



Las opiniones expresadas en el artículo son responsabilidad exclusiva de los autores y no necesariamente representan la posición oficial de la USAC y sus miembros.

Factores desencadenantes de riesgo psicosocial y su asociación con la salud mental en estudiantes universitarios: Un estudio transversal

Psychosocial risk triggers and their association with mental health in university students: A cross-sectional study

Recibido: 31/07/2023
Aceptado: 18/10/2023
Publicado: 15/07/2024

Carlos Eduardo Rivera Díaz
Universidad de San Carlos de Guatemala
carlooseduardoriveradiaz@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-2236-5305>

Referencia

Rivera Díaz, C. E. (2024). Factores desencadenantes de riesgo psicosocial y su asociación con la salud mental en estudiantes universitarios: Un estudio transversal . *Revista Académica Sociedad Del Conocimiento Cunzac*, 4(2), 90–101. <https://doi.org/10.46780/sociedadcunzac.v4i2.144>

Resumen

PROBLEMA: los factores de riesgo psicosocial son elementos existentes de riesgo que ponen en peligro la salud de las personas teniendo rasgos que los hacen de difícil manejo, evaluación y monitoreo, existen factores de riesgo psicosocial que atañen a los estudiantes universitarios, pero lamentablemente no se cuentan con cifras publicadas permitan conocer

cuántos de estos estudiantes se ven afectados por estos riesgos. **OBJETIVO:** determinar los factores desencadenantes de riesgo psicosocial y su asociación con la salud mental en estudiantes universitarios. **MÉTODO:** estudio de tipo cuantitativo, descriptivo, no experimental, transversal, se utilizó una muestra de 80 estudiantes y como instrumento la escala de Depresión, Ansiedad y Estrés DASS-21. **RESULTADOS:** los factores que más afectan a los estudiantes son las tareas, altas expectativas propias, adaptación al ambiente universitario, dificultad para sentirse parte del grupo, encontrar o mantener un empleo, deficiente apoyo de amigos, problemas personales, comparación de logros y experiencias negativas en la universidad. **CONCLUSIÓN:** los niveles de ansiedad son los más elevados ya que la mayoría está en un nivel extremadamente severo y moderado. A diferencia del estrés y depresión donde la mayoría está en un rango leve y moderado.

Palabras clave

riesgo, psicosocial, salud, mental

Abstract

PROBLEM: psychosocial risk factors are existing risk elements that endanger people's health, having features that make them difficult to manage, evaluate and monitor. There are psychosocial risk factors that affect university students, but unfortunately they are not. They have published figures that allow us to know how many of these students are affected by these risks. **OBJECTIVE:** determine the triggering factors of psychosocial risk and their association with mental health in university students. **METHOD:** quantitative, descriptive, non-experimental, cross-sectional study, a sample of 80 students was used and the DASS-21 Depression, Anxiety and Stress scale was used as an instrument. **RESULTS:** the factors that most affect students are homework, high own expectations, adaptation to the university environment, difficulty feeling part of the group, finding or maintaining a job, poor support from friends, personal problems, comparison of achievements and negative experiences. in college. **CONCLUSION:** anxiety levels are the highest since the majority are at an extremely severe and moderate level. A difference from stress and depression where the majority is in a mild and moderate range.

Keywords

riesgo, psicosocial, salud, mental

Introducción

El problema de la investigación es que los factores psicosociales son elementos existentes que ponen en peligro la salud de las personas teniendo cualidades que hacen difícil manejarlos, evaluarlos y controlarlos, además existen factores de riesgo psicosocial en los que los estudiantes universitarios se ven afectados, pero lamentablemente no se cuentan con cifras publicadas acerca del problema en el Centro Universitario de Petén que permitan conocer cuántos de estos estudiantes se ven afectados por estos riesgos, por ello se desea saber qué factores desencadenantes de riesgo psicosocial están presentes en los estudiantes universitarios.

Según Reyes, et al., (2021) a lo largo de la vida de cada individuo, el entorno social y ciertos valores actúan como factores estresantes y también como amortiguadores de los diversos efectos negativos del estrés en el bienestar de un individuo. Se pueden encontrar factores o causas potencialmente estresantes, y entre estos se encuentra el impacto que el sistema educativo puede tener en el bienestar y rendimiento académico de los estudiantes universitarios. (Carballido y Cabanach, 2019)

De acuerdo con Peláez, et al., (2021) el estrés entre los estudiantes universitarios es un tema que requiere un estudio profundo ya que tiene consecuencias físicas, emocionales y psicológicas. Araya y Espinoza, 2020 indican que la ansiedad es una forma natural del organismo de reaccionar ante un peligro o amenaza, pero se convierte en trastorno cuando se activa en situaciones que normalmente no son percibidas como amenaza o persiste hasta tal punto que interfiere significativamente con la rutina diaria. Barrios, et al., (2020) señala que la depresión es un trastorno mental que se caracteriza por mal humor y sentimientos de tristeza asociados con cambios en el comportamiento, el nivel de actividad y el pensamiento.

Los principales factores asociados al riesgo psicosocial son la sobrecarga laboral y el bajo rendimiento académico; factores sociodemográficos como edad, género, procedencia, año de estudio, tipo de empleo, grupo familiar; calidad de sueño; mala condición física y mala alimentación.

También existen factores psicóticos o neuróticos como la disfuncionalidad o los problemas de conexión familiar; problemas psicológicos; estados mentales perjudiciales y el significado de la vida; problemas de espiritualidad en la personalidad; así como problemas en los vínculos afectivos. (Vargas, 2021)

El objetivo general del estudio es determinar los factores desencadenantes de riesgo psicosocial y

su relación con la salud mental en estudiantes universitarios. Se plantea este objetivo porque es necesario identificar los factores presentes, dentro de los cuales se evaluarán: edad, sexo, etnia, ocupación, factores de riesgo psicosocial, estrés, ansiedad y depresión.

En este sentido, es necesario que los centros educativos consideren estrategias para monitorear y prevenir situaciones depresivas en los estudiantes; desarrollar talleres, programas, consultas, evaluaciones periódicas y orientaciones para brindar soluciones a los problemas identificados; ya que repercutirá en un adecuado rendimiento académico y dificultades en el desarrollo personal. (López y Vera, 2021)

En la presente investigación, los sujetos evaluados fueron estudiantes de la Licenciatura en Psicología del Centro Universitario de Petén, ya que el encontrarse estudiando una carrera universitaria demanda la realización de obligaciones tanto académicas como laborales o familiares, lo cual es un elemento que incrementa la posibilidad de tener factores de riesgo psicosocial y niveles de estrés, ansiedad o depresión.

Materiales y métodos

El diseño de la investigación fue no experimental, el corte transversal, de tipo cuantitativa y alcance descriptivo. El objeto de estudio fue determinar los factores desencadenantes de riesgo psicosocial y su relación con la salud mental en estudiantes universitarios. La muestra utilizada fue de 80 estudiantes. Los criterios de inclusión fueron: ser estudiante de la carrera de Licenciatura en Psicología del Centro Universitario de Petén. Se establecieron las variables: edad, sexo, etnia, ocupación, factores de riesgo psicosocial, estrés, ansiedad y depresión.

Se utilizó un instrumento para recolectar los datos incluyendo la escala de estrés, ansiedad y depresión DASS-21 ya que brinda la posibilidad de valorar tres patologías con alta validez, lo cual facilitó alcanzar el objetivo de la investigación de una manera objetiva.

Resultados

Tabla 1

Características sociodemográficas

Características	Cantidad	%
Edad	80	100%
17-20	36	45%

21-24	20	25%
25-28	15	19%
Más de 32	9	11%
Sexo	80	100%
Femenino	66	82%
Masculino	14	18%
Etnia	80	100%
Ladino	78	97%
Indígena	2	3%
Ocupación	80	100%
Estudia	43	54%
Estudia y labora	37	46%

Nota. Esta tabla representa las características sociodemográficas de la investigación "Factores desencadenantes de riesgo psicosocial y su asociación con la salud mental en estudiantes universitarios: Un estudio transversal".

Según los resultados obtenidos de 80 estudiantes de la licenciatura en psicología, se identifica que la mayor parte de los encuestados se encuentran en los rangos de edad de 17 a 24 años acumulando el 70%. Respecto al sexo, el 82% representa el sexo femenino y el 18% el sexo masculino. Referente a la etnia el 97% son ladinos y el 3% indígenas. Finalmente, en ocupación el 54% estudia y el 46% estudia y trabaja.

Tabla 2

Factores de riesgo psicosocial

Factores de riesgo psicosocial	Cantidad	%
Sobrecarga académica	80	100%
Múltiples tareas	54	67%
Múltiples exámenes	11	14%
Cargas de trabajo excesivas	10	13%
Altas expectativas académicas	5	6%
Presión para el rendimiento	80	100%
Altas expectativas propias	60	75%
Altas expectativas de los docentes	11	14%

Altas expectativas de los padres	9	11%
Cambios y transiciones	80	100%
Adaptación al ambiente universitario	50	62%
Adaptación a mayor independencia	30	38%
Problemas de ajuste social	80	100%
Sentirse parte del grupo	44	55%
Hacer amigos en la universidad	36	45%
Problemas financieros	80	100%
Encontrar o mantener un empleo	63	79%
Cubrir el costo de la educación	17	21%
Falta de apoyo social	80	100%
Ausencia de apoyo de amigos	45	56%
Ausencia de apoyo de compañeros	35	44%
Problemas personales	80	100%
Problemas personales	44	55%
Eventos estresantes	33	41%
Enfermedades familiares	3	4%
Competencia y comparación social	80	100%
Comparación de logros	57	71%
Competir con otros estudiantes	23	29%
Experiencias académicas previas	80	100%
Experiencias negativas	66	82%
Historial de fracasos académicos	14	18%

Nota. Esta tabla muestra los factores de riesgo psicosocial de la investigación "Factores desencadenantes de riesgo psicosocial y su asociación con la salud mental en estudiantes universitarios: Un estudio transversal".

De acuerdo a los resultados obtenidos sobre los factores de riesgo psicosocial en 80 estudiantes de la licenciatura en psicología, se determina que los principales factores que afectan a la población encuestada son: múltiples tareas con el 67%, altas expectativas propias 75%, adaptación al ambiente universitario 62%, sentirse parte del grupo 55%, encontrar o mantener un empleo 79%, deficiente apoyo de amigos 56%, problemas personales 55%, comparación de logros 71% y experiencias negativas en la universidad 82%.

Tabla 3
Nivel de Estrés, Ansiedad y Depresión

Nivel de estrés, ansiedad y depresión	Cantidad	%
Estrés	80	100%
Leve	28	34%
Moderada	23	29%
Severa	23	29%
Extremadamente severa	6	8%
Ansiedad	80	100%
Extremadamente severa	25	31%
Moderada	23	29%
Leve	19	24%
Severa	13	16%
Depresión	80	100%
Leve	36	44%
Moderada	26	33%
Extremadamente severa	11	14%
Severa	7	9%

Nota. Esta tabla muestra los niveles de estrés, ansiedad y depresión de acuerdo a la escala DASS-21 de la investigación "Factores desencadenantes de riesgo psicosocial y su asociación con la salud mental en estudiantes universitarios: Un estudio transversal".

Con base a los resultados obtenidos sobre de la escala DASS-21 en 80 estudiantes de la licenciatura en psicología, se describe que respecto al estrés la mayoría del 34% está en un nivel leve y un 58% está entre el rango de moderado y severo. Referente a la ansiedad el 31% está en un nivel extremadamente severo y el 54% entre moderado y leve. En depresión el 44% está en un nivel leve y el 33% moderado. Por lo tanto, los niveles de ansiedad son los más elevados en la población estudiada.

Discusión

Los factores de riesgo psicosocial son condiciones que surgen en situaciones laborales y están directamente relacionadas con la organización, el contenido del trabajo y la implementación de las tareas y tienen la capacidad de afectar el bienestar o la salud física, mental y mental. La vida social

de una persona, así como la evolución en el ámbito académico y en el entorno laboral. (Monroy y Juárez, 2019)

Dentro de los antecedentes del estudio se pueden mencionar resultados como los de Mendoza, et al., (2010) donde explica que el estrés es cualquier exigencia física o psicológica que se le impone al cuerpo, es un problema que requiere alta atención. Se estudiaron los niveles y factores de estrés en estudiantes universitarios; se analizó la influencia de determinados indicadores de salud y el autoconcepto académico. 78 estudiantes de enfermería participantes, quienes fueron evaluados durante el año escolar, encontraron impactos en la salud como: consumo de estimulantes, trastornos del sueño y de la alimentación. Concluir que los estudiantes tienen una mala percepción de su rendimiento académico cuando se encuentran en una situación estresante.

Según Obregón, et al., (2020) si la ansiedad es fuerte, el estudiante presenta excesiva sensibilidad y miedo, incluyendo miedo a la escuela, timidez, sentimientos importantes de inseguridad y síntomas somáticos. De acuerdo con Velastegui y Mayorga (2021) la depresión genera sentimientos de tristeza, mal humor, falta de esperanza, cambios en la rutina de sueño, cambios en los patrones de alimentación, fatiga persistente: dificultad para mantener la atención y disminución del rendimiento académico y actividades sociales. El estrés tiene efectos físicos en el organismo, como cefaleas, dolor muscular y problemas digestivos, en especial el estrés académico que se ha vinculado con otras patologías como la depresión y la ansiedad. (Arntz, et al., 2022)

Por otra parte, Campoverde y Tornero (2021) realizaron un estudio cuantitativo, exploratorio, descriptivo y transversal donde La población fueron 66 estudiantes de psicología y enfermería de la Universidad Técnica Privada de Loja, de los cuales el 28,8% fueron hombres y el 71,2% mujeres. la edad media fue 20, 21 años y se utilizó el pretest y postest de la Escala de Ansiedad Manifiesta para Estudiantes Universitarios AMAS-C. Los sujetos fueron seleccionados mediante muestreo no probabilístico, por conveniencia y aleatorio. Como resultado, se encontró que la ansiedad final de los estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19 aumentó en 2,59 puntos en comparación con el valor promedio de la prueba preliminar antes del autoaislamiento.

Con relación al instrumento, de acuerdo con Rodríguez y Blanco (2021) la Escala DASS-21 es un test de 21 ítems que mide los niveles de estrés, ansiedad y depresión. Tomalá (2021) señala que los resultados se obtienen mediante puntos de corte en el que cada estado afectivo puntúa como leve, moderado, severo y extremadamente severo.

Aunado a los resultados, primeramente, se identificaron las características sociodemográficas de la población donde la mayor parte de los sujetos se encuentran en las edades de 17 a 24 años por lo cual son adolescentes y jóvenes. La mayor parte son de sexo femenino y de etnia ladina, por lo cual se puede inferir que la carrera de psicología tiene predominancia a ser optada por mujeres. Respecto a la ocupación es similar el porcentaje de los estudiantes que tienen y no tienen un trabajo aparte de estudiar.

Respecto a los principales factores de riesgo psicosocial que afectan a los estudiantes son la carga de tareas asignadas por los docentes, las altas expectativas que el propio estudiante tiene sobre su desempeño académico, la adaptación al ambiente de la universidad, sentirse parte del grupo de compañeros, encontrar un empleo o mantener el empleo que ya tiene, deficiente apoyo de amigos, problemas personales, comparar sus logros con el de sus demás compañeros y las experiencias negativas que haya tenido en la universidad.

Con relación a los niveles de estrés, ansiedad y depresión obtenidos de la escala DASS-21 la mayoría de los sujetos evaluados está en un nivel de estrés leve, en un nivel de ansiedad extremadamente severo y un nivel de depresión leve. Por lo tanto, los niveles de ansiedad son los más elevados en la población estudiada en comparación con los de estrés y depresión.

Conclusión

Se describieron las características sociodemográficas de la población, donde el 70% de los estudiantes tienen entre 17 y 24 años de edad, la mayor parte del 82% son mujeres, el 97% son de etnia ladina y el porcentaje más alto de 54% estudia mientras que el 46% tiene un empleo aparte de estudiar.

Se identificaron los factores de riesgo psicosocial, y los factores que más afectan a los estudiantes en términos de sobrecarga académica es la carga de tareas con el 67%, la presión por las altas expectativas propias 75%, la dificultad para adaptarse al ambiente de la universidad 62%, el ajuste social de sentirse parte del grupo de compañeros 55%, encontrar o mantener un empleo 79%, dificultad para recibir apoyo de amigos 56%, problemas personales 55%, comparación de logros con otros compañeros 71% y experiencias negativas que han tenido dentro de la universidad 82%.

Se determinaron los niveles de estrés, ansiedad y depresión de la población atendida por medio de

la escala DASS 21, en el que los niveles de ansiedad son los más elevados ya que el 31% está en un nivel extremadamente severo y el 54% en un nivel moderado. A diferencia del estrés donde el 63% está en un rango leve y moderado y la depresión donde el 77% está en un rango leve y moderado.

Referencias

- Araya-Pizarro, S. C., & Espinoza Pastén, L. (2020). *Aportes desde las neurociencias para la comprensión de los procesos de aprendizaje en los contextos educativos. Propósitos y representaciones*, 8(1). <http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v8n1/2310-4635-pyr-8-01-e312.pdf>
- Arntz, J., Trunce, S., Villarroel, G., Werner, K., & Muñoz, S. (2022). *Relación de variables sociodemográficas con niveles de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios. Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 60(2), 156-166. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-92272022000200156&script=sci_arttext&tlng=en
- Barrios Tao, H., & Gutiérrez de Piñeres Botero, C. (2020). *Neurociencias, emociones y educación superior: una revisión descriptiva. Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 46(1), 363-382. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-07052020000100363&script=sci_arttext
- Campoverde, W. G. S., & Tornero, J. L. V. (2021). *Aumento de los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios durante la época de pandemia de la COVID-19. Revista Cubana de Medicina Militar*, 50(1). <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubmedmil/cmm-2021/cmm2111.pdf>
- Carballido, C. P., & Cabanach, R. G. (2019). *El impacto de un programa de meditación Mindfulness sobre las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios. European Journal of Health Research*, 5(1), 51-61. <https://revistas.uautonoma.cl/index.php/ejhr/article/view/1253>
- López, C. Q., & Vera, V. D. G. (2021). *Depresión en estudiantes universitarios derivada del Covid-19: un modelo de clasificación. Cuadernos hispanoamericanos de psicología*, 21(1), 1-15. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8456891>
- Mendoza, L., Ortega, E. C., Quevedo, D. G., Martínez, R. M., Aguilar, E. J. P., & Hernández, R. S. (2010). *Factores que ocasionan estrés en Estudiantes Universitarios. Revista Ene de Enfermería*, 4(3), 36-46. <http://www.ene->

enfermeria.org/ojs/index.php/ENE/article/viewFile/96/80

- Monroy-Castillo, A., & Juárez-García, A. (2019). *Factores de riesgo psicosocial laboral en académicos de instituciones de educación superior en Latinoamérica: Una revisión sistemática*. Propósitos y Representaciones, 7(3), 248-260. <http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v7n3/a10v7n3.pdf>
- Obregón-Morales, B., Montalván-Romero, J. C., Segama-Fabian, E., Dámaso-Mata, B., Panduro-Correa, V., & Arteaga-Livias, K. (2020). *Factores asociados a la depresión en estudiantes de medicina de una universidad peruana*. Educación Médica Superior, 34(2). http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21412020000200013&script=sci_arttext&tlng=en
- Peláez, J. L., Vera, I. M. B., Chinchilla-Giraldo, N., & Ramírez, A. A. Á. (2021). *Dislipidemia y estrés en estudiantes universitarios: Un enemigo silencioso*. Revista de Ciencias Sociales (Ve), 27(3), 50-63. <https://www.redalyc.org/journal/280/28068276006/28068276006.pdf>
- Reyes, V. P., Amaya, J. A. Á., & Capps, J. W. (2021). *Relación del uso de redes sociales con la autoestima y la ansiedad en estudiantes universitarios*. Enseñanza e investigación en Psicología, 3(1), 139-149. <https://revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/182>
- Rodríguez, I. S., & Blanco, A. Z. (2021). *Depresión, ansiedad y estrés de universitarios en tiempos de COVID-19: Uso de escala DASS-21*. Espíritu Emprendedor TES, 5(3), 45-61. <http://espirituemprendedortes.com/index.php/revista/article/view/263>
- Tomalá León, M. L. (2021). *Factores de riesgo psicosocial y salud mental del personal de salud en ámbito hospitalario* (Bachelor's thesis, Jipijapa. UNESUM). <http://repositorio.unesum.edu.ec/bitstream/53000/2895/1/MARILYN%20TOMALA%20LEON%20-%20TESIS.pdf>
- Vargas Granda, S. M. (2021). *Factores que inciden en la depresión en estudiantes universitarios: una revisión sistemática*. Conrado, 17(82), 387-394. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1990-86442021000500387&script=sci_arttext&tlng=pt
- Velastegui-Hernández, D., & Mayorga-Lascano, M. (2021). *Estados de ánimo, ansiedad y depresión en estudiantes de medicina durante la crisis sanitaria covid-19*. Psicología Unemi, 5(9), 10-20. <https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/faso-unemi/article/view/1275>

Sobre el autor

Carlos Eduardo Rivera Díaz

Maestrando de la Maestría en Neurociencias con énfasis en Neurocognición, Licenciado en psicología y PEM en Matemáticas y Física egresado de la Universidad de San Carlos de Guatemala, con dos publicaciones anteriores en la Revista Académica CUNZAC en temas relacionados a neurociencias.

Declaración de intereses

El autor declara no tener ningún conflicto de intereses, que puedan haber influido en los resultados obtenidos o las interpretaciones propuestas.

Declaración de consentimiento informado

El estudio se realizó respetando el Código de ética y buenas prácticas editoriales de publicación.

Derechos de autor

Copyright© 2024 Carlos Eduardo Rivera Díaz. Este texto está protegido por la [Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional](#).



Usted es libre para compartir, copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato y adaptar el documento, remezclar, transformar y crear a partir del material para cualquier propósito, incluso comercialmente, siempre que cumpla la condición de atribución: usted debe reconocer el crédito de una obra de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace.