



Factores predisponentes de los trastornos de ansiedad en los estudiantes enfermería

Predisposing factors for anxiety disorders in nursing students

Fatores predisponentes para transtornos de ansiedade em estudantes de enfermagem

Luis Martín Arias-Pardo ^I

larias244@pucesi.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0007-5309-3609>

Lilian Anais Bastidas-Obando ^{II}

labastidas@pucesi.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0001-7142-0366>

Ximena Alexandra Mejía-Reasco ^{III}

xamejia@pucesi.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0001-6842-4198>

Erick Santiago Pérez-Gordillo ^{IV}

esperezg@pucesi.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0003-0960-7917>

Correspondencia: larias244@pucesi.edu.ec

Ciencias de la Salud
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 20 de abril de 2025 * **Aceptado:** 27 de mayo de 2025 * **Publicado:** 13 de junio de 2025

- I. Docente, Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Ibarra, Doctorando Ciencias Biomédicas IUNIR, Ibarra, Ecuador.
- II. Docente, Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Ibarra, Ecuador.
- III. Docente, Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Ibarra, Ecuador.
- IV. Estudiante, Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Ibarra, Ecuador.

Resumen

El artículo aborda la creciente problemática de los trastornos de ansiedad en estudiantes de la carrera de Enfermería considerando la relevancia del tema por el impacto negativo en el bienestar y el rendimiento académico, especialmente en carreras de salud. El objetivo general del artículo fue describir los factores predisponentes presentes en los estudiantes de Enfermería durante el periodo octubre 2024 a febrero 2025. Se empleó una metodología cuantitativa, descriptiva, no experimental y transversal, aplicando una encuesta validada a 42 estudiantes para identificar factores como edad, sexo, estructura familiar, hábitos de sueño, alimentación y tiempo de ocio. Los principales hallazgos revelan que las mujeres adultas jóvenes presentan mayor prevalencia de factores predisponentes, destacando la convivencia en familias disfuncionales o monoparentales, la tendencia a vivir solas, la insuficiencia de tiempo libre, la nutrición inadecuada y patrones de sueño insuficiente o no reparador. Estos factores, especialmente marcados en las mujeres, incrementan su vulnerabilidad frente al estrés académico y emocional. En conclusión, el estudio evidencia la urgente necesidad de implementar estrategias institucionales de apoyo y promoción de hábitos saludables para reducir el riesgo de ansiedad, priorizando intervenciones dirigidas a los grupos más vulnerables, con el fin de mejorar la calidad de vida y la permanencia de los estudiantes en el sistema educativo.

Palabras claves: Estudiante de enfermería; salud mental; ansiedad.

Abstract

This article addresses the growing problem of anxiety disorders in nursing students, considering the relevance of the topic due to its negative impact on well-being and academic performance, especially in healthcare programs. The general objective of this article was to describe the predisposing factors present in nursing students during the period from October 2024 to February 2025. A quantitative, descriptive, non-experimental, and cross-sectional methodology was used, administering a validated survey to 42 students to identify factors such as age, sex, family structure, sleep habits, diet, and leisure time. The main findings reveal that young adult women have a higher prevalence of predisposing factors, highlighting living in dysfunctional or single-parent families, a tendency to live alone, insufficient free time, inadequate nutrition, and insufficient or unrefreshing sleep patterns. These factors, especially marked in women, increase their vulnerability to academic

and emotional stress. In conclusion, the study highlights the urgent need to implement institutional strategies to support and promote healthy habits to reduce the risk of anxiety, prioritizing interventions aimed at the most vulnerable groups, in order to improve students' quality of life and retention in the educational system.

Keywords: Nursing student; mental health; anxiety.

Resumo

Este artigo aborda o crescente problema dos transtornos de ansiedade em estudantes de enfermagem, considerando a relevância do tema devido ao seu impacto negativo no bem-estar e no desempenho acadêmico, especialmente em programas de saúde. O objetivo geral deste artigo foi descrever os fatores predisponentes presentes em estudantes de enfermagem durante o período de outubro de 2024 a fevereiro de 2025. Foi utilizada uma metodologia quantitativa, descritiva, não experimental e transversal, administrando um questionário validado a 42 estudantes para identificar fatores como idade, sexo, estrutura familiar, hábitos de sono, dieta e tempo de lazer. Os principais achados revelam que mulheres adultas jovens apresentam maior prevalência de fatores predisponentes, destacando-se viver em famílias disfuncionais ou monoparentais, tendência a viver sozinhas, tempo livre insuficiente, nutrição inadequada e padrões de sono insuficientes ou não reparadores. Esses fatores, especialmente acentuados em mulheres, aumentam sua vulnerabilidade ao estresse acadêmico e emocional. Em conclusão, o estudo destaca a necessidade urgente de implementar estratégias institucionais de apoio e promoção de hábitos saudáveis para reduzir o risco de ansiedade, priorizando intervenções direcionadas aos grupos mais vulneráveis, a fim de melhorar a qualidade de vida dos estudantes e a permanência no sistema educacional.

Palavras-chave: Estudante de enfermagem; saúde mental; ansiedade.

Introducción

La ansiedad en el ámbito universitario es una problemática creciente que afecta de manera significativa el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes, especialmente en carreras vinculadas a la salud como la enfermería (Leiva et al., 2022). La Organización Mundial de la Salud estima que alrededor del 4% de la población mundial sufre trastornos de ansiedad, con una prevalencia considerable entre los jóvenes universitarios (OMS, 2024). En este contexto, la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, sede Ibarra (PUCE TEC), se convierte en un escenario

relevante para analizar esta situación, dado el rigor académico y las exigencias emocionales propias de la formación en la carrera de enfermería.

Los estudiantes de enfermería enfrentan una combinación de altas demandas académicas, la presión emocional de las prácticas clínicas y la responsabilidad inherente de gestionar situaciones complejas relacionadas con la vida y la salud de los pacientes (Bolaños et al., 2024). Este entorno genera un impacto directo en la salud mental de los estudiantes, comprometiendo no solo su desempeño académico sino también su desarrollo personal y profesional. Diversos estudios han evidenciado que los primeros años universitarios y los niveles avanzados de formación en ciencias de la salud son etapas especialmente vulnerables para la aparición de síntomas de ansiedad y depresión (Ramírez, 2025).

La presencia de factores predisponentes como el sexo, la edad, la disfunción familiar, el tiempo de desplazamiento, la falta de sueño, la mala alimentación y la escasez de tiempo libre, contribuye a incrementar el riesgo de desarrollar trastornos de ansiedad entre los estudiantes universitarios (Brito, 2024). La carencia de estrategias institucionales de apoyo y la cultura de alta competitividad académica agravan este escenario, generando un círculo vicioso que afecta la calidad de vida y la permanencia de los estudiantes en el sistema educativo.

En Ecuador, la situación es alarmante: investigaciones recientes señalan que hasta el 46% de los estudiantes universitarios presentan síntomas de ansiedad, lo que repercute directamente en su rendimiento académico y bienestar general (Chávez, 2021). Esta problemática no solo limita el éxito académico, sino que también puede dejar secuelas duraderas en la trayectoria profesional de los futuros enfermeros.

Existe una serie de literatura que sirven como antecedentes relacionados al comportamiento de las variables que intervienen, como el estudio de Pérez, (2025) en su trabajo se trazó como objetivo identificar y difundir los factores predisponentes que influyen en el desarrollo de trastornos de ansiedad en esta población estudiantil, señaló que la combinación de altas exigencias académicas y la carga emocional derivada de las prácticas clínicas son factores clave que predisponen a los estudiantes de enfermería a desarrollar trastornos de ansiedad. En particular, el cuarto nivel implica una mayor responsabilidad y exposición a situaciones complejas, lo que incrementa el riesgo de ansiedad y afecta tanto el rendimiento académico como el bienestar general de los estudiantes.

Por otra parte, Peña et al., (2022) en su trabajo titulado Factores asociados al malestar psicológico en estudiantes de enfermería: una revisión narrativa, entre sus hallazgos presentan que las variables como el género, la edad, el estado civil y las dificultades económicas influyen en la aparición de ansiedad en estudiantes de enfermería. Por ejemplo, las mujeres, los estudiantes jóvenes y aquellos con problemas económicos o antecedentes familiares de trastornos psiquiátricos presentan mayor prevalencia de síntomas ansiosos.

También González et al., (2023) en su artículo titulado Prevalencia de ansiedad entre los estudiantes de enfermería de sexto y octavo semestre de la División de Ciencias de la Vida, los autores señalan que el estrés académico, especialmente en los niveles avanzados de la carrera, se asocia directamente con el desarrollo de ansiedad. La presión por cumplir con evaluaciones, la gestión del tiempo y la necesidad de equilibrar teoría y práctica generan un entorno de alta tensión emocional. Estudios han demostrado que el avance en el ciclo escolar incrementa los niveles de estrés y ansiedad, especialmente en los últimos semestres.

Para Cuesta et al., (2022) los autores llegaron a señalar que la ausencia de redes de apoyo, tanto institucionales como personales, y la falta de habilidades para gestionar el estrés y las emociones, son factores predisponentes que agravan la aparición de trastornos de ansiedad. La literatura recomienda la implementación de programas de consejería y talleres de afrontamiento para reducir este tipo de riesgos en la población estudiantil.

La salud mental de los estudiantes universitarios, especialmente en carreras de ciencias de la salud, ha cobrado relevancia internacional debido al aumento de casos de ansiedad, estrés y depresión. En América Latina y Ecuador, la presión académica, la falta de recursos de apoyo y las exigencias de las prácticas clínicas sitúan a los estudiantes de enfermería en un grupo de alto riesgo. La PUCE TEC, reconocida por su calidad académica, refleja de manera puntual estos desafíos, evidenciando la necesidad de intervenciones institucionales que prioricen el bienestar emocional y mental de sus estudiantes. Por lo planteado se genera la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuáles son los factores predisponentes presentes en los estudiantes de Enfermería, durante el periodo octubre 2024 a febrero 2025? Mientras que el objetivo del artículo es describir los factores predisponentes presentes en los estudiantes de Enfermería, durante el periodo octubre 2024 a febrero 2025.

Los estudiantes de enfermería enfrentan una combinación de altas demandas académicas, la presión emocional de las prácticas clínicas y la responsabilidad inherente de gestionar situaciones complejas relacionadas con la vida y la salud de los pacientes. Este entorno genera un impacto

directo en la salud mental de los estudiantes, comprometiendo no solo su desempeño académico sino también su desarrollo personal y profesional (Bravo y Pérez, 2025).

Materiales y métodos

El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, ya que se centró en la recolección, medición y análisis de datos numéricos para identificar los factores predisponentes de los trastornos de ansiedad en los estudiantes de Enfermería. Este enfoque permitió trabajar con datos estadísticos y obtener resultados objetivos y representativos (Hernández et al., 2014). El nivel de la investigación es descriptivo, pues se buscó detallar y caracterizar cómo se manifiestan los diferentes factores asociados a los trastornos de ansiedad en la población estudiada (Arias, 2012). El diseño es no experimental y de tipo transversal, ya que los datos se recolectaron en un solo momento, sin manipular variables ni realizar seguimiento longitudinal. Esto permitió obtener una “instantánea” de los factores predisponentes presentes en los estudiantes en un punto específico del tiempo (Hernández, 2018).

La población estuvo conformada por 42 estudiantes, hombres y mujeres, que cursan de la carrera de Enfermería. La muestra fue de 42 estudiantes, teniendo la muestra característica de no probabilística intencionada (Arias, 2012). Los criterios de inclusión consideraron a estudiantes que aceptaron participar voluntariamente mediante consentimiento informado.

Se utilizó como técnica la encuesta, aplicada a través de un Cuestionario básico de factores predisponentes para trastornos de ansiedad (Arias, 2012) y validado por un metodólogo y un experto en el tema. El cuestionario incluyó 20 preguntas cerradas y de opción múltiple, abordando aspectos demográficos, familiares, académicos y de hábitos personales, como el sueño, la alimentación, el tiempo de desplazamiento y las actividades de ocio (Polanía et al., 2020).

Las respuestas del cuestionario se analizaron mediante una escala Likert de 5 puntos, permitiendo captar las percepciones y experiencias de los estudiantes sobre los distintos factores predisponentes. Los datos obtenidos fueron procesados estadísticamente para calcular frecuencias, porcentajes y promedios, lo que facilitó la identificación de patrones y tendencias en la muestra. Este análisis permitió describir de manera precisa la prevalencia y características de los factores predisponentes presentes en la población estudiada (Hernández, 2018).

Resultados

Tabla 1 Factor predisponente: Rangos de edad

Pregunta número 1. Edad		
Respuestas	Hombres	Mujeres
16 a 20 años	4,76%	11,90%
20 a 40 años	16,67%	59,52%
40 a 60 años	0,00%	7,14%
Total		100%

Nota: elaborado por los autores

El grupo de estudiantes con mayor representación en ambos sexos es el de 20 a 40 años, destacando especialmente en mujeres, donde alcanza el 59,52% del total femenino, mientras que en hombres representa el 16,67%. Esto indica que la mayor parte de los estudiantes encuestados y, por tanto, la mayor prevalencia de factores predisponentes para la ansiedad se concentra en adultos jóvenes, siendo más notorio en mujeres.

Los datos evidencian que la edad es un factor predisponente relevante, ya que la mayor concentración de estudiantes en el rango de 20 a 40 años, especialmente mujeres, coincide con la literatura que señala a los adultos jóvenes como un grupo de mayor vulnerabilidad a los trastornos de ansiedad en contextos académicos exigentes (Mendoza y Lazcano, 2024).

Tabla 2. Factor predisponente: Convivencia familias disfuncionales y vivir solo

Número de pregunta 2. ¿Actualmente usted con quien vive?		
Convivencia	Hombres	Mujeres
Solo con Padre	0,00%	0,00%
Solo con Madre	0,00%	16,67%
Con Padre y Madre	4,76%	7,14%
Con Padre, madre y hermanos	14,29%	26,19%
Solo Hermanos	0,00%	0,00%

Con Abuelos u otros familiares	0,00%	7,14%
Con pareja e Hijos	0,00%	11,90%
Con pareja sin Hijos	2,38%	0,00%
vivo solo	0,00%	9,52%
Total	100%	
Vivir solo		
Respuesta	Hombre	Mujer
Sí	0,00%	35,71%
No	0,00%	64,29%
Total	100%	

Nota: elaborado por los autores

La mayoría de los estudiantes, especialmente mujeres (26,19%), vive con padre, madre y hermanos, lo que sugiere una estructura familiar tradicional y estable. En hombres, este grupo representa el 14,29%. Por otra parte, un 16,67% de mujeres vive solo con su madre, lo que puede indicar una situación de familia monoparental o disfuncional. Mientras que un 9,52% de las mujeres reporta vivir solas, y cuando se pregunta directamente, el 35,71% de las mujeres afirma vivir sola. También un porcentaje menor de mujeres vive con abuelos u otros familiares (7,14%) o con pareja e hijos (11,90%). En hombres, la convivencia con pareja sin hijos es del 2,38%, y no se reportan hombres viviendo solos.

La convivencia en familias disfuncionales (especialmente monoparentales) y el hecho de vivir solo son factores que afectan principalmente a las mujeres estudiantes de enfermería, incrementando su predisposición a los trastornos de ansiedad. Estos resultados refuerzan la importancia del entorno familiar y del acompañamiento social como elementos protectores frente a la ansiedad, siendo la ausencia de estos un factor de riesgo relevante en la población estudiada (Caro, 2021).

Tabla 3. Factor predisponente: Tiempo libre u ocio

<i>Pregunta número 3. ¿Dedico menos de cinco horas semanales a actividades recreativas o de ocio?</i>		
<i>Respuestas</i>	<i>Hombres</i>	<i>Mujeres</i>
<i>Totalmente de acuerdo</i>	4,76%	23,81%
<i>Neutral</i>	7,14%	26,19%
<i>De acuerdo</i>	4,76%	19,05%
<i>En desacuerdo</i>	2,38%	4,76%
<i>Totalmente en desacuerdo</i>	2,38%	4,76%
<i>Total de encuestas</i>	100%	
<i>¿Qué actividades realizas en tu tiempo de esparcimiento?</i>		
<i>Respuestas</i>	<i>Hombres</i>	<i>Mujeres</i>
<i>Realizar ejercicios</i>	9,52%	16,67%
<i>Reuniones con amigos o familia</i>	4,76%	14,29%
<i>Escuchar música</i>	4,76%	11,90%
<i>Actividades de relajación</i>	11,90%	0,00%
<i>Leer y escribir</i>	0,00%	9,52%
<i>Otros</i>	2,38%	14,29%
<i>Total de encuetas</i>	100%	

Nota: elaborado por los autores

Un porcentaje considerable de mujeres (23,81%) está “totalmente de acuerdo” y otro 19,05% “de acuerdo” en que dedican menos de cinco horas semanales a actividades recreativas u ocio, lo que suma más del 40% de la muestra femenina. En los hombres, estos valores son mucho menores (4,76% cada uno), lo que indica que las mujeres tienen una mayor tendencia a la falta de tiempo libre. Por otra parte, en cuanto a las actividades realizadas en el tiempo de esparcimiento, las mujeres reportan mayor frecuencia en realizar ejercicios (16,67%), reuniones sociales (14,29%), escuchar música (11,90%) y “otros” (14,29%), mientras que los hombres destacan en actividades de relajación (11,90%) y ejercicios (9,52%). Llama la atención que ninguna mujer reporta actividades de relajación, y ningún hombre menciona leer y escribir.

La insuficiencia de tiempo libre y la baja frecuencia de actividades recreativas constituyen un factor predisponente importante para los trastornos de ansiedad, especialmente en mujeres estudiantes de enfermería. La tendencia a dedicar menos de cinco horas semanales al ocio y la limitada variedad de actividades recreativas refuerzan la vulnerabilidad de este grupo frente al estrés académico y emocional (Gutiérrez et al., 2024).

Tabla 4. Factor predisponente: Nutrición adecuada

Pregunta número 4. ¿En las últimas semanas he consumido las comidas completas? (Desayuno, almuerzo, merienda)		
Respuestas	Hombres	Mujeres
Todos los días	14,29%	26,19%
De 3 a 4 días por semana	2,38%	30,95%
De 1 a 2 días por semana	2,38%	14,29%
De 5 a 6 días por semana	2,38%	2,38%
Ningún día	0,00%	4,76%
Total de encuestas		100%
¿Suelo saltarme alguna comida debido a falta de tiempo?		
Respuestas	Hombres	Mujeres
Algunas veces	7,14%	21,43%

Casi siempre	4,76%	21,43%
Siempre	2,38%	19,05%
Rara vez	4,76%	14,29%
Nunca	2,38%	2,38%
Total de encuestas		100%

Nota: elaborado por los autores

Solo el 26,19% de las mujeres y el 14,29% de los hombres reportan consumir comidas completas todos los días. La mayoría de las mujeres (30,95%) indica que solo logra comer de forma completa entre 3 y 4 días por semana, mientras que en los hombres este porcentaje es muy bajo (2,38%). Un 14,29% de mujeres y 2,38% de hombres apenas consumen comidas completas 1 o 2 días por semana. Además, el 4,76% de las mujeres reconoce no haber consumido comidas completas ningún día en las últimas semanas, lo que no se observa en los hombres.

También un porcentaje considerable de mujeres reporta saltarse comidas con frecuencia: 21,43% lo hace “algunas veces”, 21,43% “casi siempre” y 19,05% “siempre”. En hombres, estos valores son menores, aunque también preocupantes: 7,14% (“algunas veces”), 4,76% (“casi siempre”) y 2,38% (“siempre”). Solo un 2,38% de hombres y mujeres afirma nunca saltarse comidas.

La tendencia a una nutrición inadecuada es más marcada en las mujeres, quienes muestran mayor irregularidad en el consumo de comidas completas y una mayor frecuencia de omisión de comidas por falta de tiempo (Bedoya et al., 2021). Esto sugiere que las estudiantes de enfermería están más expuestas a hábitos alimenticios poco saludables.

Tabla 5. Factor predisponente sueño y vigilia

Pregunta número 5. ¿Cuántas horas duermo usualmente a diario?		
Respuestas	Hombres	Mujeres
De 6 a 7 horas	7,14%	40,48%
De 4 a 5 horas	4,76%	26,19%
De 8 a 9 horas	4,76%	11,90%

10 horas a más	2,38%	0,00%
Menos de 4 horas	2,38%	0,00%

¿Considero que mi sueño es reparador y contribuye a reducir mis niveles de ansiedad?

Respuestas	Hombres	Mujeres
Totalmente de acuerdo	14,29%	19,05%
Neutral	4,76%	26,19%
De acuerdo	2,38%	21,43%
En desacuerdo	0,00%	9,52%
Totalmente en desacuerdo	0,00%	2,38%
Total		100%

Nota: elaborado por los autores

La mayoría de las mujeres (40,48%) duerme entre 6 y 7 horas diarias, mientras que un porcentaje importante (26,19%) duerme solo entre 4 y 5 horas. En los hombres, estos porcentajes son mucho menores (7,14% y 4,76% respectivamente), lo que indica que las mujeres tienden a dormir menos horas, situándose en rangos que pueden ser insuficientes para un descanso óptimo. Solo un pequeño porcentaje de mujeres (11,90%) y hombres (4,76%) duerme entre 8 y 9 horas, y muy pocos hombres reportan dormir 10 horas o más (2,38%) o menos de 4 horas (2,38%). Ninguna mujer reporta dormir más de 9 horas ni menos de 4 horas.

Respecto a la percepción de sueño reparador, solo el 19,05% de las mujeres y el 14,29% de los hombres están “totalmente de acuerdo” en que su sueño es reparador y ayuda a reducir la ansiedad. Sin embargo, un 26,19% de mujeres se muestra neutral y un 21,43% está simplemente “de acuerdo”, lo que sugiere dudas o insatisfacción sobre la calidad del descanso. Un 9,52% de mujeres y un 2,38% de hombres están en desacuerdo o totalmente en desacuerdo, lo que indica que una proporción significativa, especialmente entre las mujeres, no percibe su sueño como suficiente para contrarrestar la ansiedad.

El patrón de sueño insuficiente y la percepción de un descanso poco reparador son factores predisponentes claros para los trastornos de ansiedad en los estudiantes de enfermería, con mayor

impacto en las mujeres. Estos hallazgos subrayan la necesidad de promover hábitos de sueño saludables y estrategias de manejo del estrés en la población estudiada para reducir el riesgo de ansiedad (González y Cruz, 2021).

Conclusiones

Los resultados obtenidos permiten concluir que los estudiantes de Enfermería, especialmente las mujeres adultas jóvenes, presentan una alta prevalencia de factores predisponentes para el desarrollo de trastornos de ansiedad. Entre los factores más relevantes identificados se encuentran la convivencia en familias disfuncionales o monoparentales, la tendencia a vivir solos, la insuficiencia de tiempo libre para actividades recreativas, la inadecuada nutrición caracterizada por la omisión frecuente de comidas y la irregularidad en el consumo de alimentos completos, así como patrones de sueño insuficiente y la percepción de un descanso poco reparador. Estos factores afectan de manera más significativa a las mujeres, quienes reportan mayor vulnerabilidad frente al estrés académico y emocional.

Referencias

1. Arias, F. (2012). El proyecto de investigación. Caracas: Editorial Epistemes.
<https://abacoenred.com/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-de-investigaci%C3%B3n-F.G.-Arias-2012-pdf-1.pdf>
2. Bedoya, B. O. (2021). Hábitos alimentarios en estudiantes de Enfermería de una Universidad Privada en la ciudad de Medellín. *Investigaciones Andina*, 23(42), 59-68. *Investigaciones Andina*, 23(44). http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0124-81462021000100059&script=sci_arttext
3. Bolaños, D. I. (2024). Relación entre síntomas emocionales y adaptación académica en estudiantes de Técnico Superior en Enfermería. *GADE: Revista Científica*, 4(5), 140-157. <https://doi.org/https://doi.org/10.63549/rg.v4i5.504>
4. Bravo, M. y. (2025). Estrés académico en estudiantes de enfermería con altas capacidades intelectuales. *Latam: revista latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 6(2), 14. <https://doi.org/https://doi.org/10.56712/latam.v6i2.3628>

5. Brito, J. (2024). Estrés laboral como factor de riesgo en la salud mental de médicos del área de emergencia y terapia intensiva (Tesis de pregrado). Universidad Nacional de Chimborazo, 1-46. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/13693>
6. Caro, P. (2021). Funcionalidad familiar y ansiedad en adolescentes de una institución educativa de Lima-Norte. Universidad Nacional Federico Villareal. <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/4716>
7. Chávez, I. (2021). Ansiedad en universitarios durante la pandemia de COVID-19: un estudio cuantitativo. *Psicumex*, 11. <https://doi.org/https://doi.org/10.36793/psicumex.v11i1.420>
8. Cuesta, E. P. (2022). Tendencias actuales sobre la depresión, factores de riesgo y abuso de sustancias. *Journal of American Health*, 5(1). <https://www.jah-journal.com/index.php/jah/article/view/114>
9. González, B. y. (2021). Trastornos del sueño en población sanitaria e influencia del Covid-19. Universidad de la Laguna. <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/23990>
10. González, R. V. (2023). Prevalencia de ansiedad entre los estudiantes de enfermería de sexto y octavo semestre de la División de Ciencias de la Vida. *Jóvenes de la ciencia*, 19(1), 1-5. <https://www.jovenesenlaciencia.ugto.mx/index.php/jovenesenlaciencia/article/view/3863>
11. Gutiérrez, M. P. (2024). La Actividad en el tiempo libre como determinante de la atención psicológica en personas con discapacidad. *Studies of Applied Economics*, 42(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.25115/sae.v42i1.9541>
12. Hernández, R. (2018). Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativas, cualitativas y mixtas. México: McGraw-Hill Interamericana. <https://n9.cl/br1sy>
13. Hernández, R. F. (2014). Metodología de la investigación. México. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
14. Leiva, M. I. (2022). Asociación entre ansiedad y depresión en estudiantes de Medicina de la Universidad Ricardo Palma durante el año 2021. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 22(4), 735-742. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v22i4.4842>
15. Mendoza, L. y. (2024). Cruz, L. M. M., & Espinoza, A. Ansiedad y fuentes de estrés en jóvenes universitarios durante la contingencia por COVID-19. *Ciencia Latina: Revista*

Multidisciplinar,

8(1),

1950-1965.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9430092>

16. OMS. (10 de octubre de 2024). La salud mental de los adolescentes. Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
17. Peña, B. M. (2022). Factores asociados al malestar psicológico en estudiantes de enfermería: una revisión narrativa. *Enfermería Universitaria*, 19(1), 70-89. <https://doi.org/https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2022.4.1281>
18. Pérez, E. (2025). Factores Predisponentes de los Trastornos de Ansiedad en los Estudiantes del Cuarto Nivel de PUCE TEC Enfermería octubre 2024-febrero 2025. PUCE. Repositorio Nacional, 1-85. <https://repositorio.puce.edu.ec/handle/123456789/45647>
19. Polanía, C. C. (2020). Metodología de Investigación. Perú: Institución Universitaria Antonio José Camacho. Universidad Cesar Vallejo. <https://repositorio.uniajc.edu.co/handle/uniajc/596>
20. Ramírez, K. (065 de febrero de 2025). El 20% de los estudiantes universitarios sufre ansiedad y el 25% depresión. Conexión PUCE: <https://conexion.puce.edu.ec/el-20-de-los-estudiantes-universitarios-sufre-ansiedad-y-el-25-depresion/>

© 2025 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/>).