

Ana Lucia Cunalata-Jinde; Kevin Ivan Doicela-Timbila; Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

<https://doi.org/10.35381/s.v.v8i1.3952>

## **Incidencia de la ansiedad depresión y estrés en estudiantes, Ecuador**

### **Incidence of anxiety, depression and stress in students, Ecuador**

Ana Lucia Cunalata-Jinde

[analcj53@uniandes.edu.ec](mailto:analcj53@uniandes.edu.ec)

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua, Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-0158-623X>

Kevin Ivan Doicela-Timbila

[kevinidt47@uniandes.edu.ec](mailto:kevinidt47@uniandes.edu.ec)

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua, Ecuador

<https://orcid.org/0000-0003-2388-1325>

Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

[ua.gabrielavaca@uniandes.edu.ec](mailto:ua.gabrielavaca@uniandes.edu.ec)

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua, Ecuador

<https://orcid.org/0000-0003-4707-7147>

Recibido: 15 de octubre 2023

Revisado: 10 de diciembre 2023

Aprobado: 15 de enero 2024

Publicado: 01 de febrero 2024

Ana Lucia Cunalata-Jinde; Kevin Ivan Doicela-Timbila; Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

## RESUMEN

**Objetivo:** Analizar la incidencia de la ansiedad depresión y estrés en estudiantes del Ecuador. **Método:** Descriptivo observacional. **Resultados:** según el cuestionario DASS 21, se presentan los siguientes. **Resultados:** el 1,25%(n=1) del total de la población estudiada presenta depresión extremadamente severa siendo esta la menos frecuente en cuanto a la depresión y el 35% (n=28) tiene ansiedad moderada, estando estos resultados reflejados con mayor relevancia. **Conclusión:** Los resultados obtenidos en nuestro análisis confirman la prevalencia moderada de síntomas de depresión, ansiedad y estrés entre los estudiantes ecuatorianos, en concordancia con investigaciones previas. Se deben implementar intervenciones específicas para promover la salud mental en esta población, como indican los estudios revisados, que señalan la alta incidencia de estos síntomas y su impacto negativo en la calidad de vida estudiantil.

**Descriptores:** Salud mental; resiliencia psicológica; adaptación psicológica. (Fuente: DeCS).

## ABSTRACT

**Objective:** To analyze the incidence of anxiety, depression and stress in students in Ecuador. **Method:** Descriptive observational. **Results:** according to the DASS 21 questionnaire, the following results are presented: 1.25% (n=1) of the total population studied had extremely severe depression, this being the least frequent in terms of depression, and 35% (n=28) had moderate anxiety, these results being reflected with greater relevance. **Conclusion:** The results obtained in our analysis confirm the moderate prevalence of symptoms of depression, anxiety and stress among Ecuadorian students, in agreement with previous research. Specific interventions should be implemented to promote mental health in this population, as indicated by the studies reviewed, which point to the high incidence of these symptoms and their negative impact on student quality of life.

**Descriptors:** Mental health; resilience psychological adaptation; psychological. (Source: DeCS).

Ana Lucia Cunalata-Jinde; Kevin Ivan Doicela-Timbila; Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

## **INTRODUCCIÓN**

La incidencia de trastornos como la ansiedad, la depresión y el estrés entre los estudiantes ha despertado una creciente preocupación tanto en la comunidad educativa como en la sociedad en general <sup>1 2</sup>. Diversos factores contribuyen a esta situación. Académicamente, la presión por mantener altas calificaciones y la competencia para ingresar a universidades de prestigio son fuentes significativas de estrés. En el ámbito socioeconómico, la inestabilidad económica y la falta de recursos pueden exacerbar los niveles de ansiedad y depresión <sup>3</sup>.

A nivel familiar, problemas como la falta de apoyo emocional o la presencia de conflictos familiares también influyen negativamente en la salud mental de los estudiantes. Además, factores sociales como el acoso escolar y la presión para encajar en ciertos grupos pueden incrementar los niveles de ansiedad y depresión <sup>4 5</sup>.

La pandemia de COVID-19 ha exacerbado estos problemas de salud mental. El aislamiento social, la incertidumbre y las interrupciones en la educación han duplicado los síntomas de ansiedad y depresión entre los estudiantes. La salud mental tiene un impacto directo en el rendimiento académico <sup>6</sup>. Los estudiantes que sufren de ansiedad, depresión o estrés a menudo presentan dificultades para concentrarse, disminución en la capacidad de retención de información y baja motivación. Estos problemas pueden resultar en un bajo rendimiento académico y, en algunos casos, en la deserción escolar. La incidencia de la ansiedad, depresión y estrés en estudiantes en Ecuador es un problema crítico que requiere atención inmediata y sostenida <sup>7 8</sup>. Las instituciones educativas, junto con el gobierno y las comunidades, deben trabajar para crear un entorno que apoye el bienestar mental de los jóvenes. Solo a través de un enfoque integral y colaborativo se podrá garantizar que los estudiantes no solo alcancen su potencial académico, sino que también desarrollen una vida saludable y equilibrada <sup>9 10</sup>.

Se tiene por objetivo analizar la incidencia de la ansiedad depresión y estrés en estudiantes del Ecuador.

Ana Lucia Cunalata-Jinde; Kevin Ivan Doicela-Timbila; Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

## **MÉTODO**

Descriptivo observacional.

La población fue de 80 estudiantes legalmente matriculados en la Unidad Educativa Intercultural Bilingüe Sangay desde octavo hasta tercero de bachillerato la misma que está ubicada en la parroquia de Pungala, Cantón Riobamba de la Provincia de Chimborazo.

Se realizó y distribuyó electrónicamente una encuesta de 24 preguntas de las cuales 21 pertenecen al cuestionario DASS21 el cual valida los niveles de ansiedad, estrés y depresión según los resultados obtenidos.

Se aplicó estadística descriptiva.

## **RESULTADOS**

Los datos que corresponden a la ansiedad según el cuestionario Dass21 del total de participantes el 33,75% (n=25) presenta ansiedad normal en comparación a la Ansiedad extremadamente severa la cual presenta el 12,5% (n=10), además se observa que el 6% (n=5) presenta ansiedad leve.

De acuerdo con la dimensión depresión según el cuestionario DASS 21, se presentan los siguientes resultados: el 1,25%(n=1) del total de la población estudiada presenta depresión extremadamente severa siendo esta la menos frecuente en cuanto a la depresión y el 35% (n=28) tiene ansiedad moderada, estando estos resultados reflejados con mayor relevancia.

Según la prueba DASS 21 en la dimensión estrés se observó que el Estrés severo como el Estrés extremadamente severo presenta los mismos porcentajes en un 0%, además la mayor parte de la población tiene estrés normal en un 83,75%

Ana Lucia Cunalata-Jinde; Kevin Ivan Doicela-Timbila; Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

## **DISCUSIÓN**

Los resultados escrutados concuerdan con la investigación de <sup>11</sup> al indicar una prevalencia moderada de síntomas de depresión, ansiedad y estrés en nuestra población. Se deben implementar intervenciones destinadas a promover la salud mental entre los estudiantes universitarios. Situación que concuerdan con el estudio de <sup>12</sup> al indicar que los síntomas auto informados de ansiedad, estrés y depresión son comunes en los estudiantes estudiados.

En concordancia <sup>13</sup> indica los síntomas de depresión, ansiedad y estrés fueron prevalentes y tuvieron un impacto negativo en la calidad de vida de los estudiantes, especialmente en presencia de síntomas depresivos. La disminución de las puntuaciones se asoció significativamente con la gravedad de los síntomas. Una de las razones para superar los límites de la depresión, podría ser la prevalencia de la adicción a los teléfonos inteligentes entre los estudiantes, en la que el tiempo excesivo que pasan con ellos y los niveles elevados de depresión se destacan como factores importantes. <sup>14</sup> Teniendo en cuenta los problemas de salud mental son comunes tanto en el personal docente como en la población estudiantil.<sup>15</sup>

## **CONCLUSIONES**

Los resultados obtenidos en nuestro análisis confirman la prevalencia moderada de síntomas de depresión, ansiedad y estrés entre los estudiantes ecuatorianos, en concordancia con investigaciones previas. Se deben implementar intervenciones específicas para promover la salud mental en esta población, como indican los estudios revisados, que señalan la alta incidencia de estos síntomas y su impacto negativo en la calidad de vida estudiantil. La gravedad de los síntomas depresivos está significativamente asociada con la disminución de las puntuaciones académicas, y una posible razón detrás de la elevada prevalencia de la depresión podría ser la adicción a los teléfonos inteligentes, destacándose el tiempo excesivo dedicado a estos dispositivos.

Ana Lucia Cunalata-Jinde; Kevin Ivan Doicela-Timbila; Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

Es necesario reconocer que los problemas de salud mental afectan tanto a los estudiantes como al personal docente, por lo que las estrategias de intervención deben abarcar a toda la comunidad educativa para ser efectivas y sostenibles.

## **CONFLICTO DE INTERÉS**

Los autores declaran que no tienen conflicto de interés en la publicación de este artículo.

## **FINANCIAMIENTO**

Autofinanciado.

## **AGRADECIMIENTO**

A todos los actores sociales involucrados en el desarrollo de la investigación.

## **REFERENCIAS**

1. Ramón-Arbués E, Gea-Caballero V, Granada-López JM, Juárez-Vela R, Pellicer-García B, Antón-Solanas I. The Prevalence of Depression, Anxiety and Stress and Their Associated Factors in College Students. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(19):7001. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197001>
2. Meckamalil C, Brodie L, Hogg-Johnson S, Carroll LJ, Jacobs C, Côté P. The prevalence of anxiety, stress and depressive symptoms in undergraduate students at the Canadian Memorial Chiropractic College. *J Am Coll Health*. 2022;70(2):371-376. <https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1751173>
3. Freitas PHB, Meireles AL, Ribeiro IKDS, Abreu MNS, Paula W, Cardoso CS. Symptoms of depression, anxiety and stress in health students and impact on quality of life. Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes del área de la salud e impacto en la calidad de vida. *Rev Lat Am Enfermagem*. 2023;31:e3884. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.6315.3884>
4. Nikolic A, Bukurov B, Kocic I, et al. Smartphone addiction, sleep quality, depression, anxiety, and stress among medical students. *Front Public Health*. 2023;11:1252371. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1252371>

Ana Lucia Cunalata-Jinde; Kevin Ivan Doicela-Timbila; Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

5. Meeks K, Peak AS, Dreihaus A. Depression, anxiety, and stress among students, faculty, and staff. *J Am Coll Health*. 2023;71(2):348-354. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1891913>
6. Li Y, Scherer N, Felix L, Kuper H. Prevalence of depression, anxiety and post-traumatic stress disorder in health care workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *PLoS One*. 2021;16(3):e0246454. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246454>
7. Mazza MG, De Lorenzo R, Conte C, et al. Anxiety and depression in COVID-19 survivors: Role of inflammatory and clinical predictors. *Brain Behav Immun*. 2020;89:594-600. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.07.037>
8. Michaelides A, Zis P. Depression, anxiety and acute pain: links and management challenges. *Postgrad Med*. 2019;131(7):438-444. <https://doi.org/10.1080/00325481.2019.1663705>
9. Beurel E, Toups M, Nemeroff CB. The Bidirectional Relationship of Depression and Inflammation: Double Trouble. *Neuron*. 2020;107(2):234-256. <https://doi.org/10.1016/j.neuron.2020.06.002>
10. Aloufi MA, Jarden RJ, Gerdtz MF, Kapp S. Reducing stress, anxiety and depression in undergraduate nursing students: Systematic review. *Nurse Educ Today*. 2021;102:104877. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2021.104877>
11. Wu KK, Lee D, Sze AM, et al. Posttraumatic Stress, Anxiety, and Depression in COVID-19 Survivors. *East Asian Arch Psychiatry*. 2022;32(1):5-10. <https://doi.org/10.12809/eaap2176>
12. Meng J, Du J, Diao X, Zou Y. Effects of an evidence-based nursing intervention on prevention of anxiety and depression in the postpartum period. *Stress Health*. 2022;38(3):435-442. <https://doi.org/10.1002/smi.3104>
13. Rana T, Behl T, Sehgal A, et al. Exploring the role of neuropeptides in depression and anxiety. *Prog Neuropsychopharmacol Biol Psychiatry*. 2022;114:110478. <https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2021.110478>
14. Schalla MA, Stengel A. The role of stress in perinatal depression and anxiety - A systematic review. *Front Neuroendocrinol*. 2024;72:101117. <https://doi.org/10.1016/j.yfrne.2023.101117>

Ana Lucia Cunalata-Jinde; Kevin Ivan Doicela-Timbila; Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

15. Bürker BS, Hardersen RI, Lappegård KT. Symptoms of Depression, Anxiety, and Posttraumatic Stress among Patients with Cardiac Pacemakers. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(24):16838. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416838>

©2024 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).