



Original

**Preocupaciones, resiliencia, estrés, ansiedad y depresión en
estudiantes de psicología post-confinamiento por Covid-19**

**Concerns, Resilience, Stress, Anxiety and Depression in
Psychology Students in the Post-Confinement Period due to
Covid-19**

Alina de las Mercedes Campos Puentes¹  

Jacinto Alberto Quistgaard Álvarez¹ 

Luis Alberto Barboza Zelada¹ 

Delia Gladys Rico Chanamé¹ 

Lourdes Elena de Taboada Amat y León¹ 

César Augusto González Quiñones¹ 

Guillermo Oscar Prado Minchola¹ 

Mercedes Patricia Morales Velásquez¹ 

¹ Universidad Privada San Juan Bautista

Recibido: 27/04/2024

Aceptado: 15/05/2024



Resumen

Introducción: el confinamiento por Covid-19, incrementó la sintomatología de depresión, ansiedad, sentimiento de preocupación y estrés psicológico en los estudiantes universitarios.

Objetivo: caracterizar las preocupaciones personales de los estudiantes de Psicología, y su influencia en la resiliencia, estrés, ansiedad y depresión.

Método: se realizó un estudio descriptivo cuantitativo transversal, de corte inferencial correlacional, mediante muestreo intencional por conveniencia. Muestra 1069 estudiantes de Psicología, el 77 % (n=823) mujeres, 23 % (n=246) hombres; edades entre 16 a 67 años ($\bar{X} = 20.96$, DS= 4,6). Se utilizó SPSSv26 para análisis de estadística descriptiva y comparaciones. Instrumentos utilizados: Cuestionario de datos sociodemográficos, actividad estudiantil y asociados a efectos del Covid-19 (ad hoc), escala de resiliencia, y escalas de depresión ansiedad y estrés (DASS-21).

Resultados: 1) aquellos con preocupaciones por un familiar cercano enfermo, las relaciones familiares, o las relaciones con amigos, presentan niveles más bajos de resiliencia; 2) preocupaciones por un familiar cercano enfermo, las relaciones familiares, o las relaciones con amigos, presentan niveles moderados de estrés. 3) preocupaciones por un familiar cercano enfermo presentan niveles moderados y graves de depresión y ansiedad. 4) preocupación por las relaciones familiares, presentan niveles moderados de depresión; nivel moderado y graves de ansiedad. 5) preocupaciones por las relaciones con amigos, presentan niveles moderados, en depresión.

Conclusiones: las preocupaciones por tener un familiar cercano enfermo está relacionado con menor resiliencia general, y elevados niveles de estrés, depresión y ansiedad.

Palabras claves: estudiantes de Psicología, preocupaciones, resiliencia, estrés, ansiedad, depresión

Abstract

Introduction: The confinement period due to Covid-19 increased the symptoms of depression, anxiety, feeling of worry and psychological stress in university students.

Objective: Characterize the Psychology students' personal concerns, and their influence on resilience, stress, anxiety and depression.

Method: A cross-sectional quantitative descriptive study of inferencial correlational type was carried out using intentional convenience sampling. The sample was made up of 1069 Psychology students, 77 % (n= 823) women, 23 % (n=246) men; ages from 16 to 67 years ($\bar{X} = 20.96$, DS= 4, 6). SPSSv26 was used for the analysis of descriptive statistics and comparisons. Instruments used: Sociodemographic Data Questionnaire, student activity and associates for the effects of Covid-19 (ad hoc), Resilience scale and Depression, Anxiety and Stress Scales (DASS- 21).

Results: 1). Those with concerns about a sick close family member, family relationships, or relationships with friends had lower levels of resilience. 2). Those with concerns about a sick close family member, family relationships or relationships with friends had moderate levels of stress. 3). Those with concerns about a sick close family member had moderate and severe levels of depression

and anxiety. 4). Those with concerns about family relationships had moderate levels of depression, and moderate and severe levels of anxiety. 5). Those with concerns about relationships with friends had moderate levels of depression.

Conclusions: Concerns about a sick close family member are related to lower general resilience, and high levels of stress, depression and anxiety.

Keywords: Psychology students; concerns; resilience; stress; anxiety; depression.

Introducción

Los estudiantes durante la etapa de formación universitaria, están expuestos a circunstancias que inciden en su desempeño académico, y determinan con cierta frecuencia, sintomatologías de depresión, ansiedad, sentimiento de preocupación y estrés psicológico, por lo que las Universidades deben de continuar su esfuerzo, para lograr entornos más saludables.^(1,2) Por otra parte, el aislamiento social, preventivo y obligatorio que impuso el confinamiento por el Covid-19, acrecentó las dificultades que subyacían en los estudiantes universitarios y afectó su salud mental, de ahí la importancia de promover la resiliencia individual, como capacidad interna que permite solucionar situaciones problemáticas imprevistas.

La American Psychological Association (APA) define la resiliencia como un proceso de recuperación de experiencias difíciles y de adaptación ante la adversidad, el trauma, la tragedia, amenazas o fuentes importantes de estrés.⁽³⁾ La resiliencia individual como factor de protección, favorece la disminución de síntomas de depresión y ansiedad, lo que desarrolla los niveles de bienestar,⁽⁴⁾ por lo que ha sido objeto de investigación en diferentes poblaciones de estudiantes universitarios. Existen estudios que al comparar los niveles de resiliencia entre jóvenes universitarios y jóvenes trabajadores, afirman que el mayor nivel resultó en los universitarios.⁽⁵⁾

Diversos estudios han comprobado la presencia de elevados niveles de ansiedad y de resiliencia en los universitarios.⁽⁶⁾ Una investigación en la población estudiantil universitaria de Panamá, concluyó que, a mayor resiliencia, menores niveles de estrés,⁽⁷⁾ en Perú confirmó la relación inversa existente entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de Psicología.⁽⁸⁾ En Chile los universitarios con niveles altos de resiliencia, mostraban bajos niveles de síntomas depresivos.⁽⁹⁾ Se ha descrito, en los estudiantes universitarios del área de la salud, una alta prevalencia de ansiedad, estrés y depresión,⁽¹⁰⁾ en Argentina una investigación en las carreras de Matemáticas y de Psicología, demostró que en ambos grupos los niveles de resiliencia resultaron similares, sin embargo, en la sintomatología depresiva las puntuaciones promedio resultaron superiores en los estudiantes de Psicología.⁽¹¹⁾

Las preocupaciones en estos, se muestran centradas en: el futuro, la educación, el matrimonio y el trabajo.⁽¹²⁾ Una de las acepciones posibles que explica el término *preocupación* la aportó Prados Atienza

para referirse a una actividad cognitiva que se inicia ante la posibilidad de un suceso negativo, se orienta, con éxito o sin él, hacia la prevención de dicho suceso o de sus consecuencias, y puede conllevar una experiencia subjetiva de perturbación.⁽¹³⁾ Estudios en Perú, han planteado que las mujeres adolescentes muestran mayor preocupación por su futuro, sus amistades y la actualidad de su país, mientras que los hombres se preocupan por el rendimiento escolar, su familia y la economía familiar.⁽¹⁴⁾ Sin embargo, en España en la Universidad de Salamanca, las mayores preocupaciones eran por la economía, los problemas sociales y las cuestiones académicas.⁽¹⁵⁾

Se considera, que algunos de los factores protectores externos de la resiliencia son: la cohesión familiar, el apoyo social, el familiar, las valoraciones positivas, la interacción positiva con los padres y las relaciones interpersonales.^(9,16-20) De esta manera se evidencia, que la percepción de sí mismo y lo complicado del sistema de relaciones, afecta el proceso formativo y la proyección profesional de los estudiantes universitarios.⁽²¹⁾ Por lo que es necesario, tomar medidas preventivas en la educación superior para minimizar la ansiedad, el estrés y las emociones desadaptativas existentes en este grupo poblacional.⁽²²⁾

Todo lo antes expuesto, evidencia la importancia de desarrollar la resiliencia en los estudiantes universitarios, que les permita enfrentar sus crisis individuales y los retos de la sociedad. Este estudio está orientado a los de Psicología, por la gran responsabilidad que se tiene, en la formación de profesionales competentes que puedan desempeñarse en las diferentes áreas de acción de ésta importante profesión.

El estudio se realizó con el objetivo de conocer las preocupaciones personales de los estudiantes de Psicología y su influencia en la resiliencia, estrés, ansiedad y depresión, con el fin de diseñar estrategias de intervención para la promoción de la resiliencia.

Metodo

Se realizó un estudio descriptivo, cuantitativo transversal, de corte inferencial correlacional, mediante muestreo intencional por conveniencia. El estudio fue realizado posterior al período de confinamiento de Covid-19

La muestra estuvo constituida por 1069 estudiantes de Psicología de la Universidad Privada San Juan Bautista (UPSJB) en Lima; de ellos, el 77 % (n=823) mujeres y el 23 % (n=246) hombres; las edades comprendidas entre 16 a 67 años ($\bar{X} = 20.96$, DS= 4,6). pertenecientes a los ciclos 1° a 9° de estudio, de las sedes/filiales Chorrillo, San Borja, Ica y Chincha.

Los criterios de inclusión: 1) ser estudiante de Psicología en la UPSJB; 2) Desempeñar su actividad estudiantil en las sedes/filial San Borja, Chorrillo, Ica o Chincha.

Instrumentos de medición:

1) Cuestionario de datos sociodemográficos, actividad estudiantil y efectos del Covid-19 (ad hoc), consta de 10 preguntas abiertas y cerradas, incluidas las referidas a las preocupaciones personales de los estudiantes.

2) Escala de resiliencia,⁽²³⁾ consta de 25 ítems, que puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es desacuerdo y 7 muy de acuerdo, la puntuación estará en un rango de 25 a 175. De ahí que, en la medida que el puntaje sea mayor, indicará un mayor nivel de resiliencia. Esta escala se desarrolla a través de dos factores: la competencia personal (17 ítems) y la aceptación de uno mismo (8 ítems), ambas representan cinco áreas de la resiliencia: satisfacción personal (4 ítems), sentirse bien solo (3 ítems), confianza en sí mismo (7 ítems), perseverancia (7 ítems). Es un instrumento de medición válido y fiable, utilizado con frecuencia en estudios de adolescentes y adultos. En este estudio, se refiere a la resiliencia en general y a sus dos factores: competencia personal y aceptación de uno mismo. La escala aplicada en Perú, en su versión peruana para estudiantes universitarios resultó, confiable de acuerdo con el alfa de Cronbach en general, Resiliencia ($\alpha = 0.87$).⁽²⁴⁾

3) Escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21).⁽²⁵⁾ Las tres escalas de autorreporte dimensional evalúan la presencia e intensidad de estados afectivos de depresión, ansiedad y estrés. Cada ítem se responde de acuerdo a lo sentido en la última semana en una escala de respuesta tipo Likert de 0 a 3 puntos, cada escala de 7 ítems, su puntaje total se calcula con la suma de los ítems pertenecientes a la referida escala, varía entre 0 a 21 puntos. El instrumento demostró ser confiable en un estudio anterior, con una muestra de participantes peruanos, aplicada de acuerdo con el alfa de Cronbach: Ansiedad ($\alpha = 0.89$), Depresión ($\alpha = 0.87$) y Estrés ($\alpha = 0.89$).

Este estudio forma parte del proyecto de investigación aprobado por el Comité de Ética UPSJB, en Lima; se solicitó autorización a la Dirección de la Escuela de Psicología para la aplicación de la batería de pruebas, previo consentimiento informado, a realizar de forma simultánea en las aulas; respondieron de forma voluntaria y anónima, a través de link Microsoft forms Código QR, durante los días 10 – 22 de julio 2023. Se tomó en consideración los principios éticos enunciados en la Declaración de Helsinki y de acuerdo a la Ley Orgánica 3/2018 del 5 de diciembre, sobre la Protección de los Datos Personales.

Para el procesamiento de datos se utilizó SPSSv26, los estadísticos descriptivos para cada variable (media, mediana), dispersión (desviación típica), distribuciones de frecuencias; en los análisis de comparaciones se utilizó el χ^2 para comparar las variables sociodemográficas con las variables estudiadas, el coeficiente de contingencia para valorar el tamaño del efecto, se compararon las medias de los diferentes grupos de estudio con la prueba de t student, el análisis de varianza (ANOVA).

Resultados

Los resultados muestran las diferentes preocupaciones personales de los estudiantes de Psicología, y en qué medida se manifiestan, el mayor porcentaje está relacionado con su familia, seguido de las relaciones de pareja, y con amigos.

Tabla 1. Datos sobre preocupaciones de los estudiantes de Psicología

Variable / categorías	f	%
Preocupación por relaciones familiar		
Sí	407	38.1
No	662	61.9
Preocupación por familiar cercano enfermo		
Sí	405	37.9
No	664	62.1
Preocupación por relación con la pareja		
Sí	212	19.8
No	857	80.2
Preocupación por Relación con Amigos		
Sí	236	22.1
No	833	77.9

Nota.- f: frecuencia y %: porcentaje. Elaboración propia

En la Tabla 1, se observa que, aunque existe una preocupación significativa por las relaciones familiares, los estudiantes de Psicología, en su mayoría no considera que dichas relaciones sean una fuente principal de preocupación.

En cuanto a la preocupación por un familiar cercano enfermo, puede estar relacionado con la responsabilidad percibida o el estrés emocional vinculado al bienestar de seres queridos.

Respecto a la relación de pareja, no la señalan como una fuente de preocupación, estos resultados podrían sugerir que un porcentaje considerable de la muestra podría no estar en una relación de pareja.

Por último, la preocupación por la relación con amigos, no se manifiesta, lo cual podría interpretarse como que la mayoría de los estudiantes de Psicología se sienten seguros en sus relaciones de amistad.



Tabla 2. Niveles de resiliencia en relación con tener familiar cercano enfermo

Variables de comparación	Categoría	Est.	Niveles de resiliencia					Pruebas estadísticas
			Muy bajo	Bajo	Medio	Alto	Muy alto	
Resiliencia según si tiene familiar cercano enfermo	No	f	78	135	131	161	159	X ² =14.978; p=.005 V de Cramer .118
		R.E.	-1.7	-.8	1.1	.6	.6	
	Sí	f	75	98	60	87	85	
		R.E.	2.2	1.0	-1.5	-.7	-.8	
F1 según si tiene familiar cercano enfermo	No	f	59	160	146	211	88	X ² =21.478; p<.001 V de Cramer .142
		R.E.	-1.7	-1.4	1.5	1.0	.2	
	Sí	f	60	127	62	106	50	
		R.E.	2.2	1.8	-1.9	-1.3	-.3	
F2 según si tiene familiar cercano enfermo	No	f	84	165	153	99	163	X ² =6.230; p=.183
		R.E.	-1.3	.1	.5	-.2	.6	
	Sí	f	72	99	84	63	87	
		R.E.	1.7	-.1	-.6	.2	-.8	

Nota.- F1: dimensión Competencia personal; F2: dimensión Aceptación de sí mismo; Est.: estadísticos; f: frecuencia; R.E.: X²: Valor de la distribución Chi cuadrado; p: significancia estadística basada en la probabilidad a nivel de .05; V de Cramer: valor para la interpretación del tamaño del efecto. Elaboración propia.

En la Tabla 2, los resultados muestran que hay una asociación estadísticamente significativa entre los niveles de resiliencia general y tener un familiar cercano enfermo. Los estudiantes de Psicología sin familiar cercano enfermo tienen una mayor tendencia a reportar niveles medios de resiliencia, mientras que aquellos con familiar enfermo tienen una mayor tendencia a reportar niveles muy bajos de resiliencia.

En el factor competencia personal (F1), la asociación es aún más fuerte, los estudiantes de Psicología sin familiar cercano enfermo muestran una tendencia mayor hacia niveles altos de competencia personal, mientras que aquellos con familiar cercano enfermo tienen una tendencia mayor hacia niveles bajos.

Para el factor de Aceptación de uno mismo (F2), no se observa una asociación significativa, ya que el valor de p es de .183, lo que indica que la presencia de un familiar cercano enfermo no tiene un impacto estadísticamente significativo en cómo los estudiantes de Psicología se aceptan a sí mismos.



Tabla 3. Niveles de resiliencia relacionados con la preocupación por las relaciones familiares

Variables de comparación	Categoría	Est.	Niveles de resiliencia					Pruebas estadísticas
			Muy bajo	Bajo	Medio	Alto	Muy alto	
Resiliencia según preocupaciones por las relaciones familiares	Sí	f R.E.	76 2.3	98 1.0	60 -1.5	88 -.7	85 -.8	X ² =15.685; p=.003 V de Cramer .121
	No	f R.E.	77 -1.8	135 -.8	131 1.2	160 .5	159 .6	
F1 según preocupaciones por las relaciones familiares	Sí	f R.E.	61 2.3	127 1.7	62 -1.9	107 -1.2	50 -.4	X ² =22.157; p<.001 V de Cramer .144
	No	f R.E.	58 -1.8	160 -1.3	146 1.5	210 1.0	88 .3	
F2 según preocupaciones por las relaciones familiares	Sí	f R.E.	73 1.8	99 -.2	84 -.7	64 .3	87 -.8	X ² =7.042; p=.134
	No	f R.E.	83 -1.4	165 .1	153 .5	98 -.2	163 .7	

Nota.- F1: dimensión Competencia personal; F2: dimensión Aceptación de si mismo; Est.: estadísticos; f: frecuencia; R.E.: X²: Valor de la distribución Chi cuadrado; p: significancia estadística basada en la probabilidad a nivel de .05; Phi y V de Cramer: valor para la interpretación del tamaño del efecto. Elaboración propia.

La Tabla 3 en cuanto a la resiliencia general, muestra que los datos indican una asociación estadísticamente significativa con las preocupaciones por las relaciones familiares (p = .003). Los estudiantes de Psicología con preocupaciones tienen una mayor frecuencia de niveles muy bajos y bajos de resiliencia, mientras que aquellos sin tales preocupaciones tienden a tener una frecuencia mayor en el nivel medio de resiliencia.

Para el factor de competencia personal (F1), la asociación es más fuerte (p < .001), con individuos preocupados por las relaciones familiares con una mayor tendencia a niveles muy bajos y bajos de competencia personal. A su vez, aquellos sin preocupaciones muestran una mayor tendencia hacia el nivel alto de competencia personal, pero más pronunciado que en la resiliencia general.

En el factor de aceptación de uno mismo (F2), no se encuentra una asociación significativa (p = .134), indica que la presencia de preocupaciones por las relaciones familiares no tiene un efecto estadísticamente significativo en cómo los estudiantes de Psicología se aceptan a sí mismos.



Tabla 4. Niveles de resiliencia en correspondencia con preocupaciones por las relaciones con amigos

Variables de comparación	Categoría	Est.	Niveles de resiliencia					Pruebas estadísticas
			Muy bajo	Bajo	Medio	Alto	Muy alto	
Resiliencia según preocupaciones por las relaciones con amigos	Sí	f R.E.	52 3.1	67 2.2	34 -1.3	47 -1.0	36 -2.4	X ² =29.701; p<.001 V de Cramer .167
	No	f R.E.	101 -1.7	166 -1.2	157 .7	201 .6	208 1.3	
F1 según preocupaciones por las relaciones con amigos	Sí	f R.E.	39 2.5	81 2.2	41 -.7	57 -1.6	18 -2.3	X ² =24.530; p<.001 V de Cramer .151
	No	f R.E.	80 -1.3	206 -1.2	167 .4	260 .8	120 1.2	
F2 según preocupaciones por las relaciones con amigos	Sí	f R.E.	49 2.5	68 1.3	49 -.5	30 -1.0	40 -2.0	X ² =16.808; p=.002 V de Cramer .125
	No	f R.E.	107 -1.3	196 -.7	188 .2	132 .5	210 1.1	

Nota.- F1: dimensión Competencia personal; F2: dimensión Aceptación de si mismo; Est.: estadísticos; f: frecuencia; R.E.: X²: Valor de la distribución Chi cuadrado; p: significancia estadística basada en la probabilidad a nivel de .05; Phi y V de Cramer: valor para la interpretación del tamaño del efecto. Elaboración propia.

En la Tabla 4 específicamente, los individuos que sí tienen preocupaciones por las relaciones con amigos presentan niveles más bajos de resiliencia en general y en el factor de competencia personal. En contraste, los que no reportan preocupaciones tienden a tener niveles de resiliencia y competencia personal más altos de lo esperado.

Para la aceptación de uno mismo, aunque también existe una asociación significativa, los estudiantes preocupados por las amistades tienen mayor probabilidad de reportar niveles más bajos de aceptación de uno mismo, mientras que los que no tienen estas preocupaciones muestran una tendencia hacia niveles más altos.



Tabla 5. Niveles de estrés, depresión y ansiedad, en relación con familiar cercano enfermo

Variables de comparación	Categoría	Est.	Niveles					Pruebas estadísticas
			Normal	Leve	Moderado	Grave	Extr. Grave	
Estrés según si tiene familiar cercano enfermo	No	F R.E.	626 .8	31 -2.2	7 -1.4			X ² =19.717; p<.001 V de Cramer .136
	SÍ	F R.E.	350 -1.0	43 2.8	12 1.8			
Depresión según si tiene familiar cercano enfermo	No	F R.E.	543 1.1	71 -1.1	49 -1.5	1 -1.4		X ² =18.042; p<.001 V de Cramer .130
	SÍ	F R.E.	291 -1.4	60 1.5	49 1.9	5 1.8		
Ansiedad según si tiene familiar cercano enfermo	No	F R.E.	492 1.4	66 .3	79 -2.1	23 -1.8	4 -.7	X ² =27.296; p<.001 V de Cramer .160
	SÍ	F R.E.	250 -1.9	37 -.3	82 2.7	31 2.3	5 .9	

Nota.- Est.: estadísticos; f: frecuencia; R.E.: X²: Valor de la distribución Chi cuadrado; p: significancia estadística basada en la probabilidad a nivel de .05; V de Cramer: valor para la interpretación del tamaño del efecto. Elaboración propia.

En la Tabla 5 se confirma una asociación estadísticamente significativa entre la presencia de un familiar cercano enfermo y mayores niveles de estrés, depresión y ansiedad. Específicamente, el estrés leve y moderado, así como en la depresión y ansiedad moderada y grave, son mayores para aquellos con un familiar enfermo, lo cual indica que reportan estos niveles con mayor frecuencia que lo esperado estadísticamente.

Tabla 6. Niveles de estrés, depresión y ansiedad, en preocupación por las relaciones familiares

Variables de comparación	Categoría	Est.	Niveles					Pruebas estadísticas
			Normal	Leve	Moderado	Grave	Extr. Grave	
Estrés según preocupaciones por las relaciones familiares	Sí	f R.E.	352 -1.0	43 2.8	12 1.8			X ² =19.337; p<.001 V de Cramer .134
	No	f R.E.	624 .8	31 -2.2	7 -1.4			
Depresión según preocupaciones por las relaciones familiares	Sí	f R.E.	293 -1.4	60 1.4	49 1.9	5 1.8		X ² =17.504; p<.001 V de Cramer .128
	No	f R.E.	541 1.1	71 -1.1	49 -1.5	1 -1.4		
Ansiedad según preocupaciones por las relaciones familiares	Sí	f R.E.	252 -1.8	37 -.4	82 2.6	31 2.3	5 .8	X ² =26.539; p<.001 V de Cramer .158
	No	f R.E.	490 1.4	66 .3	79 -2.1	23 -1.8	4 -.7	

Nota.- Est.: estadísticos; f: frecuencia; R.E.: X²: Valor de la distribución Chi cuadrado; p: significancia estadística basada en la probabilidad a nivel de .05; Phi y V de Cramer: valor para la interpretación del tamaño del efecto. Elaboración propia



En la Tabla 6 se evidencia que el estrés relacionado con las preocupaciones por las relaciones familiares, muestran que quienes sí las tienen presentan una asociación significativa con niveles de estrés leve y moderado. Por otro lado, quienes no las tienen no muestran una asociación significativa en ninguna de las categorías de estrés.

Con respecto a la depresión según las preocupaciones por las relaciones familiares, aquellos que sí las tienen muestran una asociación significativa con niveles leve y moderado de depresión, y un menor, pero todavía significativo de 1.8 para grave. Aquellos que no tienen estas preocupaciones no muestran una asociación significativa en ninguna categoría de depresión.

En relación con la ansiedad y las preocupaciones por las relaciones familiares, aquellos que las tienen muestran asociaciones significativas con ansiedad moderada y grave. Para aquellos sin estas preocupaciones, no hay asociaciones significativas en ninguna categoría de ansiedad.

Tabla 7. Niveles de estrés, depresión y ansiedad, en correspondencia por las relaciones con amigos

Variables de comparación	Categoría	Est.	Niveles					Pruebas estadísticas
			Normal	Leve	Moderado	Grave	Extr. Grave	
Estrés según preocupaciones por las relaciones con amigos	Sí	f R.E.	206 -.6	21 1.2	9 2.3	-- --	-- --	X ² =9.307; p=.010 V de Cramer .093
	No	f R.E.	770 .3	53 -.6	10 -1.2	-- --	-- --	
Depresión según preocupaciones por las relaciones con amigos	Sí	f R.E.	159 -1.9	46 3.2	28 1.4	3 1.5	-- --	X ² =22.465; p<.001 V de Cramer .145
	No	f R.E.	675 1.0	85 -1.7	70 -.7	3 -.8	-- --	
Ansiedad según preocupaciones por las relaciones con amigos	Sí	f R.E.	150 -1.1	25 .5	41 .9	16 1.2	4 1.4	X ² =7.266; p=.123
	No	f R.E.	592 .6	78 -.3	120 -.5	38 -.6	5 -.8	

Nota.- Est.: estadísticos; f: frecuencia; R.E.: X²: Valor de la distribución Chi cuadrado; p: significancia estadística basada en la probabilidad a nivel de .05; Phi y V de Cramer: valor para la interpretación del tamaño del efecto. Elaboración propia

En la Tabla 7 referente al estrés debido a preocupaciones por las relaciones con amigos, los estudiantes de Psicología que sí tienen esas preocupaciones muestran una asociación significativa con niveles de estrés leve y moderado. Aquellos sin preocupaciones no muestran asociaciones significativas en ninguna categoría de estrés.

En cuanto a la depresión y la preocupación por las relaciones con amigos, aquellos que sí tienen preocupaciones presentan una asociación significativa con niveles leve y moderado de depresión, y un



R.E. de 1.5 para depresión grave. Las personas que no tienen preocupaciones por las relaciones con amigos no demuestran una asociación significativa en ninguna categoría de depresión,

Respecto a la ansiedad en relación con las preocupaciones por las relaciones con amigos, los datos sugieren que no hay una asociación significativa con los niveles de ansiedad. De ahí que, a diferencia del estrés y la depresión, la preocupación por las relaciones con amigos no se asocia significativamente con niveles aumentados de ansiedad en la muestra estudiada.

En resumen, los resultados indican que existen asociaciones estadísticamente significativas entre la preocupación por las relaciones con amigos y niveles elevados de estrés y depresión, pero no con ansiedad.

Discusión

Las familias muestran de diversas maneras sus preocupaciones, las fuentes de conflicto y sus recursos personales, para poder asumirlos y es así como los aspectos más relevantes son aceptados por todos sus miembros.⁽²⁶⁾ Los estudiantes de Psicología, forman parte de sus diferentes realidades familiares, de ahí que, las preocupaciones relacionadas con familiares cercanos enfermos, haya sido la causa más común de preocupación entre ellos, seguida de otras preocupaciones familiares, derivadas de las conocidas situaciones desfavorables vividas durante el confinamiento por Covid-19, que generó incertidumbre, miedos a la enfermedad, a la pérdida de seres queridos, entre otras afectaciones, que como han planteado los autores Contreras-Olive, Miranda-Gómez & Fabelo-Roche, muestran empeoramiento de la salud mental.⁽²⁸⁾

Se podría interpretar que la preocupación por un familiar cercano enfermo está relacionada con una disminución en la percepción de la Competencia Personal y, en menor medida, en la Resiliencia general. La falta de una asociación significativa en la aceptación de uno mismo, sugiere que este factor de la resiliencia podría estar más influenciada por factores internos del individuo y sus necesidades psicosociales que, como algunos autores señalan, aumenta el malestar psicológico de los universitarios.⁽²⁷⁾

Las preocupaciones por las relaciones familiares pueden tener un impacto negativo en la percepción de la competencia personal y en los niveles generales de resiliencia. El hecho de que la aceptación de uno mismo no se vea significativamente afectada podría implicar que este factor de la resiliencia es más resistente a las tensiones externas, y coincide con lo referido por otros autores, se evidencia que la interacción positiva de los estudiantes con sus familiares es uno de los factores protectores externos relacionados con la resiliencia.⁽¹⁷⁻¹⁹⁾

Estos resultados subrayan que las preocupaciones por las relaciones con amigos están vinculadas a una percepción reducida de la capacidad para afrontar desafíos y una menor autovaloración; y en

concordancia con lo planteado por otros autores, se enfatiza la importancia de la calidad de las relaciones interpersonales cuando se evalúan o intervienen factores de resiliencia.^(18, 20)

Los resultados sugieren que quienes tienen un familiar cercano enfermo pueden experimentar una carga psicológica mayor, manifestándose en elevados niveles de estrés, depresión y ansiedad, que se acrecentó con las restricciones del confinamiento por Covid-19, éstas además, modificaron la rutina de los estudiantes universitarios, por lo que coincide con las consideraciones de los autores Leonangeli, Michelini & Montejano, que resaltan el impacto en la salud mental.⁽²⁹⁾

Las preocupaciones por las relaciones familiares están asociadas significativamente con niveles aumentados de estrés, depresión y ansiedad, algunos autores destacan la importancia de la cohesión familiar y el apoyo social, en consonancia con nuestro resultado, esas variables relacionadas con la resiliencia mejorarían los niveles de estrés, ansiedad y depresión de los estudiantes.⁽¹⁸⁾

En cuanto a la calidad de las relaciones con los amigos tiene un impacto considerable en el bienestar psicológico de los estudiantes en términos de estrés y depresión, que coincide con lo planteado por los autores Martínez & Moroto (2001) éstas preocupaciones se centran en lograr mejores vínculos amistosos.⁽¹⁴⁾

Como limitación de este estudio se considera que, al haber sido el procedimiento de muestreo a conveniencia, dirigido a los estudiantes de Psicología de la Universidad Privada San Juan Bautista, en Lima, podría estar sesgado de alguna manera los datos, quizás si hubieran sido incluidos estudiantes de Psicología de otras Universidades Privadas en Lima, los resultados tendrían una mayor cifra de prevalencia de las preocupaciones personales de los estudiantes.

Conclusión

Los estudiantes de Psicología participantes en este estudio post-confinamiento por Covid-19, manifestaron como preocupaciones personales más relevantes, las referidas a tener un familiar cercano enfermo, las relaciones familiares y relaciones con amigos, que han influido en sus niveles de resiliencia, estrés, ansiedad y depresión de la siguiente manera:

En la medida que la preocupación por un familiar cercano enfermo sea elevada, alcanzará niveles de resiliencia muy bajos, niveles de estrés leves–moderados, niveles de ansiedad y depresión moderados–graves.

Si la preocupación por las relaciones familiares resulta elevada, padecerá niveles muy bajos–bajos de resiliencia, niveles leves–moderados de estrés y depresión, niveles moderados–graves de ansiedad.



En cuanto a la preocupación por las relaciones con amigos, si es elevada, obtendrá niveles muy bajos-bajos de resiliencia, niveles leves – moderados de estrés y depresión.

Será fundamental utilizar la información aportada, para diseñar y poner en práctica estrategias de intervención que permitan prevenir y/o disminuir la sintomatología de estrés, ansiedad y depresión, centrada en promover la resiliencia, a través de programas psicoeducativos y psicosociales, orientados a todos los estudiantes de Psicología de la UPSJB, y en específico, apoyar a aquellos que cuidan a familiares cercanos enfermos, y a los que tienen preocupaciones por las relaciones familiares, con un enfoque orientado a mejorar la Competencia Personal para fortalecer la Resiliencia general.

Referencias bibliográficas

1. López-Alonso A, Liébana-Presa C, Sánchez-Valdeón L, López-Aguado M, Quiñones-Pérez M, Fernández-Martínez E. La universidad como un entorno saludable: un estudio transversal. *Enfermería Global* [Internet]. 2021 [citado 2024 Abr 17]; 20(63): 221-243. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-1412021000300008&lng=es. Epub 02-Ago-2021. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.441601>
2. Sharp J, Theiler S. A review of psychological distress among university students: Pervasiveness, implications and potential points of intervention. *International Journal for the Advancement of Counselling* 2018; 40: 193-212. <https://doi.org/10.1007/S10447-018-9321-7>
3. American Psychological Association. *El Camino a la Resiliencia* [The Road to Resilience] 2011. <http://www.apa.org/centrodeapoyo/resilienciacamino>
4. Villalba Condori KO, Avello Martínez R. Resiliencia como factor determinante para la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. *Educación Médica Superior* [Internet]. 2019 Sep [citado 2022 Nov 01];33(3):e1845. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412019000300007&lng=es. Epub 01-Sep-2019.
5. Hernández León J, Caldera Montes JF, Reynoso González OU, Caldera Zamora IA, Salcedo Orozco S. Resiliencia. Diferencias entre estudiantes universitarios y jóvenes trabajadores. *Pensamiento Psicológico*. 2020; 18(1), 21-30. <https://doi.org/10.11144/javerianacali.ppsi18-1.rdeu>
6. Valle Cortez CA, Villegas Larios MY, Arias Flores C, Lizárraga de Maguiña I. Ansiedad y resiliencia en tiempos de covid19 en estudiantes universitarios Chiclayo 2020. *Revista científica URAE*. 2022; 5(1), 3–16. <https://doi.org/10.26495/curae.v5i1.2198>



7. Saldaña, G, Correa, I. Resiliencia y manifestaciones de estrés en Estudiantes Universitarios durante la Pandemia por COVID-19. *Espectro Investigativo Latinoamericano*. 2022; 4(1), 23–29. Recuperado a partir de <https://revista.isaeuniversidad.ac.pa/index.php/EIL/article/view/71>
8. Campos M, Garay E. Resiliencia y estrés académico en universitarios de psicología en tiempos de aprendizaje virtual de una Universidad Privada de Huancayo-2020. 2021. <https://hdl.handle.net/20.500.12848/2247>
9. Adones Honores WL, Urbina Contreras BB, Tello Araya NB, Salas Cárcamo JC, López Mujica MB. Correlación entre Sintomatología Depresiva y Resiliencia en Estudiantes Universitarios de La Conurbación La Serena – Coquimbo, Chile. *Revista Científica de Psicología Eureka*. 2023, 20 (1)
10. Freitas PHB, Meireles AL, Ribeiro IKS, Abreu MNS, Paula W, Cardoso CS. Symptoms of depression, anxiety and stress in health students and impact on quality of life. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. 2023; 31, 3885. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.6315.3885>
11. Maximiliano P. Resiliencia y sintomatología depresiva en estudiantes de psicología y matemática. *PSOCIAL Journal of Research in Social Psychology*. 2016; 2 (2), pp.15-32. ISSN 2422-619X
12. Barahmand U. Worry and Problem Skills in University Students. *Journal Psychology*. 2010 ; 1 (2), 105 – 111. DOI: [10.1080/09764224.2010.11885452](https://doi.org/10.1080/09764224.2010.11885452)
13. Prados Atiena J. La preocupación: teoría e intervención. Tesis Doctorado, Universidad Complutense de Madrid. 2002. <https://dialnet.unirojaes/servlet/tesis?codigo=16541>
14. Martínez Uribe P, Morote R. Preocupaciones de adolescentes de Lima y sus estilos de afrontamiento. *Revista de Psicología de la PUCP*. 2001; 19(2).
15. Haro Escribano B. Análisis de las preocupaciones de los universitarios de Salamanca en una época de crisis. Conference: Congreso Internacional de Servicios Sociales y Socio Sanitarios “Retos y perspectivas en 2020 para la protección y el desarrollo social”. 2016; Vol.1, 434-443. DOI:[10.13140/RG.2.1.2252.7766](https://doi.org/10.13140/RG.2.1.2252.7766)
16. Carboneil DM, Reinherz HZ, Giaconia RM. Risk and resilience in late adolescence. *Child and Adolescent social work Journal*, 1998; 15 (4), 251 – 272. <https://doi.org/10.1023/a:1025107827111>



17. Afifi TO, MacMillan HL. Resilience following child maltreatment: A review of protective factors. *Canadian Journal of Psychiatry*, 2011; 56 (5), 266 – 272. <https://doi.org/10.1177/070674371105600505>
18. Carboneil DM, Reinherz HZ, Giaconia RM, Stashwick CK, Paradis AD, Beardslee WR. Adolescent Protective Factors Promoting Resilience in Young Adults at Risk for Depression. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 2002; 19(5), 393 – 412. <https://doi.org/10.1023/a:1020274531345>
19. Vanderbilt-Adriance, E, Shaw, DS. Protective factors and the development of resilience in the context of neighborhood disadvantage. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 2008; 36(6), 887-901. <https://doi.org/10.1007/s10802-008-9220-1>
20. Sameroff AJ, Rosenblum, KL. Psychosocial constraints on the development of resilience. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 2006; 1094, 116 – 124. <https://doi.org/10.1196/annals.1376.010>
21. Estupiñán Aponte MR. Problemas psicosociales en estudiantes universitarios. *Revista Salud, Historia Y Sanidad*, 2018; 12(1), 185–198. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4681219>
22. Martínez-Lorca M, Zabala Baños MC, Morales Calvo S, Aguado Romo R, Martínez-Lorca A. Mental Health, affect and emotions in Spanish university students of Health and Social Sciences. *Retos*. 2023; 49, 163–173. <https://doi.org/10.47197/retos.v49.97652>
23. Wagnild GM, Young HM. Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*. 1993; 1(2). 165 – 177. PMID: 7850498
24. Gómez Chacaltana MA. Estandarización de la Escala de Resiliencia de Walnig & Young en universitarios de Lima metropolitana. Lima Perú: Universidad Ricardo Palma; 2019. Disponible en: <https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/1921>
25. Lovibond SH, Lovibond PF. *Depression Anxiety Stress Scales (DASS--21, DASS--42)* [Database record]. APA PsycTests. 1995. <https://doi.org/10.1037/t01004-000>



26. González-Pasarín L, Bernedo IM. Principales preocupaciones, conflictos y recursos de afrontamiento en familias durante el confinamiento por Covid-19. *Interdisciplinaria*. 2023; 40 (3), 2 – 28. <https://doi.org/10.16888/interd.2023.40.3.27>
27. Tindle R, Castillo P, Doring N, Grant L, Willis R. Developing and validating a university needs instrument to measure the psychosocial needs of university students. *The British Journal Educational Psychology*. 2022, 92(4):1550-1570. doi: 10.1111/bjep.12515.
28. Contreras-Olive Y, Miranda-Gómez O, Fabelo-Roche J. Consumo de sustancias psicoactivas en personas no adictas durante la pandemia de Covid-19. *Revista del Hospital Psiquiátrico de La Habana* [Internet]. 2024 [citado 7 jun 2024]; 21(1) Disponible en: <https://revhph.sld.cu/index.php/hph/article/view/455>
29. Leonangeli S, Michelini Y, Montejano GR. Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios antes y durante los primeros tres meses de cuarentena por Covid-19-. **Revista Colombiana de Psiquiatría**. 2022. Doi: 10.1016/j.rcp.2022.04.008. Epub ahead of print. PMID:35663410; PMCID: PMC9135671.

Conflictos de intereses: Los autores de la investigación declaran que no existe conflictos de intereses.

Contribución de autoría:

Conceptualización: Alina de las Mercedes Campos Puente

Curación de datos: Luis Alberto Barboza Zelada; Guillermo Oscar Prado Minchola; Lourdes Elena de Taboada Amat y León

Análisis formal: Alina de las Mercedes Campos Puente ; Jacinto Alberto Quistgaard Álvarez; Luis Alberto Barboza Zelada; Delia Gladys Rico Chanamé; Lourdes Elena de Taboada Amat ; León Mercedes Patricia Morales Velásquez; Guillermo Oscar Prado Minchola; César Augusto González Quiñones

Investigación: Alina de las Mercedes Campos Puente; Jacinto Alberto Quistgaard Álvarez; Luis Alberto Barboza Zelada; Delia Gladys Rico Chanamé; Lourdes Elena de Taboada Amat y León Mercedes Patricia Morales Velásquez; Guillermo Oscar Prado Minchola

Metodología: Alina de las Mercedes Campos Puente, Luis Alberto Barboza Zelada



Administración del proyecto: Alina de las Mercedes Campos Puente

Software: César Augusto González Quiñones

Supervisión: Alina de las Mercedes Campos Puente

Validación: Alina de las Mercedes Campos Puente ; Jacinto Alberto Quistgaard Álvarez; Luis Alberto Barboza Zelada

Visualización: Alina de las Mercedes Campos Puente; Jacinto Alberto Quistgaard Álvarez

Redacción – borrador original: Alina de las Mercedes Campos Puente

Redacción – revisión y edición: Alina de las Mercedes Campos Puente; Jacinto Alberto Quistgaard Álvarez

Fondos: Esta investigación ha sido realizada con los fondos concursables de la Universidad Privada San Juan Bautista, en Lima, a través del Proyecto Financiado 2023, Código PI0130.

