necesarias para la fuga o la defensa. En algunas ocasiones el nivel de ansiedad

se resume en conductas evitativas generalizadas. El DSM V plantea diferentes tipos de trastorno de ansiedad, los cuales serían Trastorno de ansiedad por separación, mutismo selectivo, fobia específica, trastorno de ansiedad social (fobia social), trastorno de pánico, especificador del ataque de pánico, agorafobia, trastorno de ansiedad generalizada, trastorno de ansiedad inducido por sustancias / medicamentos, trastorno de ansiedad debido a otra afección médica, otro trastorno de ansiedad especificado y otro trastorno de ansiedad no especificado. Estos, se diferencian uno de otros por el tipo de estímulo que produce miedo, ansiedad o conductas evitativas (APA, 2014).

Según datos de la OMS, los trastornos de ansiedad son las condiciones mentales más comunes después de la depresión, en el 2019 se reportó que 301 millones de personas padecen trastorno de ansiedad, en el primer año pandemia del COVID-19, la prevalencia de este trastorno incrementó en un 25% (OMS, 2022).

Carballo y colaboradores (2019) entienden a la ansiedad como un mecanismo de defensa ante una amenaza proveniente que aparece de la percepción de estímulos perjudiciales, generando preocupación, desasosiego e hipervigilancia, siendo una respuesta fisiológica y conductual evadir un daño. Desde un punto de vista evolutivo se la comprende como una conducta adaptativa, promoviendo la supervivencia, provocando que el sujeto se aparte de estos lugares y situaciones, que entiende peligrosas para él. Estas conductas se presentan de forma reiterada, pueden convertirse en un trastorno mental ya que esta respuesta es involuntaria y anticipada ante un estímulo supuesto o real.

Los trastornos de ansiedad (TA) se pueden clasificar dependiendo de sus síntomas, basándonos en la sintomatología del DSM V el TA puede manifestarse con un aumento en la preocupación y nerviosismo por alguna situación en particular, puede manifestarse una presión en el pecho y una angustia excesiva Carballo y colaboradores (2019).

A pesar de lo planteado anteriormente, es necesario enmarcar el constructo de la ansiedad desde el enfoque de Spielberger (1982), el psicólogo formula la teoría de ansiedad estado y ansiedad rasgo. La primera de ellas plantea que la ansiedad estado (A/E) es situacional y pasajera, que varía a lo largo del tiempo, en cambio describe a la ansiedad rasgo (A/R) como una propiedad estable de la personalidad de determinadas personas. Desde esta perspectiva se destaca por un estado cognoscitivo, en las situaciones de estrés y ansiedad, dicho estado es de frecuente preocupación por un potencial fracaso o un mal rendimiento en alguna labor, el grado de ansiedad tendría que ser elevado en situaciones en las cuales el individuo las comprenda como amenazantes, sin importar el peligro objetivo. Las consecuencias aborrecidas pueden tener un efecto en la disminución de la autoestima y minusvaloración social, comúnmente la reacción trae consigo sensación de tensión, actividad fisiológica y nerviosismo (Celis et al, 2001). Es decir que una persona con un elevado grado de (A/R) presenta una predisposición de comprender una diversidad de las situaciones como amenazantes, ósea presenta una predisposición a sufrir (A/E).

Síntomas

En lo que se refiere a los síntomas, se explica que la ansiedad tiene características adaptativas y desadaptativas, la primera de ellas es siempre y cuando sea proporcional a la amenaza, teniendo una duración determinada por el tiempo en que mantenga el estímulo atemorizado, desencadenando los recursos del sujeto. Por desadaptativa se entiende, que es patológica o problemática cuando la respuesta es desmesurada a la amenaza, presentando una intensidad y duración de los síntomas (Ramírez et al., 2020).

Belloch et al., (2009) proponen que La ansiedad dispone de un sistema de respuestas al igual que para el resto de las emociones, de acuerdo con los planteamientos de los autores, el sistema de respuesta se divide en:

- Conductual: son síntomas que son observables, en la conducta del individuo. Manifestándose a través de posturas corporales, movimientos y expresiones faciales.
- Cognitivo: esta respuesta de la ansiedad se encuentra moderada por las diversas experiencias como puede ser, la preocupación, el miedo.
- Fisiológica: se manifiesta a través de un incremento de la actividad del sistema nervioso autónomo, pudiéndose visualizar en cambios externos como: dilatación pupilar, sudoración, tensión muscular. Las manifestaciones internas que puede experimentar el sujeto son: aceleración respiratoria y/o cardíaca, algunas de estas funciones pueden ser controladas de forma voluntaria. La vivencia de estos cambios, el sujeto puede percibirlo de manera incómoda y desagradable, colaborando al estado de ansiedad del individuo.

Causas

La causa de los trastornos de ansiedad, es compleja de determinar ya que hay autores que entienden que existe un factor genético, a su vez este factor puede verse vinculado a otro tipo de factores como pueden ser, sociales, ambientales y/o temperamentales. Cabe agregar que los factores ambientales negativos pueden ser como por ejemplo acontecimientos de la vida como la muerte de una persona importante, violencia, dificultades económicas, estos factores se los pueden adjudicar al comienzo de un TA (Delgado, et al., 2021). A continuación, se detallarán los diferentes factores:

- Factores Biológicos: Son entendidos como factores genéticos son significativos en la predisposición de los TA. La vulnerabilidad genética se ha hallado en muchos de los TA.

- Factores psicosociales: Los estresores psicosociales (laborales, socioeconómicos e interpersonales) tienen un papel crucial en varios TA, como factores preexistentes, agravantes casuales de los TA.
- Factores traumáticos: Afrontar hechos traumáticos (desastres, tortura, duelos) pueden provocar daños que se asocian a síntomas graves de ansiedad.
- Factores psicodinámicos: La ansiedad es entendida como la reacción propia ante un peligro/ amenaza, esto provoca que la persona adopte medidas defensivas. Las respuestas suelen ser exitosas y la ansiedad cesa, de lo contrario cuando la defensa no es exitosa puede presentar síntomas conversivos, disociativos.
- Factores cognitivos y conductuales: Se percibe que los patrones cognitivos distorsionados (sistema de pensamientos negativos) antecede a conductas desadaptadas y trastornos emocionales. La ansiedad se exterioriza por una sobrevaloración amenazante de los estímulos y una infravaloración de sus potenciales personales. Además, por mecanismos de condicionamiento o generalización, se suele aprender o imitar respuestas o conductas ansiosas de otros (Hernandez et., al 2017; Reyes 2010).

4.3 Estrés académico

Definición de estrés académico.

Muñoz (1999) define al estrés académico como el efecto que puede generarse en el estudiante, en su mismo entorno organizacional como es la universidad. Se pueden divisar al menos cuatro características importantes para explicar el estrés académico:

- Estresores académicos: son todos aquellos estímulos del ambiente organizacional educativo, como pueden ser por ejemplo exámenes o pruebas, que colman al estudiante de alguna forma, afectando el rol del estudiante o la falta de control del mismo sobre su propio entorno educativo.
- Estrés académico experimentado por el estudiante: por estrés académico se enfoca a los diferentes procesos afectivos y cognitivos, que el estudiante vive el impacto de los estresores académicos. El estudiante tiene que responder a las demandas del ambiente, pero si no tiene los recursos necesarios, se puede relacionar con algunas emociones anticipatorias como ansiedad, preocupación.
- Efectos y consecuencias del estrés académico: está relacionada con variables psicológicas, fisiológicas, sociales, que se alteran por el impacto de los estresores en el individuo.

- Variables moduladoras: dentro de estas se pueden encontrar lo que es factores biológicos, psicosociales, educativos y socioeconómicos.

Se entiende que la ausencia de tiempo para cumplir con las obligaciones académicas, rendir exámenes, llevar a cabo trabajos, son acontecimientos que generan altos niveles de estrés. Rodas y colaboradores (2010) plantean que los estudiantes del primer año de facultad son los que presentan mayores índices de estrés, debido al escaso tiempo para cumplir las obligaciones y la sobrecarga académica, estos factores se pueden observar en estudiantes de años más avanzados, pero se ven en menor grado ya que se van atenuando con el paso del tiempo.

Sin embargo, esta población está sometida a diversos factores que se manifiestan durante la vida estudiantil, como puede ser el estrés académico (EA) o nivel socioeconómico, los mismos pueden ser un factor de riesgo para aquellos estudiantes que padecen depresión. Las exteriorizaciones del estrés académico pueden provocar importantes trastornos del ánimo, puede ocasionar síntomas elevados de depresión, ansiedad, lo que origina problemas de salud que afecta los niveles de desarrollo ideal del aprendizaje (Morocho et al., 2017). El estrés nace entre la interacción de la persona y el entorno, cambiando regularmente, la reacción involucra respuestas conductuales y cognitivas en orden de controlar las exigencias creadas por situaciones estresantes. Este cuadro de las respuestas ansiosas, provocando en el alumno un estado de tensión personal ante un hecho amenazador específico.

El estrés académico, no se resume únicamente como un problema individual, Elias (1989) entiende que este fenómeno es producto de un sistema educativo desequilibrado en diferentes aspectos. Para este autor, existe un exagerado énfasis en el éxito académico, el sistema de evaluación produce un ambiente competitivo entre los estudiantes, el autor a su vez agrega que el estrés trae consigo el paso a un nuevo nivel educativo, la adaptación a un nuevo marco social, nuevos roles y demandas.

Efectos y consecuencias del estrés académico

El estrés académico ocasiona diferentes consecuencias inmediatas o transitorias, pudiendo proceder a otras alteraciones de distinta índole. Estas consecuencias, se clasifican dependiendo de su carácter, afectando variables como respuestas fisiológicas, salud física o estado emocional (Lazarus y Folkman 1984).

Se pueden distinguir tres tipos de efectos del EA:

- Efectos fisiológicos.
- Efectos sobre la salud y bienestar físico.
- Efectos sobre el rendimiento académico.

El primero de estos factores, son respuestas fisiológicas que son entendidas como el producto o consecuencias a corto plazo. El impacto de los estresores académicos, se han observado la incidencia sobre la presión arterial, respuestas hormonales, como también la tasa cardiaca (Borras, 1992).

Los efectos sobre salud y bienestar abarcan efectos somáticos como psicológicos, se plantea cierta dificultad para poder discernir los efectos a largo y corto plazo. Se pueden considerar consecuencias a corto plazo como, por ejemplo, ansiedad, tensión o estrés, las respuestas del sujeto o el modo en que enfrenta la situación, algunas de las conductas manifiestas afectan el estado de salud física del individuo, como puede ser el consumo de tabaco, alteraciones en el sueño. El autor plantea que las consecuencias a largo plazo relacionadas con el EA son los estados de la depresión, un malestar en general, algunas conductas disfuncionales ante los vínculos, la autoestima, como también de un aumento paulatino de la ansiedad a lo largo de la carrera (Abbot y Sutherland, 1990).

El efecto de EA en el rendimiento se vincula generalmente con la ansiedad de evaluación, estos escenarios pueden causar en el estudiante un conjunto de reacciones emocionales y/o cognitivas como puede ser la anticipación al fracaso, la falta de confianza en uno mismo. Muñoz (1999) lo considera una de las consecuencias sustanciales a corto plazo, igualmente la ansiedad a la evaluación y el miedo al fracaso no solo afecta en las notas del estudiante, sino que también en la forma en que digiere los contenidos (Entwistle, 1988). Adicionalmente agrega que para no englobar el impacto del EA en las evaluaciones, pueden influir otros aspectos como pueden ser la satisfacción del logro, el clima dentro de la institución, el sistema de enseñanza, entendiéndose al rendimiento académico como una agrupación de conductas organizacionales.

5. Formulación del problema y preguntas de investigación.

El presente pre-proyecto de investigación se centrará en evaluar la prevalencia de la depresión, ansiedad y estrés académico en Universitarios de la Facultad de Psicología (UDELAR). Se parte de la inquietud en torno a la prevalencia de las diferentes variables mencionadas anteriormente.

Diversas indagaciones se han planteado con el objetivo de lograr comprender de forma más cercana la prevalencia de la depresión en los estudiantes, siendo una enfermedad que interfiere con la vida diaria de las personas que la padecen. A partir de la revisión bibliográfica, se entiende que el estrés académico desempeña un rol negativo en el bienestar, la salud, produciendo un descenso en la motivación, así afectando la implicación. Esto se suele vincular con la vida universitaria se encuentra ligada a diferentes factores psicosociales, considerándose el EA como uno de los factores asociados con la depresión (OMS, 2021). En este sentido la ansiedad influye en el rendimiento académico, esto se debe a que produce un efecto en la concentración, disminuye la atención y la retención. Comprendiendo que los estudiantes se encuentran expuestos a diversos factores que podrían tener efecto en su salud (Jadue, 2001; Martínez, 2014; Morocho et al., 2017; Ocampo et al., 2007; Rodas et al., 2010).

A raíz de esto, no se encontraron estudios en la literatura nacional que aborden la problemática de la prevalencia de la depresión, ansiedad y el estrés académico en estudiantes universitarios en Uruguay. Por lo cual se propone en esta investigación ahondar en la temática, incluyendo estudiantes de la Facultad de psicología que estén cursando la carrera, los cuales cumplen responsabilidades y expectativas académicas.

5.1 Preguntas de investigación.

- ¿Cuál es el estado de la salud mental de los estudiantes de la Facultad de Psicología
- ¿Cómo se correlacionan la depresión, ansiedad y el rendimiento académico en la población a estudiar?
- ¿Cómo afecta a los estudiantes que presentan estrés académico y si tienen mayor probabilidad de desarrollar depresión y ansiedad?
- ¿Cuáles son los factores sociodemográficos que afectan a la depresión, ansiedad y estrés académico en esta población en específico?
- ¿Cuál es la relación entre los factores sociodemográficos y los niveles de depresión, ansiedad y estrés académico en la población a estudiar?

6. Objetivos

6.1 Objetivo general:

Indagar e identificar sobre el estado de la salud mental de los estudiantes de la Facultad de psicología.

6.2 Objetivos específicos.

1. Determinar la correlación de las variables depresión, ansiedad y estrés académico, en la población de estudio.
2. Investigar en qué grado se presentan la depresión, ansiedad y estrés académico.
3. Estudiar si existe un vínculo entre la depresión, ansiedad y estrés académico con factores sociodemográficos en esta población.

6.3 Hipótesis.

Teniendo en cuenta los objetivos propuestos, nos planteamos como hipótesis de investigación para poder estudiar.

H0: En los estudiantes de la facultad de psicología existe un nivel alto de correlación entre la depresión, ansiedad y estrés académico.

7. Metodología

7.1 Diseño metodológico

Para lograr los objetivos y preguntas planteados en este proyecto, se escoge una metodología de enfoque cuantitativo, no experimental. En este tipo de estudio, utiliza un enfoque combinado donde se basa en un diseño descriptivo y correlacional. El diseño descriptivo tiene como objetivo describir de forma detallada la depresión, ansiedad y estrés académico. Por otra parte, el diseño correlacional tiene como objetivo examinar la relación entre las variables depresión, ansiedad y estrés académico. Las técnicas que se proponen son cuestionarios, test, inventarios, buscando el análisis y la asociación con estos (Sampieri, 2014). Cabe agregar también, que el tiempo establecido para el desarrollo de este estudio es de 12 meses.

7.2 Población

La población de la facultad de psicología se encuentra conformada por 20.378 de estudiantes, en donde existe una predominancia de la población femenina en comparación a los masculinos. La edad de la población de estudio se determina porque el tema central del proyecto está enfocado a los jóvenes que integran la institución. En un informe realizado por la Facultad de Psicología estima que la edad promedio de la población que ingresa a la institución es de 25.02 años ProRen (2022). La muestra de este estudio, se conforma por hombres y mujeres de 18 a 25 años, que estudien en la Facultad de Psicología en Montevideo. Se espera en esta oportunidad, se prevé obtener una muestra no representativa, de participantes de 200 jóvenes. La obtención de la muestra se va a realizar a través de un muestro probabilístico. En primera instancia, se realizará una convocatoria virtual mediante diferentes redes sociales, expresando el propósito del estudio, con el objetivo de reunir a la población a estudiar, quienes participen lo harán de manera voluntaria.

7.3 Instrumentos de medición

Inventario de Depresión de Beck - Beck Depression Inventory (BDI; Beck et al., 1961)

Inventario de depresión de Beck (BDI-II; Beck et al.,1996): El BDI-II es un instrumento diseñado por Beck, es una herramienta de autoinforme el cual consta de 21 ítems diseñado para cuantificar la gravedad de la sintomatología depresiva. En los diferentes ítems el sujeto tiene que escoger una escala de cuatro opciones que está ordenada de menor a mayor gravedad. El valor de cada ítem va de 0 a 3 puntos dependiendo de la elección, luego de la suma de cada opción, se logra una puntuación que varía de 0 a 63. El fundamento teórico de evaluar la profundidad o la intensidad de la depresión, teniendo en cuenta que este trastorno posee manifestaciones conductuales, afectivas, cognitivas y somáticas. Respecto a estas manifestaciones afectivas y conductuales son fruto de cogniciones de

carácter depresivo (Sanz et al., 2013; González et al., 2007). Se escogió este instrumento, es uno de los más utilizados para estudiar la sintomatología en la población adolescente y adulta. Según Chirullo (2022) su investigación llevada a cabo en Uruguay dio una consistencia interna de α Cronbach .89.

State and Trait Anxiety Inventory (STAI; Spielberger, et al., 1970)

Se trata de un inventario de autoevaluación, en donde el objetivo es examinar dos variables de la ansiedad, una de ellas es la ansiedad estado (A/E) que se la entiende como un estado transitorio y luego la ansiedad rasgo (A/R) que se entiende como un patrón de ansiedad que se reconoce en la personalidad. El cuestionario consta de 40 ítems en total, en donde 20 ítems evalúan la (A/E) y los otros 20 ítems restantes están destinados a estudiar (A/R). Las escalas de cada uno de los cuestionarios van del 0 al 3, con respecto a la de (A/E) la escala es en función a la intensidad y la que respecta a la de (A/R) se basa en la frecuencia (Bages et al., 2015). El STAI es un instrumento que presenta un α Cronbach entre .88 y .92, en el estudio llevado a cabo por Chirullo (2022) arrojó un coeficiente de α Cronbach .92 para A/E y .88 para AR.

Inventario Sistemico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico (SISCO; Barraza, 2007).

Para el estudio del estrés académico se utilizará el inventario SISCO desarrollado por Barraza (2007), se trata de un inventario autoadministrado, en donde completar el total de los 31 ítems no toma más de 10 minutos. El cuestionario cuenta con diferentes partes la primera de ellas, consta de un ítem filtro que la respuesta es dicotómica (sí o no), para determinar si el encuestado es candidato para proseguir con el cuestionario, luego de este apartado las escalas son de tipo Likert. El siguiente apartado es un ítem que cuenta con una escala de cinco valores numéricos (1 donde es muy poco y 5 mucho) que nos proporciona el nivel de intensidad de estrés académico. Luego del apartado anterior se prosigue con ocho ítems con escala de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) nos otorga la frecuencia de las diferentes demandas del entorno siendo valoradas como estímulos estresores, por consiguiente, tenemos 15 ítems en un escalamiento de cinco valores categoriales, pero en este apartado se reconoce la regularidad que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor. Para concluir los últimos ítems son seis también con cinco valores categoriales, en donde el objetivo es determinar el uso de las estrategias de afrontamiento (Macias, 2007). Según Barraza, (2007) plantea que se obtuvo una confiabilidad alfa Cronbach de .90, sin embargo, en una investigación realizado Maceiras (2017) en Chile, en donde se les aplicó a estudiantes de la Universidad arrojó un alfa de .82, de este siguiente instrumento no se encuentran antecedentes de su uso en Uruguay.

Cuestionario sociodemográfico (Chirullo, 2022)

Se utilizará un test sociodemográfico desarrollado por Chirullo (2022), el mismo estudia diferentes variables: edad, estado civil, carrera, año en el que cursa, cantidad de personas que viven en el hogar

e ingresos percibidos en el hogar. Se adjunta una copia del cuestionario en el Anexo, con la autorización del docente responsable.

8. Procedimiento

En primera instancia, se realizará el relevamiento bibliográfico, para contar con un mayor acercamiento a la temática. Luego en los dos siguientes meses se harán los avales institucionales, con el objetivo de que la investigación sea aceptada y respaldada por la Facultad de Psicología. Posteriormente se hará la presentación del proyecto ante el comité de ética en investigación, con el fin de cumplir con los criterios establecidos en el Decreto n° 158/019 del Poder Ejecutivo sobre investigación en Seres Humanos. En tercera instancia, en los meses del cuatro al seis se hará la convocatoria mediante diferentes redes sociales, con el objetivo de reunir a la población a estudiar. Así mismo quienes estén atraídos en participar de forma voluntaria, se les enviará el consentimiento informado, el cual pueden enviar una foto del mismo firmado o de lo contrario responder a través de la red social por sí o por no. Luego de haber culminado esta instancia se les harán llegar los test de manera virtual ya sea por formulario web o por email, así los participantes los puedan completar. En el orden que se estarán enviando es en el mismo planteado, en primer lugar, se presentará el Inventario de Beck, luego para medir la ansiedad el STAI, para medir el estrés académico el SISCO y por último el test Sociodemográfico. Además, se hará el análisis de los datos recabados en los test, dicho análisis se gestionará en un programa de forma automática. Luego de realizado los puntos anteriores en los meses del seis al ocho, ya obtenida la información necesaria se procederá con la redacción del proyecto. Dicho esto, en los últimos dos meses restantes habrá una instancia para que los estudiantes que participaron en los diferentes test, tengan acceso a los resultados, como aquellos que estén interesados en el tema, así mismo también será presentadas las ideas importantes del trabajo y se quedará a la espera de algún tipo de sugerencia e interrogante.

9. Análisis de datos

Para el análisis y procesamiento de los datos se utilizará el programa estadístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) creado en 1968, el mismo está compuesto de programas, que cuando interactúan desempeña la función de almacenar, gestionar datos y variables, para luego poder analizarlas. Para todas las variables se hará un análisis descriptivo de las mismas, el cual nos va a permitir describir la información obtenida de las variables para luego extraer la información y realizar las conclusiones. Con la finalidad de estudiar las variables, sexo, factores sociodemográficos se utilizarán tablas de frecuencia y tablas de contingencia. Luego, para otras variables como la depresión, ansiedad, estrés académico, se utilizará el análisis de la tendencia central (moda, media, mediana y desviación típica) en conjunto con la forma de distribución de las mismas (asimetría, curtosis). Por último para analizar y describir la correlación entre las variables partiremos de la hipótesis (H0), para

el análisis de esta hipótesis se utilizará prueba Chi-cuadrado para evaluar el grado de dependencia de las variables. Las mismas serían, sexo y edad nuestra variable independiente, y estrés académico y factores sociodemográficos, nuestra variable dependiente. Por último, se utilizará la Prueba de Correlación y el Estadístico de correlación de Pearson para evaluar, primero que nada, si hay relación entre las variables depresión, ansiedad y estrés académico y de qué tipo de relación se habla. Y luego, se utilizará la Prueba t de Student para una muestra para entender si esa relación es estadísticamente significativa y en función de esto poder llegar a la conclusión de si la hipótesis planteada (H0) es correcta o no (Pacheco et al., 2020; Sampieri, 2014)

10. Consideraciones éticas

En vista de la importancia de las consideraciones éticas que conlleva una investigación, para esto se basa en la normativa vigente el Decreto n° 158/019 del Consejo de Ministros en investigaciones con seres humanos. En relación con esto, se tomará en cuenta el principio de autonomía, beneficencia, respetando la integridad de las personas y sus derechos humanos.

De esta manera, será expedido el consentimiento libre informado y los sujetos serán informados sobre la finalidad de la investigación, la posterior utilización y manejo de la información en donde la participación será de forma voluntaria, la cual no genera algún tipo de beneficio o retribución. Por otra parte, existe la posibilidad de desvinculación de la investigación si así lo desean, en cualquier momento de la investigación sin que esto ocasione algún tipo de perjuicio. De ser así, en sentir algún tipo de molestias, en el caso de creerse necesario se lo derivará a la asistencia de la Facultad de psicología o los servicios brindados por la Administración de los Servicios de Salud o de la mutualista a la cual pertenezca el participante.

Se protege la identidad de los participantes, garantizando su privacidad, de acuerdo con la Ley N° 18.331 a su vez se garantizará la confidencialidad de los datos recabados, respetando el uso de dicha información, el secreto profesional. Los participantes que así lo deseen, se les podrá una devolución, de los datos recabados en la investigación, ya que la investigación únicamente tendrá fines académicos.

11. Cronograma de ejecución.

Actividades	Mes 1	Mes 2	Mes 3	Mes 4	Mes 5	Mes 6	Mes 7	Mes 8	Mes 9	Mes 10	Mes 11	Mes 12
Elaboración del proyecto y Relevamiento bibliográfico	X											
Avales institucionales		x	x									
Convocatoria en redes sociales				x	X	x						
Aplicación de batería de test				x	X	x	X					
Análisis de datos							X	x				
Escritura del proyecto								x	x	x		
Publicación Y difusión de resultados											x	x

12. Resultados esperados y plan de difusión.

Este proyecto de investigación centra en explorar la incidencia de la depresión, ansiedad y estrés académico, y conocer los procesos que puedan verse afectados en los estudiantes, por el vínculo entre las diferentes variables de estudio se podrá indagar e identificar sobre el estado de la salud mental de los estudiantes de la Facultad de psicología. A su vez con los resultados recabados por el estudio se busca confirmar el objetivo y la hipótesis de la existencia de una correlación entre las variables de estudio planteadas anteriormente, como se demostró en las investigaciones expuestas en los antecedentes. Además, se estima confirmar si otros factores como los sociodemográficos, sean factores que contribuyan a tener en cuenta en el desarrollo de depresión, ansiedad y estrés académico.

Se espera lograr con la investigación un acercamiento que priorice la comprensión de la depresión, ansiedad y estrés académico en el contexto universitario. Así mismo, se busca incentivar el intercambio interdisciplinario, con el fin de establecer y enriquecer conocimientos, de esta manera dándole una continuidad al proyecto. Por otra parte, con lo que respecta a la investigación también se busca contribuir a diversas investigaciones, es decir que sirva de insumos para nuevos estudios tanto

dentro de la Facultad de Psicología como otras instituciones. A su vez en los diferentes espacios ya sea en el portal que la facultad destina para la divulgación de los trabajos académicos, o también puedan difundirse a través de las clases, en donde exista la colaboración de estudiantes, docentes, y población en general. Por lo tanto, poder entender una parte de los problemas que puedan presentar los estudiantes en su salud mental, con el fin de aportar prevención y promoción de la salud mental para disminuir las conductas desadaptativas asociadas.

13. Bibliografía:

- Abbot, J y Sutherland, C. (1990). Cognitive, cardiovascular and haematological responses of Type A and Type B individualism prior to and following examinations. *Journal of Social Behavior and Personality*.
- Agam G, Belmaker R.(2008) Major Depressive Disorder. *The new england journal of medicine*, 358:55-68.
- Alpi, S. V., & Bechara, A. O. (2020). Variables asociadas a la ansiedad-depresión en estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica*, 19.
- American Psychiatric Association (2014). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5a. ed)
- Arrieta Vergara, K. M., Díaz Cárdenas, S., & González Martínez, F. (2014). Síntomas de depresión y ansiedad en jóvenes universitarios: prevalencia y factores relacionados. *Revista clínica de medicina de familia*, 7(1), 14-22.
- Bagés Fortacín, C., Lleixà Fortuno, M. D. M., Español Puig, C., Imbernón Casas, G., Munté Prunera, N., & Vázquez Morillo, D. (2015). Efectividad de la visita prequirúrgica sobre la ansiedad, el dolor y el bienestar. *Enfermería Global*, 14(39), 29-40.
- Beck, A. T., Rush, J. A., Shaw, B. F., & Emery, G. (2010). *Terapia cognitiva de la depresión*. Bilbao: Desclée De Brouwer
- Beck, a T. (1967) *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. Nueva York: Harper & Row.
- Beck, A. T., Steer, R. A., y Brown, G. K. (1996). BDI-II. Beck Depression Inventory-Second Edition manual. San Antonio, TX: The Psychological Corporation
- Belloch, A., Sandin, B., & Ramos, F. (2009). *Manual de Psicopatología*. 2.ª Edición McGraw-Hill. Madrid. España.
- Borras, F. (1992). Factores psicológicos, sistema inmune y estrés. *Revista de Psicología de la Salud*.
- Bragado C, Hernandez M, Sánchez M, Urbano S. (2008) Autoconcepto físico, ansiedad, depresión y autoestima en niños con cáncer y sanos sin historia de cáncer. *Psicothema*, 20(3): 413-419.
- Cajigas-Segredo, N., Kahan, E., Luzardo, M., & Ugo, M. (2010). *Depresión en estudiantes de enseñanza media pública, severidad, género y edad*. *Ciencias psicológicas*, 4(2), 149-163.
- Carballo, M. M., Estudillo, C. P., Meraz, L. L., Parrazal, L. B., & Valle, C. M. (2019). Trastornos de ansiedad: revisión bibliográfica de la perspectiva actual. *Eneurobiología*, 10(24).
<https://eneurobiologia.uv.mx/index.php/eneurobiologia/article/view/2544/4427>

Celis, J., Bustamante, M., Cabrera, D., Cabrera, M., Alarcón, W., & Monge, E. (2001). Ansiedad y estrés académico en estudiantes de medicina humana del primer y sexto año. In *Anales de la Facultad de Medicina* (Vol. 62, No. 1, pp. 25-30). Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

Chirullo, V. (2022). Adaptación de la Escala de Autoeficacia General a estudiantes universitarios uruguayos.

Czernik, G., Giménez, S., Mora, M., & Almirón, L. (2006). Variables sociodemográficas y síntomas de depresión en estudiantes universitarios de Medicina de Corrientes, Argentina. *Rev Arg Clin Neuropsiquiatr*, 13(2), 64-73.

Decreto Nº 158/019 (2019). Investigación en Seres Humanos. Recuperado de: <https://www.impo.com.uy/bases/decretos-originales/158-2019>

Del Cid, M. T. C. (2021). La depresión y su impacto en la salud pública. *Revista medica hondureña*, 89(Supl. 1), 46-52.

Delgado, E., De la Cera, D. X., Lara, M. F., & Arias, R. M. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1), 23-36.

Entwistle, N. (1988). La comprensión del aprendizaje en el aula, Barcelona. Ministerio de educación y Ciencia.

Flores Ocampo, R., Jiménez Escobar, S. D., Pérez Hernández, S., Ramírez Serrano, P. B., & Vega Valero, C. Z. (2007). Depresión y ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista electrónica de psicología Iztacála*, 10(2).

Goodale, E. P. (2007). Síntomas cognitivos de la depresión. *RET: revista de toxicomanías*, (50), 13-15.

Gold, A. (2006). Trastornos de ansiedad en niños. *Archivos de Pediatría del Uruguay*, 77(1), 34-38.

González M, Martín M, Grau JA, Lorenzo A (2007) Instrumentos de evaluación psicológica para el estudio de la ansiedad y la depresión. En: González M (Ed) Instrumentos de Evaluación psicológica, La Habana: ECIMED, 165-214

Gutierrez Rodas, J. A., Montoya Vélez, L. P., Toro Isaza, B. E., Briñón Zapata, M. A., Rosas Restrepo, E., & Salazar Quintero, L. E. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *Ces Medicina*, 24(1), 7-17.

Hernández Sánchez MM, Horga de la Parte JF, Navarro Cremades (2017). Trastornos de ansiedad y trastornos de adaptación en atención primaria. Guía de actuación clínica en atención primaria. Novelda, España. [en línea]. Disponible en: www.san.gva.es.

Horowitz, J. L., & Garber, J. (2006). The prevention of depressive symptoms in children and adolescents: A meta-analytic review. *Journal of consulting and clinical psychology*, 74(3), 401.

Jadue, G. (2001). Algunos efectos de la ansiedad en el rendimiento escolar. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, (27), 111-118.

Ley de protección de datos personales (2008), Recuperado de:
<https://www.impo.com.uy/bases/leyes/18331-2008>

Macias, A. B. (2007). El Inventario SISCO del estrés académico. *Investigación Educativa Duranguense*, (7), 90-93.

Martínez-Otero Pérez, V. (2014). Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la Facultad de Educación. *Ensayos: revista de la Escuela Universitaria de Formación del Profesorado de Albacete*.

Muñoz García, F. J. (1999). El estrés académico incidencia del sistema de enseñanza y función moduladora de las variables psicosociales en la salud, el bienestar y el rendimiento de los estudiantes universitarios.

Ministerio de Salud Pública (2020). Día Nacional de Prevención del Suicidio. Ministerio de Salud Pública. https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/sites/ministerio-salud-publica/files/2022-03/Respuesta%20y%20resoluci%C3%B3n%20mar%C3%ADa%20Morales_removed%20%281%29%20%281%29.pdf

Mirowsky, J. y C E.ross. (1989) . Social causes of psychological distress. Nueva York: Aldine de Gruyter.

Nievas, O. (2016). Síntomas depresivos en estudiantes universitarios y su relación con esquemas tempranos desadaptativos y actitudes disfuncionales.

Organización Mundial de la Salud. (2021). *Depresión*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>

Organización Mundial de la Salud. (2022). Trastornos Mentales. Recuperado de:
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>

Organización Panamericana de la Salud. (2017). Depresión y otros trastornos mentales comunes. Estimaciones sanitarias mundiales. *Pan American Health Organization/World Health Organization*.

Organización Panamericana de la Salud [OPS] (2018). La carga de los trastornos mentales en la Región de las Américas. Washington DC: OPS.

Orlandini, A. (2012). *El estrés: qué es y cómo evitarlo*. Fondo de cultura económica.

Pacheco, J. L. R., Argüello, M. V. B., & Suárez, A. I. D. L. H. (2020). Análisis general del spss y su utilidad en la estadística. *E-IDEA Journal of business sciences*, 2(4), 17-25.

Programa de Renovación de la Enseñanza (2022) *Informe Generación de Ingreso 2022*.

Recuperado de : <https://www.psico.edu.uy/sites/default/files/2022-11/Informe%20Gen%202022%20.pdf>

Montevideo: Facultad de Psicología, Universidad de la Republica. .

Ramirez, D., Ojeda, D., Molinari, A., Noguera, A., Valdéz, R., Florentín, L., ... & Gilardoni, S. R. (2015). Evaluación del estrés autopercebido en estudiantes del área de salud. *Eureka (Asunción, En línea)*.

Ramírez-Ortiz, J., Castro-Quintero, D., Lerma-Córdoba, C., Yela-Ceballos, F., & Escobar Córdoba, F. (2020). CONSECUENCIAS DE LA PANDEMIA COVID 19 EN LA SALUD MENTAL ASOCIADAS AL AISLAMIENTO <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.303> SOCIAL [Preprint].

Reyes-Ticas JA.(2010) Trastornos de ansiedad: Guía práctica para diagnóstico y tratamiento. Biblioteca virtual en salud. Honduras. [en línea]. Disponible en: www.bvs.hn

Riveros, M., Hernández, H., & Rivera, J. (2007). Niveles de depresión y ansiedad en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Revista de investigación en psicología*, 10(1), 91-102.

Ruiz-Grosso P, Miranda J, Gilman R, Walker B, Carrasco-Escobar G, Varela Gaona M, Spatial (2016) Distribution of individuals with symptoms of depression in a periurban area in Lima: an example from Peru. *Annals of Epidemiology*, 26(2):93-98.

Santos Morocho, J. L., Jaramillo Oyervide, J. A., Morocho Malla, M. I., Senín Calderón, M. C., & Rodríguez Testal, J. F. (2017). Estudio transversal: evaluación del estrés académico en estudiantes de medicina y su asociación con la depresión. *Revista Médica HJCA*, 9 (3), 255-260.

Sanz, J., & García-Vera, M. P. (2013). Rendimiento diagnóstico y estructura factorial del Inventario para la Depresión de Beck–Segunda Edición (BDI-II) en pacientes españoles con trastornos psicológicos. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 29(1), 66-75.

Schmidt, V. P., & Shoji Muñoz, A. D. (2018). La ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en adolescentes de 14 a 16 años.

Tizón García JL.(2005) Repercusiones en el niño de los trastornos mentales de sus progenitores y cuidadores, 12(4):220-35.

Vélez, D. M. A., Garzón, C. P. C., & Ortiz, D. L. S. (2008). Características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. *International journal of psychological research*, 1(1), 34-39.

Zuluaga-Sarmiento L, Velásquez S.(2015) FACTORES RELACIONADOS CON LA DEPRESIÓN EN PACIENTES PEDIÁTRICOS CON CÁNCER Y PARTICIPACIÓN DE LA ENFERMERA EN SU DETECCIÓN. Revista Duazary, 12(2):164-173.

14. Anexos:

Test sociodemográfico

En el siguiente test, se requiere que complete las preguntas que se plantean, la primera parte consta de datos personales. Se solicita que lea con detenimiento y responda lo requerido.

1. Nombre completo.....

2. Edad..... 3. Mail de contacto

4. Estado civil: Soltero

Casado

Divorciado

Viudo

Unión libre

5. Carrera/s y año/s que cursas

6. Cantidad de personas que viven en su hogar: Uno

Dos

Tres

Cuatro o más

7. Ingresos percibidos en su hogar: \$10.000 o menos

Entre \$10.000 a \$20.000

Entre \$30.000 a \$40.000

Entre \$50.000 a \$60.000

\$60.000 o mas

8. Ud se encuentra trabajando actualmente: Si

No

Consentimiento informado

El siguiente consentimiento está dirigido a los estudiantes de la facultad de psicología entre 18 y 25 años, convocando a la participación del proyecto “La prevalencia de la ansiedad, depresión y estrés académico en estudiantes universitarios”, llevada a cabo por la estudiante Camila Lago, de la Facultad de Psicología de la Universidad de la república. En la misma se llevará a cabo un estudio transversal, en donde se aplicarán diferentes test los cuales son: El inventario de depresión de Beck, Test STAI, el Inventario Sisco y Test sociodemográfico.

Los datos obtenidos en la investigación que identifique a los participantes se mantendrán bajo total confidencialidad, los resultados obtenidos podrán ser empleados de manera anónima en el ámbito académico. Su participación en la investigación es de forma voluntaria, la cual no tiene ningún costo o beneficio, así mismo puede abandonar la investigación en el momento que lo desee.

En el caso de que tenga alguna pregunta o inquietud, tendrá la oportunidad de realizar cualquier pregunta, en el momento que lo considere necesario.

De acuerdo con lo informado y estando de acuerdo con participar.

Nombre del participante.....

Firma del participante.....

Nombre del investigador: Camila Lago

Firma del investigador: