



Veritas & Research  
ISSN 2697-3375  
Vol. 4|N° 1| 2022

**Edita:**

Pontificia Universidad  
Católica del Ecuador  
Sede Ambato

**Sección:**

Cartas al editor

**Recibido:** 08/02/2022

**Aceptado:** 01/04/2022

**Publicado:** 30/04/2022

**Citar como:**

Jiménez-Borja, M. &  
Borja-Álvarez, T.  
(2022). *Mentes  
Saludables, una  
iniciativa para aclarar el  
panorama de la salud  
mental en Ecuador.*  
*Veritas & Research,*  
4(1), 1-3.

Autor correspondal:

[mjimenezb@usfq.edu.ec](mailto:mjimenezb@usfq.edu.ec)

**Licencia:**

Creative Commons  
Atribución-No  
Comercial-Sin Derivadas  
4.0 Internacional (CC  
BY-NC-ND 4.0)



Los autores mediante el documento "Declaración de originalidad y Cesión de derechos de autor transfieren a la revista los derechos patrimoniales que tienen de la obra para que se puedan realizar copias y distribución de los contenidos por cualquier medio disponible y en Acceso Abierto, siempre que se mantenga el reconocimiento de sus autores y no se haga uso comercial de la obra.

## *Mentes Saludables, una iniciativa para aclarar el panorama de la salud mental en Ecuador*

### *Healthy Minds, an Initiative to Clarify the Scene of Mental Health in Ecuador*

### *Healthy Minds, uma iniciativa para esclarecer o cenário da saúde mental no Equador*

Micaela Jiménez-Borja <sup>a</sup>. & Teresa Borja-Álvarez <sup>a</sup>.

<sup>a</sup> Universidad San Francisco de Quito USFQ, Ecuador

Señor editor:

Aprovechamos este valioso espacio de comunicación y difusión para abordar un tema urgente: la salud mental de nuestros estudiantes pertenecientes al sistema de educación superior. Numerosos estudios concluyen que la mayoría de las dificultades mentales comienzan o empeoran en esta etapa de la vida (Kessler *et al.*, 2007). Ansiedad, depresión, trastornos alimentarios, conductas suicidas, autolesivas y abuso de sustancias son frecuentes entre los estudiantes de educación superior (Lipson *et al.*, 2022). El panorama se complica aún más si consideramos que estos problemas de salud mental se asocian con un bajo rendimiento y deserción académica, afectando así de manera permanente el futuro de los jóvenes pues, conducen potencialmente al desempleo, abuso de sustancias, suicidio, conductas delictivas, violentas y/o sexualmente riesgosas (Farré, Fasani & Mueller, 2018; Lipson & Eisenberg, 2017). Resulta entonces evidente la urgencia de investigar la prevalencia de los problemas de salud mental justamente en esta población.

Dicho estudio, además, debe tomar en cuenta que las dificultades de salud mental se manifiestan de manera específica en diferentes grupos (edad, género, etnia, carrera, etc.) y, por lo tanto, debe incluir las herramientas estadísticas necesarias para analizar su prevalencia en cada grupo por separado. Lamentablemente, son escasas las investigaciones publicadas en América Latina enfocadas específicamente en las dificultades mentales en estudiantes de educación superior (Moreta-Herrera, Zambrano-Estrella, Sánchez-Vélez & Naranjo-Vaca, 2021; Razzouk, Zorzetto, Dubugras, Gerolin & Mari, 2007). Los principales esfuerzos para medir el estado de salud mental entre los estudiantes de educación superior han dado resultados de prevalencia muy diversos. Por dar un ejemplo, Torres y colaboradores (2017) observaron prevalencias en depresión del 6% en Ecuador, mientras que Amézquita, González y Zuluaga (2003) arrojaron porcentajes del 49.8% del mismo estado en estudiantes universitarios de nuestro país vecino, Colombia. Sucedió lo mismo a la hora de estudiar los niveles de ansiedad. Torres y colaboradores (2017) encuentran prevalencias de ansiedad generalizada de 0.02% en Ecuador mientras que Saravia-Bartra, Cazorla-Saravia, Cedillo-Ramírez (2020) nos hablan de un porcentaje de hasta 75% en estudiantes de medicina en Perú. Otro caso similar es el de Micin y Bagladi (2011) quienes en Chile hallaron prevalencias de trastornos alimentarios del 6% mientras que Torres y colaboradores (2017) reportaron un 32%

de estudiantes afectados en el Ecuador. Sobre decir que, ante estos rangos tan diversos y con estudios tan escasos, resulta difícil definir o llegar a conclusiones generales respecto a la prevalencia de problemas de salud mental en estudiantes de educación superior en Latinoamérica. A consecuencia de ello, es difícil diseñar propuestas de políticas públicas de salud mental que sean coherentes con los datos arrojados por las investigaciones.

Desafortunadamente, los estudios realizados en nuestra región no utilizan metodologías o medidas homogéneas que nos permitan cotejarlos adecuadamente a fin de desarrollar comparaciones transculturales, entre otros análisis importantes. Dichas comparaciones, sumadas al conocimiento sobre las prevalencias de problemas de salud mental según el país, podrían ilustrar los posibles factores psicológicos, sociales y/o culturales que expliquen las diferencias regionales. Este saber nos permitiría definir políticas públicas específicas, dirigidas a las instituciones de educación superior de cada región. Además, los centros educativos podrían utilizar estos datos comparativos para desarrollar estrategias eficaces de prevención e intervención en sus respectivos campus. Por otro lado, si resulta que las prevalencias son similares entre regiones o instituciones educativas, podríamos generar sinergia entre los sistemas de salud y educativos, y colaborativamente buscar soluciones efectivas a los problemas de salud mental de nuestros estudiantes universitarios.

Es evidente, pues, la importancia y urgencia de un esfuerzo conjunto para homologar nuestras herramientas metodológicas a la hora de recabar datos sobre la salud mental de los estudiantes de educación superior. De esta manera, la información levantada, acumulada y compartida desde diversos países nos permitirá desarrollar comparaciones y arrojará conclusiones significativas y relevantes, a partir de las cuales podremos pasar a una acción efectiva.

Algunos autores sugieren que las dificultades mentales pueden deberse a problemas de adaptación a los nuevos estresores y al paso de la escuela a la universidad (Saleh, Camart & Romo, 2017). Los problemas de

salud mental durante estos años se han asociado con una mayor deserción universitaria, bajo rendimiento académico y actitudes y expectativas académicas negativas (Lipson & Eisenberg, 2017).

Conscientes de esta realidad, en el año 2018 nuestro grupo de investigación inició el proyecto Mentes Saludables, con el apoyo de la Universidad San Francisco de Quito, para examinar la situación de la salud mental de los universitarios en el Ecuador. Para ello, nos asociamos con el doctor Daniel Eisenberg de la Universidad de Michigan, USA ([www.healthymindsnetwork.org/](http://www.healthymindsnetwork.org/)) quien junto a su equipo de investigadores ha desarrollado una batería apta para medir una variedad de problemas de salud mental, a la cual nosotros hemos adaptado al español. Hasta el momento, el equipo de la Universidad de Michigan ha logrado recolectar más de 550.000 datos de más de 400 universidades en los Estados Unidos. La batería desarrollada por *The Healthy Minds Network* y adaptada por Mentes Saludables mide varios problemas de salud mental tales como depresión, ansiedad, desórdenes alimentarios, suicidio, autolesiones, consumo de sustancias, entre otros. Esta batería también considera los estigmas sobre salud mental y conocimiento, actitud y utilización de servicios de salud mental, elementos fundamentales a la hora de examinar esta problemática.

Mentes Saludables busca reunir investigadores interesados en colaborar en el levantamiento de datos en sus respectivas instituciones de educación superior, sumándose así a esta iniciativa por aclarar el panorama de la salud mental en Ecuador. Eventualmente, nuestro equipo también buscará la cooperación de otros investigadores en Latinoamérica para que hagan uso de esta misma batería a la hora de recoger datos que sean comparables a nivel internacional. Esperamos que esta carta llegue a muchas instituciones e investigadores interesados que deseen convertirse en parte de esta misión. Si juntos logramos un conocimiento más profundo y preciso de la salud mental de nuestros estudiantes universitarios, seremos entonces capaces de crear espacios de prevención e intervención especializados para esta población tan vulnerable.

## Referencias

Amézquita Medina, M. E., González Pérez, R. E., & Zuluaga Mejía, D. (2003). Prevalence of depression, anxiety and suicidal behavior among pregraduate. Students in the University of Caldas, Year 2000. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 32(4), 341-356.

Recuperado de:  
<https://www.redalyc.org/pdf/806/80632404.pdf>.

Farré, L., Fasani, F., & Mueller, H. (2018). Feeling useless: the effect of unemployment on mental health in the Great Recession. *IZA*

- Journal of Labor Economics*, 7(1), 1-34.  
<https://doi.org/10.1186/s40172-018-0068-5>
- Kessler, R. C., Berglund, P., Borges, G., Nock, M., & Wang, P. S. (2005). Trends in suicide ideation, plans, gestures, and attempts in the United States, 1990-1992 to 2001-2003. *Jama*, 293(20), 2487-2495.  
<https://doi.org/10.1001/jama.293.20.2487>
- Lipson, S. K., & Sonnevile, K. R. (2017). Eating disorder symptoms among undergraduate and graduate students at 12 US colleges and universities. *Eating behaviors*, 24, 81-88.  
<https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2016.12.003>
- Lipson, S, Zhou, S, Abelson, S, Heinze, J, Jirsa, M, Morigney, J, Patterson, A, Singh, M, & Eisenberg, D (2022). Trends in college student mental health and help-seeking by race/ethnicity: findings from the national Healthy Minds Study, 2013-2021. *Journal of Affective Disorders*, 306, 138-147.  
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.03.038>
- Micin, S., & Bagladi, V. (2011). Salud mental en estudiantes universitarios: Incidencia de psicopatología y antecedentes de conducta suicida en población que acude a un servicio de salud estudiantil. *Terapia psicológica*, 29(1), 53-64.  
<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082011000100006>
- Moreta-Herrera, R., Zambrano-Estrella, J., Sánchez-Vélez, H., & Naranjo-Vaca, S. (2021). Salud mental en universitarios del Ecuador: síntomas relevantes, diferencias por género y prevalencia de casos. *Pensamiento Psicológico*, 19(1), 1-26.  
<https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI19.smue>
- Razzouk, D., Zorzetto, R., Dubugras, M. T., Gerolin, J., & Mari, J. D. J. (2007). Leading countries in mental health research in Latin America and the Caribbean. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 29(2), 118-122.  
<https://doi.org/10.1590/s1516-44462006005000042>
- Saravia-Bartra, M. M., Cazorla-Saravia, P., & Cedillo-Ramirez, L. (2020). Anxiety level of first-year medicine students at a private university in Peru in times of covid-19. *Rev. Fac. Med. Hum*, 568-573.  
<https://doi.org/10.25176/RFMH.v20i4.3198>
- Torres Montesinos, C., Otero Otero, P., Bustamante, B., Blanco Seoane, V., Díaz Fernández, O., & Vázquez González, F. L. (2017). Mental Health Problems and Related Factors in Ecuadorian College Students. *Environmental Research and Public Health*, 14(5), 530.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph14050530>