

Salud mental y el impacto en los estudiantes universitarios durante la pandemia

Claudia Marcela Cantú Sánchez¹, Natalia Evangelina Ferrera Gómez², Karla Vanesa Navarrete Duarte³, María Natalia Romero de Anda⁴, Mariana Vargas López⁵.

¹Profesor de Tiempo Completo Departamento de Enfermería y Obstetricia. Campus Irapuato Salamanca. División de Ciencias de la Vida. Universidad de Guanajuato.

^{2,3,4,5}Estudiante de la Licenciatura en Enfermería y Obstetricia. Campus Irapuato Salamanca. División de Ciencias de la Vida. Universidad de Guanajuato.

cm.cantusanchez@ugto.mx¹

ne.ferreragomez@ugto.mx

kv.navarreteduarte@ugto.mx

mn.romerodeanda@ugto.mx

m.vargaslopez@ugto.mx

Resumen

El confinamiento por COVID-19 impacto en los procesos educativos y por ende afecto a los estudiantes en su salud mental impactando estado emocional. Por lo anterior se pretende examinar bibliografía que relaten el impacto de la salud mental en los estudiantes universitarios durante la pandemia. Se empleó la revisión sistematizada en las bases de datos de Pub Med y EBSCO El propósito de este estudio es evaluar el impacto del confinamiento en la salud mental de los estudiantes, ante la pandemia del Sars- Cov- 19 para comprender mejor el fenómeno desde los ojos de esta población estudiada.

Palabras clave: Covid, estudiantes, salud mental, pandemia

Introducción

El 21 de abril del 2020 inicia la fase 3 implementada por el gobierno federal para mitigar los efectos de la pandemia virus SARS-COV-2 (COVID-19). El confinamiento pasa a obligatorio para suspender las actividades no esenciales, con esto los centros educativos pasan a presencial a modelos virtuales. Dentro de la sintomatología principal presentada en estudiantes encontramos ansiedad, depresión, por lo que se necesita fortalecer la resiliencia psicológica.

Estudiantes universitarios y Covid

En su estudio Wang 2020, se concluye de acuerdo a las 2032 respuestas recibidas por parte de los estudiantes, se analizaron los niveles de ansiedad, depresión y estrés, los cuales el nivel de depresión se analizó de la siguiente manera: leve (n=647, 32,45 %), moderada (n=496, 24,87 %), moderadamente grave (n=316, 15,85%) y grave (n=148, 7,42%), el cual arroja un gran abasto en personas con casos moderados, mientras que el 71,75 % (n=1445) mostró ansiedad, con niveles de gravedad que variaron como leve (n=670, 33,27 %), moderado (n=477, 23,68 %), o grave (n=298, 14,80%), indicando que la ansiedad es menos reconocida por los estudiantes, por otro lado el estrés relacionado con covid-19, fue el más relevante puesto que la mayoría de los participantes (n=1443, 71,26 %) informaron que sus niveles de estrés/ansiedad habían aumentado durante la pandemia, mientras que 111 (5,48 %) indicaron que había disminuido y 471 (23,26 %) indicaron que se mantuvo igual que antes, las razones expresadas ante un aumento de estrés se debe a las siguientes justificaciones: estrés relacionado con lo académico, el mantenimiento en las clases en línea, mayor preocupación y retraso en la graduación. Con un total de 675 estudiantes se completó una evaluación completa del funcionamiento conductual y emocional al comienzo

del semestre de primavera de 2020. De estos, 576 completaron la misma evaluación al final del semestre de primavera después del inicio de COVID, 600 completaron al menos 1 elemento de una encuesta relacionada con COVID, 485 completaron encuestas nocturnas sobre comportamientos de estado de ánimo y bienestar de forma regular, mostrándose como resultados: De los 675 estudiantes que completaron el BPM (monitor de problemas breves) a principios de la primavera, 576 completaron el BPM al final del año (85,3%). Los estudiantes que estaban inscritos en un programa de bienestar del campus se vieron menos afectados por COVID en términos de síntomas de internalización ($\beta = 0.40$, $SE = 0.21$, $p = .055$) y problemas de atención ($\beta = 0.59$, $SE = 0.21$, $p = .005$) que aquellos que no estaban en el programa de bienestar. Encuestas nocturnas tanto del estado de ánimo ($\beta = -0.10$, $SE = 0.03$, $p = .003$) como de los comportamientos de bienestar diarios ($\beta = -0.06$, $SE = 0.03$, $p = .036$), pero no el estrés ($\beta = 0.02$, $SE = 0.03$, $p = .58$), se vieron afectados negativamente por la crisis del COVID Copeland 2021.

Cao W 2022 realizó una investigación, a través de una encuesta para averiguar el estado de salud mental de los estudiantes universitarios en una universidad de china, siendo totalmente anónimo para asegurar la confidencialidad del estudiante. Los resultados indicaron que el 0,9% de los encuestados experimentaba ansiedad severa, el 2,7% ansiedad moderada y el 21,3% ansiedad leve, teniendo en cuenta que existen factores que desencadenan ansiedad y de acierto a las preguntas relacionadas con este tema se arrojaron los siguientes resultados: Vivir con los padres tuvo un efecto significativo sobre la ansiedad, de modo que los estudiantes que vivían solos tenían mayor ansiedad ($p < 0,05$), mientras que el género y la región no tuvieron un efecto significativo sobre la ansiedad ($p > 0,05$). Además, los estudiantes de áreas rurales (1,02%), familias sin ingresos estables (1,09%), que no viven con los padres (1,13%) y que tienen un familiar o conocido infectado con COVID-19 (2,56%), fueron más propensos a estar gravemente ansioso ($p < 0,001$).

En su investigación Wathélet M, 2020 concluyó de un total de 96 681 estudiantes abrieron el cuestionario, de ellos, 69 054 (71,4 %) lo completaron en su totalidad, respecto a los resultados de salud mental se tiene que: Las tasas de prevalencia de pensamientos suicidas autoinformados y angustia severa (IES-R), estrés percibido (PSS-10), depresión (BDI-13) y ansiedad (STAI-Y2) fueron 11,4% (7891 estudiantes), 22,4% (15 463 estudiantes), 24,7% (17 093 estudiantes), 16,1% (11 133 estudiantes) y 27,5% (18 970 estudiantes), respectivamente. Mientras que los resultados asociados con los factores que afectan la salud mental del estudiante se tiene que se tiene un mayor nivel de ansiedad cuando se tiene contacto con vínculos sociales, como el tener hijos, así como el estar en constante contacto con los medios de comunicación.

Wang 2020 se tuvo que realizar una encuesta para poder conocer el estado de salud mental y la gravedad de la depresión y la ansiedad de los estudiantes universitarios en un sistema universitario grande en los Estados Unidos durante la pandemia de COVID-19, el cual se obtuvo en mayor porcentaje del 48,14 % mostrando un nivel de depresión de moderado a grave, mientras que el 38,48 % mostró un nivel de ansiedad de leve a grave, además se dedujo que el 18,04 % tuvo pensamientos suicidas en las 2 semanas anteriores a la encuesta y que este es un dato alarmante, ya que 1 de cada 5 encuestados informó tener pensamientos suicidas. Incluso tres cuartas partes de los encuestados indicaron miedo y preocupación esto principalmente por los medios de comunicación.

En el área de la salud bucal según Farronkhi F, et al 2021, también tuvo grandes desafíos en la práctica de la misma ya que el contagio por aerosoles era el principal riesgo en el área de la salud bucal pues para cualquier revisión se necesitaba del acercamiento a la boca de paciente y debido a que era una de las principales fuentes de contagio se vieron en la necesidad de suspender todo tipo de contacto con personas para desarrollar las practicas lo cual por un momento pensaron que con material didáctico podrían sustituirlo, pero la realidad es que siempre será diferente un maniquí que una persona real.

Yang Y, et al 2020, analizaron a los estudiantes con pérdida auditiva debido a que tienen menos resistencia mental pero más resistentes psicológicamente a los impactos de la pandemia es posible que la discapacidad auditiva ayude a fortalecer la resiliencia psicológica mientras que por otro lado los estudiantes sin discapacidad auditiva son más ansiosos así como depresivos por lo que de cierto modo los hace más vulnerables a los impactos que la pandemia causa. En cuanto personal de enfermería y estudiantes según Usher K, 2020, son de los principales afectados por la pandemia debido a que todo se relaciona con pacientes, el cuerpo humano y sobre todo el contacto con el mismo para la exploración y revisión del paciente.

Estilos de vida

De acuerdo a Chatuverdi et al, 2021, la pandemia impacto en el ámbito, educativo, de la salud, la vida social de los estudiantes al afectar sus rutinas diarias en medio de las restricciones, afectando los hábitos de sueño, actividad física, interacción social, pero no se encontraron estrategias para mitigar el impacto psicológico que causó la pandemia, lo que aún en día sigue afectando tras el confinamiento, ahora el regreso a las actividades presenciales han sido un nuevo reto para los sistemas educativos por las recomendaciones de los sistemas de salud para evitar más contagios. Copeland 2022, realizó una investigación el cual les permitiera a partir del uso de una aplicación, para valorar las actividades de bienestar como lo es minutos de ejercicio, minutos de tiempo de pantalla, calidad nutricional de las comidas, horas de sueño y cantidad de agua consumida, así como de estado de ánimo y estrés los cuales arrojaron resultado desfavorables, ya que a los estudiantes al iniciar la pandemia se les pidió retirarse de los campus, lo que trajo consigo un cambio por completo acerca de lo que fue su visión hacia la institución universitaria, y cambiarlo a una estancia en casa, resultando cambios de ánimo, incrementando los niveles de estrés, en los estudiantes universitarios, así como la limitación de actividades que favorecen la salud, como el ejercicio corporal, dicha investigación se implementó para poder mejorar la imagen de los estudiantes e invitarlos al programa de bienestar que ofrecía el campus de la universidad de Vermont, al igual que el estudio de Chu Y- H 2022, investigó el impacto potencial del cierre de escuelas en la salud física y mental de los estudiantes universitarios al comparar los niveles de actividad física, la angustia psicológica y el estrés de la vida estudiantil entre el período de aprendizaje en clase y el período de aprendizaje en línea durante la pandemia de COVID-19.

Salud mental

Respecto a la salud mental Cao W 2020, evaluó el impacto mental de la covid-19 en estudiantes de la facultad de medicina en Changzi, además de conocer los factores que generan dicha ansiedad, teniendo como resultado cifras moderadas, las cuales son: ansiedad leve, moderada y grave fueron del 21,3 %, 2,7 % y 0,9 %, respectivamente, incluyendo los factores que influían en la propiciación de la ansiedad incluyen factores estresantes económicos, efectos en la vida diaria y retrasos académicos, se asociaron positivamente con los síntomas de ansiedad de los estudiantes universitarios chinos durante la epidemia. Hudking JF 2020 investigó que durante el primer período académico afectado por el COVID-19 (invierno de 2020), las personas eran más sedentarias y reportaron un aumento de los síntomas de ansiedad y depresión ($p < 0,001$) en relación con períodos académicos anteriores y recesos académicos posteriores. Cuando se agregaron métricas de salud mental (p. ej., depresión y ansiedad) a las medidas anteriores (semana de término, número de lugares visitados y uso del teléfono), tanto la ansiedad ($p < 0,001$) como la depresión ($p = 0,03$) aumentaron significativamente asociado con noticias relacionadas con COVID-19. Resultados muy similares a Carvacho 2021, que encontró que los estudiantes de educación superior chilenos han enfrentado eventos altamente estresantes en 2020, incluido el confinamiento y la educación remota. Esta población es particularmente susceptible a problemas de salud mental, como altos niveles de estrés, ansiedad y depresión. Salazar-Fernández encontró el impacto percibido por COVID-19 y variables psicológicas como predictores de trayectorias de consumo de alimentos y alcohol. De igual manera Spatafora 2022, el miedo a la infección y las asociaciones con los síntomas depresivos, el uso de sustancias y los contactos sociales de los estudiantes universitarios durante el brote de COVID-19 en Alemania en mayo de 2020.

Ámbito familiar

Para Han Z, 2021, los estudiantes que tuvieron afecciones en su familia por la pandemia fueron las más afectadas en su salud mental así como también las mujeres fueron las más vulnerables a ser contagiadas con dicho virus. La pandemia se centró principalmente en los cambios que se realizaron por la pandemia, en el virus, en las medidas de seguridad, el número de contagios etc. Los estudiantes universitarios fueron los que principalmente se les afectó al cambiar el modo en que se recibía la educación principalmente en las carreras donde es 75% práctico.

Metodología

Se realizó una búsqueda de la literatura en las bases de datos PUBMED, MEDLINE, PLOs, SciELO y también en Google Académico; se seleccionaron trabajos disponibles en texto completo en idioma español e inglés con las palabras clave SARS-CoV-2, COVID-19, salud mental y estudiantes. Se extrajo la información relevante desde la aparición de los primeros reportes de casos hasta la actualidad.

Los términos de búsqueda fueron: salud mental, estudiantes universitarios. Para esta revisión se seleccionaron los artículos publicados con resultados de investigación desde el 2010 a la actualidad y aquellos con aspectos teórico-conceptuales se consideró los publicados desde el año 2000. Se analizaron los resultados y se incorporaron los antecedentes en una base de datos para evidenciar similitudes y diferencias que ayuden en la organización del presente artículo.

Conclusiones

De acuerdo a la literatura el objetivo de la investigación fue obtener datos acerca del impacto de la pandemia de COVID-19 en la educación, la salud, la vida social de los estudiantes y demostrar resultados sobre su efecto posterior en su rutina diaria en medio de restricciones de viaje, además se analizó como se vio afectado las condiciones de salud, viéndose alterado los hábitos de sueño, las rutinas diarias de ejercicios y la interacción social, agregando que desafortunadamente no existe una estrategia para salvaguardar el impacto psicológico que causa la pandemia, lo cual implica una gran preocupación para que se pueda enfrentar de una manera eficaz el confinamiento. (Chaturvedi K, 2021)

La pandemia se centró principalmente en los cambios que se realizaron por la pandemia, en el virus, en la medidas de seguridad, el número de contagios etc. Los estudiantes universitarios fueron los que principalmente se les afectó al cambiar el modo en que se recibía la educación principalmente en las carreras donde es 75% práctico, el personal del área de la salud es el grupo con más afectación debido a la interacción con las personas hospitalizadas. Es importante que el personal de salud y los responsables de la educación superior se interesen en las prácticas tomadas para el cuidado de la salud mental de la población estudiantil. Este estudio coincide con el estudio de Vergara y Meléndez (2021) donde se encontró que a pesar de las reacciones de ansiedad, depresión y miedo, los estudiantes lograron adaptarse al confinamiento obligatorio en las actividades educativas de forma virtual.

En su estudio Ravina, Ahumada y Gálvez (2019) encuentra que existe relación relevante entre la felicidad como factor de impacto en el rendimiento académico, que coincide con los resultados de Vargas, Callata, 2021, donde se encontró que el nivel de felicidad no responde a niveles deseados, no se sienten positivamente los niveles de felicidad debida a la nulidad de socialización académica debido al confinamiento. La ansiedad se presenta en tres formas: 1) normal, con manifestaciones afectivas por estímulos externos; 2) patológica, donde no hay estímulo previo y 3) generalizada, caracterizada por miedos inexplicables y vagos (Acuña, Botto y Jiménez, 2009). Una de las consecuencias psicológicas por el aislamiento social relacionadas con el riesgo de suicidio son: la tristeza, la preocupación. (Calati, Ferrari, Brittner, Olié, Carvalho, Courtet, 2019; Dueueke, Schwartz-Mette, 2018) encontraron asociaciones sobre ideas e intentos suicidas por distanciamiento social.

En general, los hallazgos subrayan la importancia de abordar las áreas de preocupación de los estudiantes y los aspectos de la vida estudiantil afectados negativamente por la pandemia para mantener el bienestar de los estudiantes y apoyar una experiencia universitaria exitosa. La proximidad de los casos de COVID-19 puede aumentar la probabilidad de síntomas de ansiedad en los estudiantes, particularmente entre los hombres. La mayoría de los estudiantes informan que se las arreglan bien, pero se necesitan apoyos adicionales para una minoría emocionalmente abrumada que informa que no puede acceder a la ayuda. La incapacidad de los estudiantes para concentrarse en sus estudios, su mayor uso de las redes sociales y las comunicaciones electrónicas, el cambio de horas de sueño durante la pandemia, el mayor tiempo de cuidado personal y los cambios en los planes están todos relacionados. Los hallazgos presentados por Fila et al 2021, presentados pintan una imagen de cambios profundos en el estilo de vida y el funcionamiento diario experimentado por estudiantes universitarios en Polonia durante la pandemia.). La pandemia por el Sars-Cov-19 impacto a los estudiantes en cuanto a sus estilos de vida, salud mental y ámbito familiar, dadas las repercusiones de cada una de ellas de los estudiantes y los miembros de sus familias. Inclusive trastornos tan severos como crisis de ansiedad y hasta suicidio. La salud mental fue una arista que no se había contemplado al inicio de la pandemia, lo que denoto en problemas emocionales desde el inicio de confinamiento, con repercusiones hasta dos años después de haber aparecido esta.

Bibliografía

- Cao W, Fang Z, Hou G, Han M, Xu X, Dong J, et al. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Res* [Internet]. 2020 [citado el 14 de julio de 2022];287(112934):112934. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32229390/>
- Carvacho R, Morán-Kneer J, Miranda-Castillo C, Fernández-Fernández V, Mora B, Moya Y, et al. Efectos del confinamiento por COVID-19 en la salud mental de estudiantes de educación superior en Chile. *Rev Med Chil* [Internet]. 2021 [cited 2022 Jul 9];149(3):339–47. Available from: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872021000300339&lng=en&nrm=iso&tlng=en
- Chaturvedi K, Vishwakarma DK, Singh N. COVID-19 y su impacto en la educación, la vida social y la salud mental de los estudiantes: una encuesta. *Child Youth Serv Rev* [Internet]. 2021 [citado el 12 de julio de 2022];121(105866):105866. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.chilyouth.2020.105866>
- Chu Y-H, Li Y-C. The impact of online learning on physical and mental health in university students during the COVID-19 pandemic. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2022 [cited 2022 Jul 12];19(5):2966. Available from: <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph19052966>
- Copeland WE, McGinnis E, Bai Y, Adams Z, Nardone H, Devadanam V, et al. Impact of COVID-19 pandemic on college student mental health and wellness. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry* [Internet]. 2021 [citado el 13 de julio de 2022];60(1):134-141.e2. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33091568/>
- Farrokhi, F., Mohebbi, S. Z., Farrokhi, F., & Khami, M. R. (2021). Impact of COVID-19 on dental education- a scoping review. *BMC medical education*, 21(1), 587. <https://doi.org/10.1186/s12909-021-03017-8>
- Fila-Witecka K, Senczyszyn A, Kołodziejczyk A, Ciulkowicz M, Maciaszek J, Misiak B, et al. Lifestyle changes among polish university students during the COVID-19 pandemic. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2021 [cited 2022 Jul 9];18(18):9571. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34574496/>
- Ravina-Ripoll, R., Ahumada-Tello, E., & Gálvez-Albarricín, E.J. (2019). HAPPINESS AS A PREDICTOR OF ACADEMIC PERFORMANCE IN UNIVERSITY STUDENTS. A COMPARATIVE ANALYSIS BETWEEN MEXICO AND SPAIN. *CAURIENSIA*, XIV, 407-426. 10.17398/2340-4256.14.407
- Han Z, Tang X, Li X, Shen Y, Li L, Wang J, et al. COVID-19-related stressors and mental health among Chinese college students: A moderated mediation model. *Front Public Health* [Internet]. 2021 [citado el 19 de julio de 2022];9:586062. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34222162/>
- Huckins JF, daSilva AW, Wang W, Hedlund E, Rogers C, Nepal SK, et al. Mental health and behavior of college students during the early phases of the COVID-19 pandemic: Longitudinal smartphone and ecological momentary assessment study. *J Med Internet Res* [Internet]. 2020 [citado el 14 de julio de 2022];22(6):e20185. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32519963/>
- Spatafora F, Matos Fialho PM, Busse H, Helmer SM, Zeeb H, Stock C, et al. Fear of infection and depressive symptoms among German university students during the COVID-19 pandemic: Results of COVID-19 International Student Well-being study. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2022 [cited 2022 Jul 9];19(3):1659. Available from: <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph19031659>
- Vargas, P., Keiber Rosendo, Callata G., Zaida Esther (2021) La felicidad en tiempos de pandemia y educación virtual: un estudio en universitarios del Altiplano.
- Wang X, Hegde S, Son C, Keller B, Smith A, Sasangohar F. Investigating mental health of US college students during the COVID-19 pandemic: Cross-sectional survey study. *J Med Internet Res*

[Internet]. 2020 [cited 2022 Jul 12];22(9):e22817. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32897868/>

Wathelet M, Duhem S, Vaiva G, Baubet T, Habran E, Veerapa E, et al. Factors associated with mental health disorders among university students in France confined during the COVID-19 pandemic. *JAMA Netw Open* [Internet]. 2020 [citado el 14 de julio de 2022];3(10):e2025591. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33095252/>

Usher K, Wynaden D, Bhullar N, Durkin J, Jackson D. The mental health impact of COVID-19 on pre-registration nursing students in Australia. *Int J Ment Health Nurs* [Internet]. 2020;29(6):1015–7. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1111/inm.12791>

Vergara, C., Méndez, E., & Navarro, S. (2021). Percepción de calidad y sentido de vida en confinamiento social por la pandemia mundial Covid-19 en estudiantes universitarios. *Palobra*, 21 (1), 117-129. <https://doi.org/10.32997/2346-2884-vol.21-num.1-2021-3490>

Yang Y, Xiao Y, Liu Y, Li Q, Shan C, Chang S, et al. Mental health and psychological impact on students with or without hearing loss during the recurrence of the COVID-19 pandemic in China. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2021 [citado el 17 de julio de 2022];18(4):1421. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph18041421>