



*El impacto de la educación superior en la salud mental de los profesionales de la salud: una revisión bibliográfica*

*The impact of higher education on the mental health of health professionals: a literature review*

*O impacto do ensino superior na saúde mental dos profissionais de saúde: uma revisão de literatura*

Esthela Carolina Hidalgo-Tapia <sup>I</sup>  
[carolinahidalgo48@yahoo.com](mailto:carolinahidalgo48@yahoo.com)  
<https://orcid.org/0009-0005-9979-7279>

Gabriela Fernadna Sandoval-Espinoza <sup>II</sup>  
[gabysandoval88@hotmail.com](mailto:gabysandoval88@hotmail.com)  
<https://orcid.org/0000-0003-2256-2007>

Miguel Enrique Diaz-Álava <sup>III</sup>  
[miguel.diaza@ug.edu.ec](mailto:miguel.diaza@ug.edu.ec)  
<https://orcid.org/0000-0002-8013-0010>

Luis Martín Arias-Pardo <sup>IV</sup>  
[larias244@pucesi.edu.ec](mailto:larias244@pucesi.edu.ec)  
<https://orcid.org/0009-0007-5309-3609>

**Correspondencia:** [carolinahidalgo48@yahoo.com](mailto:carolinahidalgo48@yahoo.com)

Ciencias de la Salud  
Artículo de Investigación

\* **Recibido:** 07 de abril de 2025 \* **Aceptado:** 14 de mayo de 2025 \* **Publicado:** 23 de junio de 2025

- I. Magíster en Salud Ocupacional y Seguridad en el Trabajo, Cuenca, Ecuador.
- II. Médico Especialista en Emergencia y Desastres, Ambato, Ecuador.
- III. Magíster en Seguridad y Salud Ocupacional, Ecuador.
- IV. Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ibarra, Doctorando Ciencias Biomédicas, UNIR, Ibarra, Ecuador.

## Resumen

La educación superior, especialmente en las carreras de la salud, se genera el escenario principal de la educación vocacional, caracterizada por las altas demandas académicas, la presión social y los problemas emocionales que aumentan la vulnerabilidad a los trastornos mentales como la ansiedad, la depresión, el estrés académico y el riesgo de riesgo. El objetivo fue analizar, a través de una revisión bibliográfica, el impacto de la educación superior en la salud mental de los profesionales de la salud, identificando los principales factores de riesgo, consecuencias y estrategias de intervención reportadas en la literatura científica reciente. La metodología adoptada fue cualitativa, descriptiva y hermenéutica, basada en una revisión bibliográfica de literatura científica publicada entre 2019 y 2025, en bases de datos académicas como SCOPUS, Web of Science, Scielo, Scielo, Google académico relacionados con la salud mental de los estudiantes de la educación superior. Entre los resultados se exponen una serie de situaciones clínicas complejas, como el apoyo institucional, servicios sociales, estigma social y baja distribución de información de salud mental. También se identifican factores de protección como el apoyo social, la autoconciencia y el acceso a los servicios psicológicos, así como la importación de modelos de implementación y atención de políticas institucionales, para promover la salud mental de forma integrada en la sociedad universitaria. Finalmente, la educación superior debería priorizar la salud mental a través de estrategias extensas y sostenibles, fortalecer el apoyo a los ecosistemas y promover un entorno académico inclusivo y saludable para futuros profesionales de la salud.

**Palabras clave:** Salud mental; educación superior; bienestar emocional.

## Abstract

Higher education, especially in health-related fields, is the primary setting for vocational education, characterized by high academic demands, social pressure, and emotional problems that increase vulnerability to mental disorders such as anxiety, depression, academic stress, and risk factors. The objective was to analyze, through a bibliographic review, the impact of higher education on the mental health of health professionals, identifying the main risk factors, consequences, and intervention strategies reported in recent scientific literature. The methodology adopted was qualitative, descriptive, and hermeneutic, based on a bibliographic review of scientific literature published between 2019 and 2025 in academic databases such as SCOPUS, Web of Science,

SciELO, and Google Scholar related to the mental health of higher education students. The results reveal a series of complex clinical situations, such as institutional support, social services, social stigma, and limited distribution of mental health information. Protective factors such as social support, self-awareness, and access to psychological services are also identified, as well as the adoption of institutional policy implementation and attention models to promote mental health in an integrated manner within the university community. Finally, higher education should prioritize mental health through comprehensive and sustainable strategies, strengthen ecosystem support, and promote an inclusive and healthy academic environment for future health professionals.

**Keywords:** Mental health; higher education; emotional well-being.

### **Resumo**

O ensino superior, especialmente nas áreas da saúde, é o principal cenário para a educação profissional, caracterizado por altas demandas acadêmicas, pressão social e problemas emocionais que aumentam a vulnerabilidade a transtornos mentais como ansiedade, depressão, estresse acadêmico e fatores de risco. O objetivo foi analisar, por meio de uma revisão bibliográfica, o impacto do ensino superior na saúde mental de profissionais de saúde, identificando os principais fatores de risco, consequências e estratégias de intervenção relatados na literatura científica recente. A metodologia adotada foi qualitativa, descritiva e hermenêutica, com base em uma revisão bibliográfica da produção científica publicada entre 2019 e 2025 em bases de dados acadêmicas como SCOPUS, Web of Science, SciELO e Google Acadêmico relacionadas à saúde mental de estudantes do ensino superior. Os resultados revelam uma série de situações clínicas complexas, como suporte institucional, serviços sociais, estigma social e distribuição limitada de informações sobre saúde mental. Fatores de proteção como apoio social, autoconsciência e acesso a serviços psicológicos também são identificados, bem como a adoção de políticas institucionais de implementação e modelos de atenção para promover a saúde mental de forma integrada na comunidade universitária. Por fim, o ensino superior deve priorizar a saúde mental por meio de estratégias abrangentes e sustentáveis, fortalecer o suporte ecossistêmico e promover um ambiente acadêmico inclusivo e saudável para futuros profissionais de saúde.

**Palavras-chave:** Saúde mental; ensino superior; bem-estar emocional.

## Introducción

La educación superior es el escenario principal en la capacitación de profesionales de la salud, es el lugar donde se forman las habilidades y capacidades para poder enfrentar con éxito los desafíos profesionales, es caracterizado por altos requisitos académicos, presión social y la necesidad de desarrollar habilidades técnicas y humanas (Orleans y Farré, 2024). Aunque este entorno está orientado hacia el crecimiento intelectual y profesional, puede convertirse en un factor de riesgo de salud mental para las personas que labran sus perfiles académicos (Cox y Gómez, 2024).

Esta revisión bibliográfica hace referencia a varios estudios donde se muestran que los estudiantes y los miembros del personal docente en las instituciones de educación superior tienen una tendencia significativa hacia los problemas de salud mental, que incluyen ansiedad, depresión, uso de drogas y riesgo de suicidio (Orleans y Farré, 2024) (López et al., 2024). En el caso de profesionales especiales de la salud, la exposición a escenarios clínicos tempranos, la tensión emocional asociada con el contacto con el sufrimiento y la muerte, y la presión sobre el rendimiento académico aumenta la vulnerabilidad al padecimiento de desordenes en el área mental (Moreta et al., 2021) (Martínez et al., 2021).

A pesar de lo significativo del problema que enfrenta a muchas personas que se forman en el área de la salud, los servicios de atención mental no son requerido para la vigilancia o control. Esto se debe a varios obstáculos estructurales, como la falta de recursos y la falta de servicios disponibles, así como las barreras culturales, como el estigma, que está profundamente asociado con trastornos mentales (Martínez et al., 2021). Esta situación alarmante afecta directamente el beneficio general de las personas, que afecta no solo a su estado emocional sino también al desempeño académico en el área de la salud. Esto afecta significativamente la calidad de la práctica profesional de los candidatos en el campo laboral ya que tienen que lidiar con las consecuencias de estos desafíos desde el comienzo de sus carreras (Vidal et al., 2024).

Existen una serie de investigaciones relacionadas con las variables que intervienen en esta revisión que brindan un panorama amplio de acuerdo al contexto en se generan, de acuerdo con la UNESCO (2024) en su informe anual relacionado con el bienestar de la salud en la educación señala que hasta el 50% de los estudiantes de educación superior han experimentado problemas de salud mental con un aumento significativo en la pandemia de Covid-19. Entre los síntomas más importantes se encuentra la depresión, la ansiedad y los pensamientos suicidas. Las autoridades implementan acciones para fortalecer los servicios de apoyo y promover universidades más

inclusivas y de apoyo. Estos datos presentados son realmente alarmante debido a la escasa divulgación y poco seguimiento observado.

Por otra parte, para González, et al (2021) en su revisión sistemática los autores centraron el estudio en estudiantes universitarios en América Latina, donde pueden identificar la ansiedad, la depresión, el estrés y otros trastornos mentales, como los problemas de salud mental más importantes y relevantes que los jóvenes enfrentan en este contexto. Además, subraya la importancia de tener un sistema de apoyo fuerte, ya sea de familiares o amigos, durante el viaje académico. Estos aspectos son cruciales para mejorar su bienestar general.

En el estudio de Salazar et al., (2024) que tuvo como objetivo identificar factores relacionados con la salud mental de los estudiantes de medicina en Colombia personalizados por estrés académico, entre sus hallazgos se encuentran que los estudiantes de medicina presentaron un alto estrés académico severo (50.6%), riesgo de salud mental (38.4%), depresión (41%) y ansiedad (38%). Factores como el consumo de drogas, la carga académica y la falta de actividades recreativas aumentan el riesgo. La importancia del plan de estudios y la intervención de apoyo institucional se destaca para reducir este impacto negativo. Estos datos son muy preocupantes por los niveles de estrés y demás padecimientos asociados al deterioro mental por parte los estudiantes.

Cox y Gómez, (2024) en su trabajo Prevalencia y obstáculos del acceso a la atención de la salud mental a la educación superior los autores enfatizan que tanto los estudiantes de educación superior y los docentes tienen una alta frecuencia de problemas asociados con la salud mental, pero el acceso a servicios especializados está limitado por obstáculos estructurales (falta de recursos) y cultura (estigmatización). Esta situación afecta bien como el desempeño académico y profesional que enfatiza la necesidad de estrategias de apoyo institucional.

En las últimas décadas, la salud mental en la universidad se ha convertido en un desafío prioritario para las instituciones de educación superior y los sistemas de salud pública. Este escenario es particularmente crítico en las carreras asociadas a la formación de profesionales de la salud, donde la presión académica, la exposición a situaciones de alto estrés y la responsabilidad asociada con un papel profesional pueden causar o exacerbar los síntomas de la incomodidad psicológica. La falta de estrategias institucionales integradas y la persistencia de obstáculos para el acceso a los servicios contribuye en mantener estos problemas que influyen tanto en el rendimiento académico como en la práctica profesional futura.

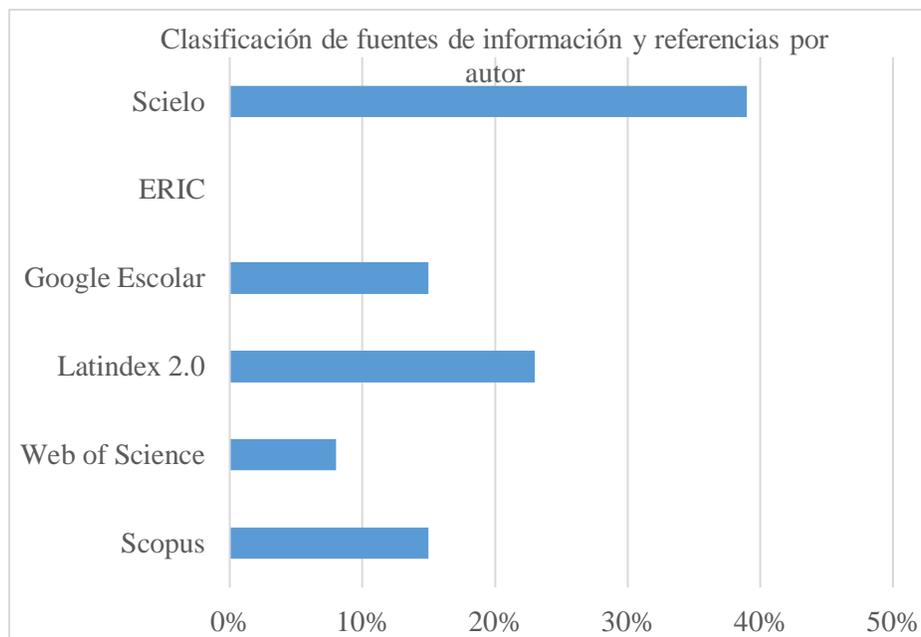
Ante tal situación, se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo impacta la educación superior en la salud mental de los profesionales de la salud durante su formación y en su posterior ejercicio profesional? Lo que orienta la formulación del objetivo general analizar, a través de una revisión bibliográfica, el impacto de la educación superior en la salud mental de los profesionales de la salud, identificando los principales factores de riesgo, consecuencias y estrategias de intervención reportadas en la literatura científica reciente.

La descripción general de los efectos de educación superior en los profesionales de la salud es importante para comprender los desafíos que enfrentan durante la educación y la práctica profesional. Este estudio identificará factores de riesgo y obstáculos para el acceso a los servicios de apoyo, así como propondrá una estrategia para la prevención y promoción de pozos espirituales en la universidad. Además, los resultados facilitarán el desarrollo de políticas y programas institucionales destinados a mejorar la calidad de vida y el desempeño académico y profesional para futuros trabajadores de la salud, que promueven la sostenibilidad y la eficiencia de los sistemas de salud.

## **Materiales y métodos**

Esta investigación adopta un enfoque cualitativo (Piña, 2023) con un nivel descriptivo tipo hermenéutico (Farfán et al., 2023) para analizar el impacto de la educación superior en la salud mental de los profesionales de la salud, identificando los principales factores de riesgo, consecuencias y estrategias de intervención reportadas en la literatura científica reciente. (Codina, 2020) en el cual se realizó una revisión bibliográfica exhaustiva y sistemática de la literatura científica y académica publicada entre 2019 y 2025, de acuerdo con Reyes, (2020) para la elaboración de artículos de revisión. Se pudo consultar en las siguientes bases de datos y fuentes de información: en primer lugar, bases de datos académicas: Scopus, Web of Science, ERIC, Google Scholar, Latindex 2.0, Scielo (Suarez, 2024).

**Figura 1.** Fuentes de información y referencias por autor



*Nota: elaborado por los autores*

Se tomaron en cuenta los siguientes criterios de inclusión: artículos de investigación científica con un enfoque en la educación superior asociado con la salud mental de los profesionales de la salud, identificando los principales factores de riesgo, consecuencias y estrategias de intervención reportadas en la literatura científica reciente. Se usaron como criterios de exclusión trabajos no revisados por pares, estudios que no abordan las variables que intervienen en la revisión y el rango de las fechas de publicación tuvo que estar entre los años 2019 y 2025.

## Resultados

Para el análisis del impacto de la educación superior en la salud mental de los profesionales de la salud, identificando los principales factores de riesgo, consecuencias y estrategias de intervención reportadas en la literatura científica reciente, estos aspectos deben ser estudiados a profundidad para generar un sustento teórico aceptable:

### **Factores de riesgo y protectores en la salud mental durante la formación universitaria**

Los estudiantes que estudian campos relacionados con la salud en la universidad están expuestos a muchos factores que pueden afectar su bienestar mental, como el estrés, la carga de trabajo y el apoyo social.

## Factores de riesgo

**Altas exigencias académicas y estrés:** los programas académicos que requieren muchos conocimientos y habilidades, como la medicina y la enfermería, a menudo implican mucha presión y estrés. Los estudiantes en estas escuelas a menudo tienen que tomar muchas pruebas, tienen expectativas muy altas para su trabajo y competir mucho entre sí. El entorno académico aquí es muy exigente y desafiante, lo que puede hacer que los estudiantes se sientan muy estresados (Castillo et al., 2025). Estos factores pueden afectar la salud mental y el bien de las personas que eligen estas carreras (Toasa, 2022).

**Barreras estructurales y culturales:** los estudiantes enfrentan muchos obstáculos para obtener la ayuda que necesitan para su salud mental, debido a la insuficiencia en los servicios, escasos presupuestos familiares para mantener la formación y mucho prejuicio contra las personas que tienen problemas psicológicos. Esta situación crea zozobra y empeora los problemas con el tiempo, lo que puede dañar tu vida escolar y personal de los estudiantes a nivel superior (Guillen, 2024). Es absolutamente necesario abordar estos obstáculos para mejorar la salud mental de las personas jóvenes.

**Consumo de sustancias y conductas de riesgo:** cuando las personas no manejan el estrés de manera saludable, pueden comenzar a usar alcohol, drogas y otras sustancias dañinas que pueden dañar la salud. Además, este mal manejo del estrés puede conducir a problemas importantes en el rendimiento académico y el ajuste escolar, lo que hace que la vida social y emocional de las personas sea más desafiante (Moreta et al., 2021).

**Falta de apoyo social y emocional:** cuando las personas no tienen suficiente ayuda de su familia o amigos, y cuando no se sienten conectados con su universidad, es más probable que enfrenten problemas cuando sucede algo malo. Cuando las personas no tienen suficiente ayuda de otros, tienen dificultades para lidiar con las dificultades académicas y los problemas personales (Jara, 2021). Los estudiantes necesitan un fuerte apoyo para sentirse seguros frente a los desafíos.

**Incertidumbre sobre el futuro profesional:** el futuro de la carrera por lo general depende de muchos factores y en consecuencia no está claro, lo que puede causar mucha preocupación y ansiedad por encontrar un trabajo y cumplir con las expectativas sociales, especialmente en situaciones difíciles como la pandemia Covid-19 (Pizarro et al., 2021). Muchas personas se sienten inciertas y estresadas debido a esta situación.

## **Factores protectores**

**Autoestima y autoeficacia:** la confianza en las propias capacidades, así como la resiliencia y el optimismo, se asocian de manera significativa con una mejor adaptación a las exigentes demandas universitarias, lo que a su vez conlleva a una menor prevalencia de trastornos mentales en los estudiantes (Hernández, 2023). Estas cualidades pueden ser clave en el desarrollo personal y académico.

**Redes de apoyo social:** el acompañamiento continuo de familiares, amigos, compañeros y docentes actúa como un eficaz amortiguador frente al estrés y, de esta manera, promueve de manera significativa el bienestar emocional de las personas involucradas en situaciones difíciles (Tuárez et al., 2025).

**Participación en actividades recreativas y lúdicas:** la integración de diversas actividades extracurriculares, ya sean deportivas o culturales, dentro del entorno universitario, juega un papel fundamental en la promoción del equilibrio emocional y en el enriquecimiento del desarrollo de habilidades sociales de los estudiantes (Hernández, 2023).

**Acceso a servicios de apoyo psicológico:** la existencia de consultorios psicológicos, así como talleres preventivos y programas institucionales enfocados en la promoción de la salud mental, facilita de manera notable la identificación temprana de problemas psicológicos y permite una intervención oportuna y efectiva (Bianchi et al., 2024). Esto no solo ayuda a las personas a enfrentar dificultades emocionales, sino que también promueve un entorno más saludable y consciente que beneficia a toda la comunidad.

## **Manifestaciones de trastornos mentales en estudiantes de carreras de la salud**

Los estudiantes de salud a menudo encuentran una tasa alta y preocupante de enfermedades mentales. Estas condiciones pueden aparecer de diferentes maneras, que van desde síntomas leves y de corta duración hasta signos graves y duraderos que afectan su salud mental y su trabajo escolar. Es crucial abordar este problema para garantizar que estos próximos profesionales tengan la asistencia requerida para su bienestar mental.

## **Manifestaciones principales**

**La ansiedad:** es una sensación de nerviosismo extremo, los estudiantes siempre se encuentran preocupados y alterados, así mismo, se presentan dificultades para dormir bien y reparar el cansancio, en consecuencia, las personas no pueden concentrarse en las tareas cotidianas y

experimentan síntomas físicos como dolores de cabeza y fatiga que no desaparecen incluso con descanso (Estrada et al., 2023).

**La depresión:** es una condición que causa una sensación de tristeza duradera que no desaparece fácilmente. Cuando alguien experimenta anhedonia, pierde todo interés en las actividades que solían traerles alegría y satisfacción. Los siguientes cambios se realizan en el apetito y los patrones de sueño, lo que puede provocar insomnio o hipersomnia, y una disminución significativa en la confianza en sí mismo. En circunstancias severas y críticas, pueden ocurrir pensamientos sobre el suicidio, lo que sugiere la necesidad de asistencia profesional inmediata. Los estudiantes de carreras afines a la salud son víctimas de la depresión por consecuencia de las grandes presiones a las que son sometidos (Estrada et al., 2023).

**Estrés académico:** La vida moderna está llena de estrés académico, que es un problema común que implica tener demasiadas tareas, sentir mucha presión para hacerlo bien y tener mucho miedo de fallar. Esta circunstancia puede causar fatiga mental y física, afectando la salud psicológica y el bienestar general de quienes la soportan (Salazar, 2024). Este problema debe ser reconocido, ya que sus consecuencias pueden ser sustanciales y dañinas en numerosas áreas de la existencia cotidiana.

**Trastornos del sueño:** más de la mitad de los estudiantes en varias instituciones informan experimentar el insomnio, el sueño no reparador o la somnolencia diurna, lo que agrava significativamente otros síntomas psicológicos que podrían enfrentar su vida diaria (Corredor et al., 2024). Es evidente que al no poder descansar adecuadamente los estudiantes que padecen de trastorno de sueño están en desventaja académica con los que si pueden dormir.

### **Barreras estructurales y culturales para el acceso a servicios de salud mental en la educación superior**

El acceso a los servicios de salud mental se ve seriamente afectado por una serie de obstáculos estructurales y culturales que dificultan a los estudiantes del área de la salud, en impiden que los estudiantes puedan recibir la atención necesaria:

#### **Barreras estructurales**

**Falta de servicio y recursos:** muchas instituciones de educación superior carecen de atención de salud mental apropiada, personal especializado o infraestructura suficiente para satisfacer la demanda de los estudiantes que necesitan apoyo psicológico (Rojas et al., 2023) (Paraguay y Tevez, 2024).

**Restricciones financieras:** los costos de tratamiento y la falta de servicios gratuitos o subsidiados crean obstáculos importantes, especialmente para los estudiantes con menos recursos o de un contexto sin protección (Rojas et al., 2023) (Paraguay y Tevez, 2024).

**Obstáculos geográficos y logísticos:** en el campo o en regiones remotas, dificulta la distancia y la falta de acceso de transporte a servicios especializados. Además, la burocracia y la falta de integración entre los servicios internos y externos complican la atención oportuna (Rojas et al., 2023) (Paraguay y Tevez, 2024).

**Desigualdad institucional:** no todas las instituciones tienen una política o programas estables para promover y apoyar la salud mental, creando diferencias en los servicios ofrecidos en cobertura y calidad (Rojas et al., 2023) (Paraguay y Tevez, 2024).

### **Barreras culturales**

**Estigma social:** el estigma asociado con los trastornos mentales y la búsqueda de ayuda psicológica es una de las barreras culturales más importantes. Muchos estudiantes tienen miedo de ser discriminados, lo que les impide pedir apoyo, incluso cuando lo necesitan (Choctaya y Carcelen, 2025).

**Desinformación y mitos:** puntos de vista infructuosos sobre la salud mental y la efectividad del tratamiento, así como los mitos que desalientan la búsqueda de la ayuda profesional (Choctaya y Carcelen, 2025).

**Privacidad y miedo a la exposición:** las preocupaciones sobre la privacidad y el miedo a su situación conocida por otros miembros de la sociedad académica pueden obstaculizar la demanda de atención de salud mental (Choctaya y Carcelen, 2025).

Estos obstáculos no solo limitan el acceso a la atención, sino que también contribuyen a l fomento de problemas de salud mental, que afectan el rendimiento académico, la duración de la universidad y los pozos generales de los estudiantes. Por lo tanto, es importante que las instituciones de educación superior adopten políticas inclusivas, diversifiquen canales de atención y promuevan el respeto y la cultura de apoyo para la salud mental.

### **Estrategias institucionales y programas de promoción y prevención en salud mental**

Las instituciones de educación superior han desarrollado y lanzado una serie de estrategias y programas especiales destinados a promover y eliminar problemas de salud mental entre sus estudiantes y la sociedad académica en su conjunto. Esto se debe a que estas instituciones

reconocen cada vez más la importancia más importante del pozo integrado, que se considera una parte importante del proceso de educación y educación.

**Políticas institucionales y planes de apoyo:** numerosas universidades han establecido diferentes reglas y estrategias que reconocen la salud mental como un derecho básico y como una parte vital de la educación integral de los estudiantes. Los planes tienen como objetivo establecer espacios de aprendizaje que sean seguros y acogedores para todos, y también realizan evaluaciones regulares del bienestar mental de la comunidad universitaria (Cifuentes et al., 2024). Esto permite el reconocimiento de grupos vulnerables y promueve el desarrollo de estrategias efectivas para la gestión de estos problemas. Los estudiantes deben cuidar bien su salud mental para tener éxito en sus estudios y en la vida.

**Modelos de atención escalonada:** las instituciones de educación superior han desarrollado múltiples modelos de atención escalonados que incluyen:

- **Promoción y prevención primaria:** actividades dirigidas a toda la comunidad universitaria, que incluye campañas de construcción de concientización sobre la importancia del desarrollo emocional y físico, psicoeducación, proporcionando herramientas para hacer frente situaciones difíciles, así como la vida universitaria de inducción que ayuda a los estudiantes jóvenes a adaptarse al entorno académico y social, así como a los sistemas de educación vocacional para descubrir en el momento apropiado, el apoyo necesario para garantizar un presupuesto de un hogar y un entorno integrado (López et al., 2024) (Peñaherrera et al., 2024).
- **Prevención secundaria:** intervención específica y bien planificada para grupos de riesgos identificados, como habilidades socioemocionales, acompañamiento psicosocial integral y educación para la salud de los maestros. Estas acciones son esenciales para promover bien y proporcionar herramientas efectivas (López et al., 2024) (Peñaherrera et al., 2024).
- **Prevención terciaria:** atención individualizada y especializada para casos que requieren intervención profesional de alto nivel, incluidas las derivadas de servicios externos y otras alternativas cuando es absolutamente necesario proporcionar una atención extensa y adecuada (López et al., 2024) (Peñaherrera et al., 2024).

**Programas de acompañamiento y atención psicológica:** debido a los índices de afecciones mentales en estudiantes de carreras asociadas al área de la salud han introducido una amplia gama

de servicios de atención psicológica gratuitas, así como instrucciones y consultas comerciales que se centran en el pozo emocional de toda la comunidad educativa. Esto se realiza con el objetivo principal de reducir el abandono académico y el fortalecimiento de la persistencia de los estudiantes, maestros y personal administrativo. Estas intervenciones incluyen no solo una terapia corta sino también talleres muy útiles, además de los programas de apoyo durante la crisis, lo que realmente puede ser necesario, proporcionando un entorno más saludable y saludable para todos (Zapata et al, 2021).

**Redes interuniversitarias y colaboración institucional:** las instituciones de educación superior en diferentes lugares están trabajando de manera conjuntas utilizando redes y reuniones para intercambiar buenas ideas, aprender de los éxitos de los demás y mejorar sus esfuerzos conjuntos para lidiar con las muchas dificultades que surgen en el área de la salud mental de los estudiantes. Las unidades de bienestar universitarios y también organizan eventos académicos importantes sobre salud mental (Bang, 2021). El objetivo de estos esfuerzos no es solo aumentar el conocimiento, sino también promover el intercambio de ideas y métodos exitosos que ayudan a los estudiantes y a la comunidad en general (Zapata et al, 2021).

**Protección contra los derechos y reducción del estigma:** los principales métodos utilizados son mantener los diagnósticos de salud mental en privado y fomentar un entorno respetuoso para todos en las universidades. Esta cultura es conocida por su comprensión y compasión con las personas que encuentran estas dificultades. Del mismo modo, se desea la importante disminución en la percepción negativa de los problemas de salud mental, lo cual es esencial para crear una atmósfera útil. El propósito de esta política es garantizar que todos los estudiantes tengan la misma oportunidad de aprender y tener éxito en este tema, especialmente aquellos que luchan con ella (López et al., 2024) (Durango et al., 2023).

Estas actividades reflejan una tendencia clara y significativamente creciente a fortalecer los ecosistemas de apoyo institucional estable y efectivo que pueden responder a las necesidades de salud mental integradas en los estudiantes, oportunas y difíciles en toda la sociedad universitaria. Este enfoque multidimensional no solo promueve el desarrollo académico, sino que también promueve el progreso personal y emocional de los futuros profesionales de la salud, lo que asegura que estén mejor preparados para abordar sus desafíos profesionales e invertir positivamente en la sociedad. Es importante que estas iniciativas se fortalezcan continuamente, lo que garantiza un

espacio donde la prioridad se determina para la atención de salud mental y promueve un entorno de aprendizaje saludable y enriquecedor.

## Conclusiones

La educación superior, especialmente en el campo de la salud, representa un entorno de alta demanda académica, presión social y necesidad de desarrollar competencias técnicas y humanas, lo que puede convertirse en un factor de riesgo para la salud mental de los estudiantes y profesionales durante su capacitación y práctica profesional. La evidencia teórica refleja que existen muchos estudiantes y trabajadores de la salud con problemas mentales como ansiedad, depresión, estrés como consecuencia del trabajo y los desafíos académicos debido a los altos niveles de exigencia en el sector.

Las instituciones de educación superior se enfrentan a una serie de importantes problemas estructurales y culturales para garantizar el debido cuidado oportuno y efectivo de la población estudiantil. Entre los obstáculos se encuentran la falta de servicios especializados, la falta de recursos financieros, el estigma social asociado con los trastornos mentales y la mala fama sobre la importancia de la salud mental. Estos obstáculos limitan el acceso a los servicios de apoyo y contribuyen a problemas de salud mental que no solo afectan el desarrollo emocional de los estudiantes, sino también de su desempeño académico y su práctica profesional futura.

## Referencias

1. Bang, C. (2021). Abordajes comunitarios en salud mental en el primer nivel de atención: conceptos y prácticas desde una perspectiva integral. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 12(2), 778-804. <https://doi.org/10.21501/22161201.3616>
2. Bianchi, L. S. (2024). Salud mental de niños y adolescentes en las escuelas: Percepción enfermeros. *Cogitare Enfermagem*,. <https://doi.org/10.1590/ce.v29i0.95507>
3. Castillo, E. C. (2025). Estrategias de regulación del estrés para la mejora del rendimiento académico: una revisión sistemática. *Revista InveCom / ISSN En línea: 2739-0063*, 5(4), 1–11. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14796826>

4. Choctaya, G. y. (2025). Barreras de acceso en salud mental y adherencia al tratamiento antidepressivo en un Centro Comunitario de Lima-Perú. *Revista Cubana de Salud Pública*, e\_26692-e\_26692. <https://revsaludpublica.sld.cu/index.php/spu/article/view/26692>
5. Cifuentes, Y. C. (2024). Desafíos para el cuidado de la salud mental en las escuelas de formación policial. *Revista Conecta Libertad*, 8(1), 1-13. <https://revistaitsl.itslibertad.edu.ec/index.php/ITSL/article/view/360>
6. Codina, L. (2020). Cómo hacer revisiones bibliográficas tradicionales o sistemáticas utilizando bases de datos académicas. *Revista ORL*, 11(2), 139-153. <https://doi.org/https://doi.org/10.14201/orl.22977>
7. Corredor, S. S. (2024). Alteraciones en la calidad del sueño: un análisis entre estudiantes de ciencias de la salud. *Hacia la Promoción de la Salud*, 29(2), 15-38. <https://doi.org/https://doi.org/10.17151/hpsal.2024.29.2.2>
8. Cox-, O., y Gómez, J. (2024). *Revista Científica Hallazgos21*, 9(1), 111–124. <https://doi.org/https://doi.org/10.69890/hallazgos21.v9i1.651>
9. Durango, J. E. (2023). Autoestigma y estigma por búsqueda de ayuda en estudiantes y profesionales de la salud: una revisión de la literatura. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 34(6), 400-410. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864023000925>
10. Estrada, E. P. (2023). Prevalencia de trastornos mentales comunes en estudiantes universitarios. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 52(4). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0138-65572023000400012](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572023000400012)
11. González, D. P. (2021). Revisión sistemática de la salud mental en universitarios de América latina. *Universidad Cooperativa de Colombia*, 1-188. <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/88a40d4b-2b87-4eab-b7cf-91395fd60136/content>
12. Guillen, A. (2024). Factores de riesgo y variables asociadas a la salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Universidad de Murcia*, 418. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=324158>
13. Hernández, M. (2023). Factores protectores de la salud mental en estudiantes universitarios del área de Enfermería. *Revista Latinoamericana de Educación a Distancia*, 2(4). <https://unimeso.edu.mx/ojs/index.php/ReLED/article/view/134>

14. Jara, C. (2021). Redes Sociales de Apoyo Social y Salud Mental. Cuadernos Médico Sociales, 61(1), 49–53. <https://doi.org/https://doi.org/10.56116/cms.v61.n1.2021.24>
15. López, V. L. (2024). Salud Mental en Estudiantes de Educación Superior: Un Desafío Post-pandemia. Policy Brief Propuestas para políticas Inclusivas; Centro de Investigación para la Educación inclusiva. <https://n9.cl/g3djg>
16. Martínez, P. J. (2021). Salud mental en estudiantes de educación superior en Chile: una revisión de alcance con meta-análisis. Terapia Psicológica, 39(3). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082021000300405>
17. Moreta, R. Z. (2021). Salud mental en universitarios del Ecuador: síntomas relevantes, diferencias por género y prevalencia de casos 1. Pensamiento Psicológico, 19(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI19.smue>
18. Orleans, C. y. (2024). Guía de recomendaciones para la atención y el acompañamiento a estudiantes en situaciones de crisis y urgencias por motivos de salud mental. Universidad Nacional de la Plata. Repositorio institucional. <https://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/172489>
19. Paraguay, G. y. (2024). Desarrollo de competencias emocionales en estudiantes de educación superior. Latam: revista latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, 5(2), 257-266. <https://doi.org/https://doi.org/10.56712/latam.v5i2.1873>
20. Peñaherrera, M. I. (2024). El papel del Médico General en la promoción de la salud mental en el Ámbito de atención primaria. Revista Ciencia Innovadora, 2(2), 13–24. <https://www.revistacienciainnovadora.com/index.php/home/article/view/27>
21. Piña, L. (2023). El enfoque cualitativo: Una alternativa compleja dentro del mundo de la investigación. Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía, 15(8), 1-3. <https://doi.org/https://doi.org/https://doi.org/10.35381/r.k.v8i15.2440>
22. Pizarro, J. Y. (2021). Impacto psicológico en los estudiantes de enfermería del internado rotativo durante la pandemia covid-19. Polo del conocimiento, 6(8), 242-256. <https://doi.org/10.23857/pc.v6i8>
23. Rojas, S. E. (2023). Competencias socioemocionales en la educación superior. Universidad, ciencia y tecnología, 27(119), 72-80. <https://doi.org/https://doi.org/10.47460/uct.v27i119.708>

24. Salazar, J. A. (2024). Salud mental en estudiantes de medicina: un reto más allá del estrés académico. *Psicología desde el Caribe*, 41(1). [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0123-417X2024000100005](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-417X2024000100005)
25. Suarez, E. (11 de enero de 2024). Fuentes primarias y secundarias: la guía definitiva. *Experto Universitario*:: <https://expertouniversitario.es/blog/fuentes-primarias-y-secundarias/>
26. Toasa, L. y. (2022). El proceso de aprendizaje virtual y su incidencia en la salud mental de los estudiantes. *Revista Científica UISRAEL*, 9(1), 49-68. <https://doi.org/https://doi.org/10.35290/rcui.v9n1.2022.496>
27. Tuárez, H. G. (2025). Prácticas Didácticas para el Apoyo Psicopedagógico en la Asignatura de Pedagogía de la Educación del Primer Semestre de la Carrera de Educación de la Universidad Estatal del Sur de Manabí. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 9(1), 7102-7129. [https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v9i1.16388](https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i1.16388)
28. UNESCO. (11 de NOVIEMBRE de 2024). Nuevo informe: apoyando la salud mental de los estudiantes de educación superior. Instituto Internacional para la Educación Superior en América Latina y el Caribe: <https://www.iesalc.unesco.org/es/articles/nuevo-informe-apoyando-la-salud-mental-de-los-estudiantes-de-educacion-superior>
29. Vidal, O. G. (2024). La Salud Mental en Universitarios como Aspecto Determinante en el Logro de Objetivos Académicos. *Ciencia Latina Revista científica Multidisciplinar*, 8(2), 6227-6239. [https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i2.11044](https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.11044)
30. Zapata, J. P. (2021). Intervenciones para la salud mental de estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19: una una síntesis crítica de la literatura. *Revista colombiana de psiquiatría*, 50(3), 199-213. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.04.007>

© 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/>).