






Estrés Percibido y Factores Psicosociales de Estudiantes Universitarios Ecuatorianos del Área de la Salud

Silvia Libertad Vaca-Gallegos¹ , María José Chuquitarco-Marín^{1*}  & Carla López-Núñez² 

Veritas & Research
ISSN 2697-3375
Vol. 7 | N° 2 | 2025

¹ *Universidad Técnica Particular de Loja, Ecuador*

² *Universidad de Sevilla, España*

* Autor corresponsal. E-mail: mjchuquitarco@utpl.edu.ec

Edita:
Departamento de
Investigación,
Vinculación e
Innovación. Pontificia
Universidad Católica del
Ecuador Sede Ambato.

Ambato - Ecuador

Recibido: 16/01/2025
Aceptado: 29/04/2025
Publicado: 31/07/2025

Citar como:
Vaca-Gallegos S.L. &
Chuquitarco-Marín, M.J.
& López-Núñez, C.
(2025). Estrés Percibido y
Factores Psicosociales de
Estudiantes Universitarios
Ecuatorianos del Área de
la Salud. *Veritas &
Research*, 7(2), 208-220.
<https://doi.org/10.63957/7225.208220>

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



Resumen

El estrés es un problema frecuente en estudiantes universitarios, quienes enfrentan diversos factores estresantes relacionados con el entorno académico. El objetivo del presente estudio fue comparar los niveles de estrés psicológico, soledad, sintomatología ansiosa-depresiva y resiliencia entre hombres y mujeres. Se trata de un estudio descriptivo y comparativo de tipo transversal, la muestra estuvo conformada por 135 estudiantes universitarios ecuatorianos del área de la salud, con edades comprendidas entre los 18 y 47 años. Los resultados no reportaron diferencias significativas respecto al estrés, soledad y sintomatología ansiosa-depresiva entre géneros, sin embargo, en la variable de resiliencia los hombres presentaron mayores niveles con una diferencia estadísticamente significativa y tamaño del efecto moderado; además, el estrés se asoció significativamente con la soledad, síntomas ansiosos-depresivos y la resiliencia. Se concluye que abordar el estrés, fortalecer la resiliencia y mejorar las redes de apoyo social es crucial para promover la salud mental en esta población.

Palabras claves: *Estrés, resiliencia, soledad, salud mental, estudiantes universitarios*

Perceived Stress and Psychosocial Factors of Ecuadorian University Students in the Health Area

Abstract

Stress is a frequent problem in university students, who face various stressors related to the academic environment. The aim of this study was to compare the levels of psychological stress, loneliness, anxious-depressive symptomatology and resilience among men and women. This is a descriptive and comparative cross-sectional study. The sample consisted of 135 Ecuadorian university students in the health area, aged between 18 and 47 years. The results did not report significant differences in stress, loneliness and anxious-depressive symptoms between genders; however, in the resilience variable, men presented higher levels with a statistically significant difference and moderate effect size; in addition, stress was significantly associated with loneliness, anxious-depressive symptoms and resilience. It is concluded that addressing stress, strengthening resilience and improving social support networks is crucial to promote mental health in this population.

Keywords: *Stress, resilience, loneliness, mental health, university students*

Estresse Percebido e Fatores Psicossociais entre Estudantes Universitários Equatorianos da Área da Saúde

Resumo

O estresse é um problema comum entre estudantes universitários, que enfrentam diversos estressores relacionados ao ambiente acadêmico. O objetivo deste estudo foi comparar os níveis de estresse psicológico, solidão, sintomas depressivos-ansiosos e resiliência entre homens e mulheres. Trata-se de um estudo transversal descritivo e comparativo. A amostra foi composta por 135 estudantes universitários equatorianos da área da saúde, com idades entre 18 e 47 anos. Os resultados não mostraram diferenças significativas entre os gêneros em relação ao estresse, solidão e sintomas depressivos-ansiosos. No entanto, os homens

apresentaram níveis mais elevados de resiliência, com diferença estatisticamente significativa e tamanho de efeito moderado. Além disso, o estresse foi significativamente associado à solidão, aos sintomas depressivos e ansiosos e à resiliência. Conclui-se que lidar com o estresse, fortalecer a resiliência e melhorar as redes de apoio social são cruciais para promover a saúde mental nessa população.

Palavras-chave: *Estresse, resiliência, solidão, saúde mental, estudantes universitários*

Introducción

En los últimos años, la salud mental global ha experimentado un deterioro notable, con una de cada ocho personas padeciendo algún trastorno mental, según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022). Estos trastornos constituyen una de las principales causas de discapacidad a nivel mundial, afectando la capacidad de las personas para participar plenamente en actividades educativas, laborales y sociales (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2023).

La pandemia de COVID-19 ha impactado de manera importante en la salud mental, provocando un aumento estimado del 25% en los casos de depresión, ansiedad y estrés (OMS, 2022). En América Latina y el Caribe, esta situación se ha agudizado, registrándose incrementos del 35% en la depresión y del 32% en la ansiedad (OPS, 2023). De forma consistente el metaanálisis realizado por Zhang et al. (2022), reporta una prevalencia combinada del 35% en estos trastornos, hallazgos respaldados por estudios en países latinoamericanos que evidencian síntomas clínicos de ansiedad y depresión (Caycho-Rodríguez et al., 2021; Herrera-Añazco et al., 2022).

En el contexto ecuatoriano, el estudio de Mautong et al. (2021) sobre la población general revela que aproximadamente el 17.7% de los participantes presenta niveles de depresión moderados a muy graves, mientras que el 30.7% muestra niveles de ansiedad similares, y el 14.2% experimentaba estrés relacionado con la emergencia sanitaria por COVID-19. Simultáneamente, los servicios de salud mental han sufrido un deterioro significativo, exacerbando la brecha en el acceso y tratamiento de los trastornos mentales (Dueñas-Espín et al., 2023; Paz et al., 2022). Lo anterior refleja como la pandemia ha resaltado la importancia de la salud mental al provocar consecuencias psicológicas negativas en la población (Arslan y Coşkun, 2024; Beroíza-Valenzuela, 2024; Ye et al., 2020). Entre estas consecuencias se encuentra el estrés psicológico, entendido como una respuesta a situaciones adversas que implica afrontamiento y evaluación cognitiva por parte del individuo

(Amanvermez et al., 2023; Izquierdo et al., 2024; Ortega-Jiménez et al., 2021; Ruisoto et al., 2022).

En cuanto a la población de estudio, actualmente la prevalencia de problemas de salud mental en estudiantes universitarios de ciencias de la salud es alarmante. Estudios realizados en América Latina como el de Mejía et al. (2022) reportan que el 26.1% padece depresión moderada o severa, el 31.5% de ansiedad y el 22.3% experimenta estrés. Otras investigaciones corroboran que las alteraciones del estado ánimo y síntomas de estrés son altamente prevalentes entre los universitarios de estos países (Aveiro-Róbaló et al., 2022; Castro-Pérez et al., 2023; Estrada-Araoz et al., 2023; García-Muñoz y Trujillo-Camacho, 2022; Geegan et al., 2023; Lobos-Rivera et al., 2023).

En Ecuador se evidencian niveles moderados a severos de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes de carreras de salud (Castelo-Rivas et al., 2023; Reivan et al., 2023; Velasco et al., 2021). Al respecto, Días-Mosquera et al. (2022) reportan que el 59.6% de los universitarios presentan síntomas depresivos, con una mayor prevalencia en mujeres que en hombres.

Esta situación se agrava al considerar que los estudiantes universitarios constituyen una población especialmente vulnerable al estrés, debido a las exigencias propias del entorno académico, tales como la sobrecarga de tareas y las presiones sociales (Busa et al., 2024; Castellote-Caballero et al., 2024; Castro y Vargas, 2025; Hoteit et al., 2024; Ibrahim et al., 2024; Kharroubi et al., 2024; Lobos-Rivera et al., 2024). Estas condiciones no solo afectan el rendimiento académico, sino también el bienestar social y emocional de los estudiantes, incrementando sus niveles de estrés (Aslan y Çınar, 2023; Gavurova et al., 2022; Howard et al., 2022; Rammouz et al., 2023).

En consonancia con lo anterior, Beroíza-Valenzuela et al. (2024) destacan que el estrés en el contexto universitario puede contribuir al desarrollo de trastornos mentales como la depresión y la ansiedad. En esta línea, diversas investigaciones han mostrado una relación significativa entre el estrés percibido y la presencia de síntomas depresivos y ansiosos en

población universitaria (Estrada-Araoz et al., 2023; Huamani-Calloapaza et al., 2024; Karim et al., 2022).

Asimismo, se ha señalado que el estrés psicológico también se asocia con la soledad, entendida como la percepción subjetiva de discrepancia entre la cantidad o calidad de las relaciones presentes y deseadas (Ortega-Jiménez et al., 2021; Pedroso-Chaparro et al., 2022). Esta experiencia puede afectar negativamente la salud mental (Labrague et al., 2021; Mosanya, 2021), especialmente durante la etapa universitaria, en la que suele producirse una separación física de la red familiar y social previa. Al respecto, Yilmaz et al. (2023) señalan que dicha transición puede intensificar la soledad percibida, lo que ha sido respaldado por estudios que muestran una relación significativa entre el estrés psicológico y la soledad (Besharat et al., 2020; Lee et al., 2020).

Frente a este panorama, la resiliencia ha sido identificada como un factor protector clave. Esta se define como la capacidad de adaptación frente a la adversidad o factores estresantes (Khan et al., 2024; Konaszewski et al., 2021; López-Guerra et al., 2023), y se ha vinculado con una menor prevalencia de trastornos mentales y un mayor bienestar psicológico (Al-Mahrouqi et al., 2023; Palma-Gómez et al., 2020). Portocarrero et al. (2022) sostiene que la resiliencia representa un elemento fundamental para alcanzar el éxito académico de los estudiantes y en la capacidad para afrontar las demandas del entorno universitario, hallazgos que coinciden con estudios previos que señalan asociaciones significativas entre estas variables (Cassaretto et al., 2024; Hahn et al., 2024).

Por tanto, el estudio adquiere una relevancia teórica al contribuir a la comprensión de la relación entre variables psicológicas como el estrés percibido, la soledad, la ansiedad, la depresión y la resiliencia en el

contexto universitario, donde el impacto de estas se manifiesta de forma significativa. Esta situación resalta la necesidad de generar evidencia empírica que permita comprender mejor los factores asociados a la salud mental en contextos universitarios. Asimismo tiene implicaciones prácticas ya que sus hallazgos podrían favorecer el diseño de intervenciones psicológicas más eficaces dirigidas a estudiantes, especialmente en contextos de bajos y medianos ingresos como Ecuador, donde persiste una brecha importante entre el número de personas con problemas de salud mental y aquellas que reciben intervenciones especializadas.

En esta línea, el presente estudio adopta un diseño descriptivo y comparativo de tipo transversal, con el objetivo de analizar los niveles de estrés psicológico y variables psicosociales (soledad, sintomatología ansiosa-depresiva y resiliencia) en función del sexo en estudiantes universitarios. Asimismo, se propone examinar las relaciones entre dichas variables. A partir de ello, se plantean las siguientes hipótesis: a) existen diferencias significativas en los niveles de estrés psicológico y variables psicosociales entre los hombres y mujeres; y b) existe una relación entre el estrés percibido, la soledad, la resiliencia y la sintomatología ansiosa-depresiva en esta población.

La estructura del trabajo incluye, en primer lugar, una revisión de los antecedentes teóricos e investigativos de cada variable y la formulación del objetivo e hipótesis. Posteriormente, se expone la metodología utilizada, que comprende el diseño de investigación, la descripción de la muestra, los instrumentos aplicados, el procedimiento seguido y el análisis estadístico empleado. Finalmente, se reportan los resultados obtenidos a través de análisis descriptivos y correlacionales, seguidos de la discusión de los hallazgos y las conclusiones.

Método

Diseño

Se realizó un estudio mediante un diseño no experimental, transversal y de enfoque cuantitativo con un alcance descriptivo, correlacional y comparativo según el sexo. Se analizaron las variables estrés psicológico, percepción de soledad, sintomatología ansiosa-depresiva y resiliencia en una muestra de estudiantes universitarios ecuatorianos del área de la salud.

Participantes

Este estudio examina la información de una muestra no probabilística compuesta por 135 estudiantes

universitarios, incluyendo estudiantes de pregrado y posgrado en áreas de la salud como medicina, enfermería y psicología clínica, provenientes de universidades privadas de Ecuador. Las características sociodemográficas de la muestra estuvieron conformadas por el sexo correspondiente al 31.85% hombres y el 68.15% mujeres, cuyas edades oscilan entre los 18 y 47 años con una edad promedio de 26.39 años (DE = 5.65). Del total de participantes, el 95.3% de los hombres es de nacionalidad ecuatoriana, así como el 100% de las mujeres. En cuanto al estado civil la mayoría de los participantes indican ser solteros, 67.4% en el caso de los hombres y 62% en las mujeres.

Tabla 1.
Información sociodemográfica

		Sexo			
		Hombres		Mujeres	
		n	%	n	%
Nacionalidad	Otro (especifique)	2	4.7%	0	0.0%
	Ecuatoriana	41	95.3%	92	100.0%
Estado civil	Soltero	29	67.4%	57	62.0%
	Casado	8	18.6%	27	29.3%
	Separado	1	2.3%	2	2.2%
	Divorciado	1	2.3%	3	3.3%
	Viudo	0	0.0%	0	0.0%
	Pareja de hecho	4	9.3%	3	3.3%

Nota. n = frecuencia absoluta simple; % = porcentaje.

Instrumentos

Además de las variables sociodemográficas obtenidas mediante el cuestionario ADHOC, se evaluaron las variables de percepción de soledad, percepción de estrés, resiliencia, depresión y ansiedad con las siguientes escalas estandarizadas:

Loneliness Scale Revised - Short (UCLA-3; Hughes et al., 2004). Consiste en una breve escala de tres ítems que evalúa el sentimiento subjetivo de soledad, entendida como la percepción de menos apoyo social disponible del que se desea. Los participantes responden basándose en su acuerdo con declaraciones previas mediante una escala Likert de tres puntos (1 = casi nunca, 2 = a veces, y 3 = a menudo). Las puntuaciones oscilan entre 3 y 9, puntuaciones más altas indican un mayor sentimiento de soledad o una falta de apoyo social. En el actual estudio se mostró una fiabilidad de consistencia interna de $\alpha = .853$.

Perceived Stress Scale (PSS-14; Cohen et al., 1983). Consta de 14 ítems para evaluar el grado en que las personas evalúan situaciones en sus vidas como estresantes. Los participantes responden en una escala Likert de cinco puntos que va de 0 = nunca a 4 = muy a menudo. Las puntuaciones oscilan entre 0 y 56 puntos, puntuaciones más altas indican niveles más altos de estrés. En el presente estudio se reportó una fiabilidad de consistencia interna de $\alpha = .886$.

Patient Health Questionnaire of Depression and Anxiety (PHQ-4; Kroenke et al., 2009). El cuestionario evalúa la depresión y la ansiedad asociadas con el deterioro funcional y los días de discapacidad. Consta de 4 ítems que los participantes responden en una escala de Likert de 4 puntos (0 = nunca, 1 = varios días, 2 = más de la mitad de los días, y 3 = casi cada día). Las puntuaciones oscilan entre 0 y

12, una puntuación más alta indica un mayor nivel de ansiedad y depresión. En el actual estudio se mostró una fiabilidad de consistencia interna de $\alpha = .881$.

Brief Resilience Scale (BRS-6; Smith et al., 2008).

Evalúa el grado de resiliencia o capacidad de las personas de adaptarse al estrés y situaciones adversas. Consta de 6 ítems que se responden mediante una escala de Likert de 5 puntos que va de 1 = muy en desacuerdo a 5 = muy de acuerdo. Las puntuaciones oscilan entre 6 y 30 puntos, puntuaciones más altas indican una mayor capacidad para adaptarse al estrés. El coeficiente alfa de Cronbach para la fiabilidad de la consistencia interna en el presente estudio fue $\alpha = .765$.

Procedimiento

El presente estudio contó con la aprobación del Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos (CEISH) del Ministerio de Salud Pública de la República del Ecuador (No. 014-2020). Adicionalmente, todos los participantes otorgaron su consentimiento informado por escrito en el cual aceptaron voluntariamente proceder con la encuesta. La recolección de datos se realizó entre enero y marzo de 2021, utilizando un correo electrónico enviado a los destinatarios a través de los servidores de las universidades, el cual contenía un enlace para ingresar a una encuesta anónima en línea alojada en la herramienta SurveyMonkey.

Análisis estadístico

Se llevó a cabo el análisis de datos utilizando el Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS), versión 27. Para la descripción de la muestra, se calcularon las medias y desviaciones estándar ($M \pm DE$) de las variables cuantitativas, mientras que las frecuencias y porcentajes se emplearon para las variables nominales. Las diferencias entre hombres y mujeres en las variables analizadas fueron evaluadas mediante la

prueba *t of student*; posteriormente, se calculó el tamaño del efecto utilizando el *d* de Cohen para estimar la magnitud de dichas diferencias. Finalmente, se

utilizó el coeficiente de correlación de Pearson para explorar las relaciones entre las variables.

Resultados

La tabla 2 indica en cuanto al estrés que, aunque las mujeres presentaron una media ligeramente mayor ($M=22.8$; $DE=8.37$) en comparación con los hombres ($M=20.6$; $DE=9.57$), esta diferencia no fue estadísticamente significativa ($p=.05$) y el tamaño del efecto fue muy bajo ($d=.057$), esto sugiere que no existe una diferencia significativa entre ambos grupos en términos de estrés.

Respecto a la soledad, las mujeres también mostraron una media ligeramente superior ($M=7.79$; $DE=2.26$) frente a los hombres ($M=7.08$; $DE=2.78$). Sin embargo, esta diferencia no alcanzó significancia estadística ($p=.06$) y el tamaño del efecto fue muy pequeño ($d=.029$), de forma que, no hay prácticamente

ninguna diferencia en la percepción de soledad entre hombres y mujeres.

Por otro lado, en la variable de resiliencia, los hombres obtuvieron una media significativamente más alta ($M=20.98$; $DE=4.80$) en comparación con las mujeres ($M=18.87$; $DE=3.93$), esta diferencia fue estadísticamente significativa ($p=.001$) y presentó un tamaño del efecto moderado ($d=0.50$), lo que sugiere que los hombres en esta muestra poseen niveles de resiliencia más altos que las mujeres.

Finalmente, en la sintomatología ansiosa y depresiva, no se observaron diferencias significativas entre hombres ($M=4.66$; $DE=3.3$) y mujeres ($M=4.61$; $DE=3.4$), con un tamaño del efecto muy bajo ($d=0.015$), indicando una similitud en los niveles de estas variables entre ambos géneros.

Tabla 2.

Análisis comparativo por sexo de las variables de estudio

<i>Variables</i>	<i>Hombres</i> <i>M ± DE (N = 43)</i>	<i>Mujeres</i> <i>M ± DE (N = 92)</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
Estrés psicológico	20.6 ± 9.57	22.8 ± 8.37	0.146	.05	0.057
Soledad	7.08 ± 2.78	7.79 ± 2.26	-2.96	.06	0.029
Resiliencia	20.98 ± 4.80	18.87 ± 3.93	3.25	.001	0.50
Sintomatología ansiosa y depresiva	4.66 ± 3.3	4.61 ± 3.4	0.954	.93	0.015

Nota. Tamaño de la muestra (N); M = media; SD = desviación estándar; p = nivel de significancia; d = d de Cohen.

En la tabla 3, se observa que existe una relación positiva y estadísticamente significativa entre el estrés percibido con la percepción de soledad ($r=.485$; $\rho=.00$) y la ansiedad-depresión ($r=.716$; $\rho=.00$), es decir que a

mayor estrés percibido mayor será la presencia de estos factores. En cambio, existe una relación inversa entre el estrés y la resiliencia ($r=-.587$; $p=.00$), por lo tanto, a mayor estrés se presente menor resiliencia.

Tabla 3.

Relación entre las variables de salud mental con el estrés percibido

		<i>Percepción de</i> <i>soledad</i>	<i>Resiliencia</i>	<i>Ansiedad-</i> <i>Depresión</i>
Estrés percibido	Correlación de Pearson (r)	.485**	-.587**	.716**

Nota. ** = correlación significativa en el nivel 0.01.

Discusión

Las variables de estrés psicológico y sintomatología ansiosa-depresiva presentan diferencias pequeñas entre

hombres y mujeres. Estos hallazgos coinciden con estudios previos que también han identificado

diferencias de género poco marcadas en contextos universitarios, especialmente durante situaciones de crisis como la pandemia de COVID-19 (Izurieta-Brito et al., 2022; Puchaicela et al., 2022; Shek et al., 2022; Sigüenza y Vélchez, 2021). Durante dicho período, estas diferencias posiblemente se atenuaron en parte por el impacto generalizado del confinamiento y las restricciones de movilidad, que afectaron de manera similar a la población estudiantil, lo que podría haber reducido las diferencias tradicionales entre géneros (Faisal et al., 2022; Hernández-Yépez et al., 2022).

De manera similar, los resultados muestran que la percepción de soledad también presenta diferencias mínimas entre hombres y mujeres. Este resultado concuerda con investigaciones realizadas en contextos postpandemia en universitarios, que señalan una disminución de las diferencias de género conforme se levantaron las medidas de confinamiento (Dingle et al., 2022; Einav y Margalit, 2023).

No obstante, algunos estudios recientes realizados tras la pandemia evidencian diferencias más pronunciadas en estudiantes del área de la salud, donde las mujeres tienden a experimentar mayores niveles de estrés, soledad, ansiedad y depresión (Alwhaibi et al., 2023; Bermejo-Franco et al., 2022; Prowse et al., 2021; Piscocoya-Tenorio et al., 2023; Tafoya et al., 2023). Lobos-Rivera et al. (2023) reportan en una muestra de estudiantes universitarios salvadoreños, niveles elevados de estrés (74%), seguido de síntomas depresivos (58%) y ansiosos (57%), con diferencias estadísticas en función del sexo, siendo las mujeres el grupo más afectado.

En cuanto a la resiliencia, se identificó el tamaño del efecto más relevante, con niveles más altos en los hombres. Este patrón ha sido observado en otros estudios desarrollados durante y después de la pandemia, los cuales reportan mayor resiliencia en varones universitarios (Litwic-Kaminska et al., 2023; Peyer et al., 2022; Vilca-Pareja et al., 2022).

Los resultados presentados en la tabla 3 refuerzan la relevancia del estrés percibido como una variable central en la salud mental, dada su fuerte correlación con la sintomatología ansiosa y depresiva. Esto sugiere que el estrés no solo está relacionado con síntomas emocionales, sino que podría ser un desencadenante de trastornos mentales. En concordancia, Bonilla-Sierra et al. (2021) coinciden con estos resultados, identificando al estrés crónico como un disparador de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios ecuatorianos ($b = .163$; $p < .001$). Otros estudios también respaldan esta relación estrecha entre estrés, ansiedad y depresión (López et al., 2022; Rodríguez-Hidalgo et al., 2020;

Karim et al., 2022; Robbins et al., 2023; Uysal y Dönmez, 2024; Yang et al., 2023), subrayando la importancia de abordar el estrés en programas preventivos y terapéuticos dirigidos a población universitaria (Estrada-Araoz et al., 2023; Farfán-Latorre et al., 2023; Huamani-Calloapaza et al., 2024; Ma et al., 2022; Yuan et al., 2023).

En relación con la percepción de soledad, se evidencia una correlación moderadamente positiva con el estrés percibido. Este hallazgo indica que los estudiantes universitarios que se sienten aislados o desconectados socialmente son más propensos a percibir mayores niveles de estrés. Esto es consistente con el estudio de Ruisoto et al. (2020), quienes reportan una correlación positiva y significativa entre el estrés psicológico y la soledad en una muestra de estudiantes universitarios ecuatorianos ($r = .56$; $p < .01$). Además, investigaciones internacionales han identificado la soledad como factor importante en el desarrollo del estrés en jóvenes universitarios (Besharat et al., 2020; Lee et al., 2020). Durante la pandemia, muchos estudiantes estuvieron alejados de sus familias y de sus redes de apoyo, lo que exacerbó la percepción de soledad, como lo evidencian estudios realizados en diferentes contextos, incluido Ecuador (Werner et al., 2021; Zheng et al., 2021; Bonilla-Sierra et al., 2021).

Por otro lado, la resiliencia se posiciona como un factor protector frente al estrés percibido. En línea con los resultados del presente estudio, Ruisoto et al. (2020) señalan que la resiliencia se correlaciona de forma negativa y significativa con el estrés percibido en universitarios ecuatorianos ($r = .590$; $p < .01$). Así también, estudios realizados en esta población confirman su papel protector y promotor del bienestar psicológico (Cassaretto et al., 2024; Hahn et al., 2024; Labrague, 2021; Morales-Rodríguez et al., 2021; Oducado et al., 2021; Xu et al., 2024). La correlación negativa observada entre resiliencia y estrés resalta la necesidad de promover estrategias que fortalezcan la resiliencia en individuos y comunidades, lo que podría mitigar los efectos negativos del estrés en la salud mental; autores como Litwic-Kaminska et al. (2023) señalan que la resiliencia, entendida como la capacidad de adaptación frente a la adversidad, es un recurso clave para reducir el estrés en contextos académicos y laborales.

Conclusiones

Estos resultados sugieren que no existen diferencias notables entre géneros para las variables estrés, soledad y sintomatología ansiosa-depresiva, lo que podría ser relevante para la práctica clínica y el diseño de

intervenciones que no necesariamente deben ser diferenciadas por género en esta población de estudio; lo cual se alinea con revisiones sistemáticas que reportan la efectividad de intervenciones en salud mental en estudiantes universitarios sin diferenciar por el género (Amanvermez et al., 2023; Aiquipa y Pérez, 2024).

Adicionalmente, los resultados mostraron una diferencia significativa en los niveles de resiliencia entre hombres y mujeres, siendo los hombres quienes presentaron niveles más altos; esto destaca la importancia de considerar la resiliencia como una variable central en la salud mental de los estudiantes universitarios.

Por otra parte, la correlación significativa entre el estrés percibido y las variables de sintomatología ansiosa-depresiva, soledad y resiliencia, refuerza la importancia de abordar el estrés como un factor central en la

prevención y manejo de trastornos emocionales en estudiantes universitarios. Específicamente, la percepción de soledad subraya la necesidad de desarrollar intervenciones que fortalezcan las redes de apoyo social, mientras que la resiliencia se confirma como un factor protector frente al estrés percibido que mitiga los efectos negativos del estrés en la salud mental y mejora el bienestar psicológico general.

En conjunto, estos hallazgos indican que el manejo adecuado del estrés percibido podría tener un impacto profundo en la mejora del bienestar psicológico general, reduciendo la soledad y los síntomas de ansiedad-depresión, y potenciando la resiliencia.

Fondos

Este estudio ha sido financiado por la Universidad Técnica Particular de Loja-Ecuador, bajo el proyecto PROY-INV-CCSAL_2020_2731 liberado por SLV.

Referencias

- Aiquipa, E., y Pérez, L. (2024). Revisión sistemática de la efectividad de la meditación en el bienestar psicológico en estudiantes de ciencias de la salud. *Ciencias Psicológicas*, 18(2), e3730. <https://doi.org/10.22235/cp.v18i2.3730>
- Al-Mahrouqi, T., Chan, M., Al-Mukhaini, M., Al Shehi, M., Al-Huseini, S., Jahan, F., Al Balushi, N., Panchatcharam, S., & Al Alawi, M. (2023). The differential mediating roles of resilience in the relationship between meaningful living and stress among college students during the COVID-19 pandemic. *Scientific Reports*, 13(1), 11671. <https://doi.org/10.1038%2Fs41598-023-38975-0>
- Alwhaibi, M., Alotaibi, A., & Alsaadi, B. (2023). Perceived Stress among Healthcare Students and Its Association with Anxiety and Depression: A Cross-Sectional Study in Saudi Arabia. *Healthcare (Basel)*, 11(11), 1625. <https://doi.org/10.3390%2Fhealthcare11111625>
- Amanvermez, Y., Karyotaki, E., Cuijpers, P., Ciharova, M., Bruffaerts, R., Kessler, R., Klein, A., Wiers, R., & de Wit, L. (2023). Sources of stress among domestic and international students: a cross-sectional study of university students in Amsterdam, The Netherlands. *Anxiety, Stress, & Coping*, 37(4), 428–445. <https://doi.org/10.1080/10615806.2023.2280701>
- Amanvermez, Y., Rahmadiana, M., Karyotaki, E., de Wit, L., Ebert, D., Kessler, R., & Cuijpers, P. (2023). Stress management interventions for college students: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 30(4), 423-444. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/cpsp.12342>
- Arslan, G., & Coşkun, M. (2024). Coronavirus-related stressors, resilient mindset, loneliness, depressive symptoms in college students: Testing a moderated mediation model. *Psychological Reports*, 127(4), 1633-1651. <https://doi.org/10.1177/00332941221139721>
- Aslan, I., & Çınar, O. (2023). Predictors and prevalence of stress, anxiety, depression, and PTSD among university students during the second wave of the COVID-19 pandemic in Turkey. *Frontiers in Psychology*, 13, 1087528. <https://doi.org/10.3389%2Ffpsyg.2022.1087528>
- Aveiro-Róbaló, T., Garlisi-Torales, L., Chumán-Sánchez, M., Pereira-Victorio, C., Huaman-García, M., Failoc-Rojas, V., & Valladares-Garrido, M. (2022). Prevalence and associated factors of depression, anxiety, and stress in university students in Paraguay during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 12930. <https://doi.org/10.3390/ijerph191912930>
- Bermejo-Franco, A., Sánchez-Sánchez, J., Gaviña-Barroso, M., Atienza-Carbonell, B., Balanzá-Martínez, V., & Clemente-Suárez, V. (2022).

- Gender differences in psychological stress factors of physical therapy degree students in the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(2), 810. <https://doi.org/10.3390/ijerph19020810>
- Beroíza-Valenzuela, F. (2024). The challenges of mental health in Chilean university students. *Frontiers in Public Health*, 12, 1297402. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1297402>
- Besharat, M., Khadem, H., Zarei, V., & Momtaz, A. (2020). Mediating Role of Perceived Stress in the Relationship between Facing Existential Issues and Symptoms of Depression and Anxiety. *Iranian Journal of Psychiatry*, 15(1), 80-87. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7193236/>
- Bonilla-Sierra, P., Manrique, A., Hidalgo-Andrade, P., & Ruisoto, P. (2021). Psychological Inflexibility and Loneliness Mediate the Impact of Stress on Anxiety and Depression Symptoms in Healthcare Students and Early-Career Professionals During COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.729171>
- Busa, F., Csima, M., Márton, J., Rozmann, N., Pandur, A., Ferkai, L., Deutsch, K., Kovács, Á., & Sipos, D. (2024). Sleep Quality and Perceived Stress among Health Science Students during Online Education—A Single Institution Study. *Healthcare*, 12(1), 75. <https://doi.org/10.3390/healthcare12010075>
- Cassaretto, M., Espinosa, A., & Chau, C. (2024). Effects of resilience, social support, and academic self-efficacy, on mental health among Peruvian university students during the pandemic: the mediating role of digital inclusion. *Frontiers in Psychology*, 15(1282281), 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1282281>
- Castellote-Caballero, Y., Carcelén-Fraile, M., Aibar-Almazán, A., Rivas-Campo, Y., & González-Martín, A. (2024). Yoga as a therapeutic approach to mental health in university students: a randomized controlled trial. *Frontiers in Public Health*, 12, 1406937. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1406937>
- Castelo-Rivas, W., Pardo, M., Manzano, J., Cedeño, A., y Andino, R. (2023). Estrés académico, salud mental y funcionamiento familiar de estudiantes de enfermería en condiciones de educación virtual. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 39(4), e2491. <https://revmgi.sld.cu/index.php/mgi/article/view/2491/693>
- Castro, J., y Vargas, A. (2025). Procrastinación académica y riesgo suicida en estudiantes universitarios. *Veritas & Research*, 7(1), 52-61.
- Castro-Pérez, A., Céspedes-Porras, J., Echeverri-Junca, L., Córdova-Limaylla, N., López-Gurreonero, C., Castro-Mena, M., & Cayo-Rojas, C. (2023). Depression, anxiety and stress associated with fear of COVID-19 in Peruvian dental students: a multivariate analysis with 12 sociodemographic factors. *Journal of International Society of Preventive and Community Dentistry*, 13(3), 208-220. https://doi.org/10.4103/jispcd.jispcd_295_21
- Caycho-Rodríguez, T., Tomás, J., Vilca, L., Carbajal-León, C., Cervigni, M., Gallegos, M., Martino, P., Barés, I., Calandra, M., Rey, C., López-Calle, C., Moreta-Herrera, R., Chacón-Andrade, E., Lobos-Riveras, M., del Carpio, P., Quintero, Y., Robles, E., Panza, M., Gamarra, O.,... Burgos, C. (2021). Socio-Demographic Variables, Fear of COVID-19, Anxiety, and Depression: Prevalence, Relationships and Explanatory Model in the General Population of Seven Latin American Countries. *Frontiers in Psychology*, 12(695989), 1-15. <https://doi.org/10.3389%2Ffpsyg.2021.695989>
- Díaz-Mosquera, E., Corral, V., y Merlyn, M. (2022). Sintomatología depresiva durante la pandemia COVID-19 en estudiantes universitarios de Quito, Ecuador. *Veritas & Research*, 4(2), 147-159.
- Dingle, G., Han, R., & Carlyle, M. (2022). Loneliness, belonging, and mental health in Australian university students pre-and post-COVID-19. *Behaviour Change*, 39(3), 146-156. <https://doi.org/10.1017/bec.2022.6>
- Dueñas-Espín, I., Jacques-Aviñó, C., Egas-Reyes, V., Larrea, S., Torres-Castillo, A., Trujillo, P., & Peralta, A. (2023). Determinants of self-reported health status during COVID-19 lockdown among surveyed Ecuadorian population: A cross sectional study. *Plos One*, 18(3), 1-20. <https://doi.org/10.1371%2Fjournal.pone.0275698>
- Einav, M., & Margalit, M. (2023). Loneliness before and after COVID-19: Sense of Coherence and Hope as Coping Mechanisms. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(10), 5840. <https://doi.org/10.3390/ijerph20105840>

- Estrada-Araoz, E., Bautista, J., Córdova-Rojas, L., Ticona, E., Mamani, H., & Huaman, J. (2023). Mental health of university students when returning to face-to-face classes: A cross-sectional study. *Behavioral Sciences, 13*(6), 438. <https://doi.org/10.3390/bs13060438>
- Faisal, R., Jobe, M., Ahmed, O., & Sharkar, T. (2022). Mental health status, anxiety, and depression levels of Bangladeshi university students during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Mental Health and Addiction, 20*, 1500-1515. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00458-y>
- Farfán-Latorre, M., Estrada-Araoz, E., Lavilla-Condori, W., Ulloa-Gallardo, N., Calcina-Álvarez, D., Meza-Orue, L., Yancachajlla-Quispe, L., & Rengifo, S. (2023). Mental health in the post-pandemic period: Depression, anxiety, and stress in Peruvian university students upon return to face-to-face classes. *Sustainability, 15*(15), 11924. <https://doi.org/10.3390/su151511924>
- García-Muñoz, M., & Trujillo-Camacho, A. (2022). Niveles de ansiedad durante el confinamiento obligatorio por covid-19, en estudiantes de una Universidad Estatal del Caribe colombiano. *Psicogente, 25*(47), 1-22. <https://doi.org/10.17081/psico.25.47.4421>
- Gavurova, B., Khouri, S., Ivankova, V., Rigelsky, M., & Mudarri, T. (2022). Internet Addiction, Symptoms of Anxiety, Depressive Symptoms, Stress Among Higher Education Students During the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Public Health, 10*, 893845. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.893845>
- Geegan, S., Parker, K., Pfeiffer, S., Rodriguez, D., & Tristan, A. (2023). The Complexities of Mental Health Help Seeking Among Latinx College Students: Qualitative Inquiry Using the Theory of Planned Behavior. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences, 45*(2), 91-120. <https://doi.org/10.1177/07399863231214104>
- Hahn, N., Brzoska, P., & Kiessling, C. (2024). On the correlation between gratitude and resilience in medical students. *GMS Journal for Medical Education, 41*(1), 1-19. <https://doi.org/10.3205%2Fzma001663>
- Hernández-Yépez, P., Muñoz-Pino, C., Ayala-Laurel, V., Contreras-Carmona, P., Inga-Berrosipi, F., Vera-Ponce, V., Failoc-Rojas, V., Pereira-Victorio, C., & Valladares-Garrido, M. (2022). Factors Associated with Anxiety, Depression, and Stress in Peruvian University Students during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(21), 14591. <https://doi.org/10.3390%2Fijerph192114591>
- Herrera-Añazco, P., Urrunaga-Pastor, D., Benites-Zapata, V., Bendezu-Quispe, G., Toro-Huamanchumo, C., & Hernandez, A. (2022). Gender Differences in Depressive and Anxiety Symptoms During the First Stage of the COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Study in Latin America and the Caribbean. *Frontiers in Psychiatry, 13*(727034), 1-13. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.727034>
- Hoteit, R., Bou-Hamad, I., Hijazi, S., Ayna, D., Romani, M., & El Morr, C. (2024). A cross-sectional study of university students' mental health and lifestyle practices amidst the COVID-19 pandemic. *PLoS One, 19*(4), e0302265. <https://doi.org/10.1371%2Fjournal.pone.0302265>
- Howard, A., Carnrite, K., & Barker, E. (2022). First-year university students' mental health trajectories were disrupted at the onset of COVID-19, but disruptions were not linked to housing and financial vulnerabilities: A registered report. *Emerging Adulthood, 10*(1), 264-281. <https://doi.org/10.1177/21676968211053523>
- Huamani-Calloapaza, T., Mendoza-Zuñiga, M., Pizarro-Osorio, G., Larico-Uchamaco, G., Yana-Salluca, M., Yana-Salluca, N., Perez-Argollo, K., Mora-Estrada, O., y Pandia-Yañez, E. (2024). Depression, anxiety, and stress among students of a Peruvian public university: A cross-sectional study. *Salud, Ciencia y Tecnología, 4*, 1070. <https://doi.org/10.56294/saludcyt20241070>
- Ibrahim, D., Ahmed, R., Mohammad, A., Ibrahim, B., Mohammed, T., Mohamed, M., Abdelgadir, T., Mohammed, B., Ibrahim, M., & Shaaban, K. (2024). Prevalence and correlates of generalized anxiety disorder and perceived stress among Sudanese medical students. *BMC Psychiatry, 24*(1), 68. <https://doi.org/10.1186%2Fs12888-024-05510-y>
- Izquierdo, A., Perez-Soto, N., Pozo-Rico, T., & Gilar-Corbi, R. (2024). La resiliencia y la inteligencia emocional como predictores del nivel de estrés en estudiantes de magisterio. *European Journal of Education and Psychology, 17*(1), 1-19. <https://doi.org/10.32457/ejep.v17i1.2417>
- Izurieta-Brito, D., Poveda-Ríos, S., Naranjo-Hidalgo, T., y Moreno-Montero, E. (2022). Trastorno de ansiedad generalizada y estrés académico en

- estudiantes universitarios ecuatorianos durante la pandemia COVID-19. *Revista de Neuropsiquiatría*, 85(2), 86-94.
<https://doi.org/10.20453/rnp.v85i2.4226>
- Karim, R., Uddin, H., & Akhter, S. (2022). Behavioral and psychosocial predictors of depression in Bangladeshi medical students: a cross-sectional study. *F1000Research*, 11(745), 1-17.
<https://doi.org/10.12688/f1000research.122927.1>
- Khan, A., Zeb, I., Zhang, Y., Fazal, S., & Ding, J. (2024). Relationship between psychological capital and mental health at higher education: Role of perceived social support as a mediator. *Heliyon*, 10(8), e29472.
<https://doi.org/10.1016%2Fj.heliyon.2024.e29472>
- Kharroubi, S., Al-Akl, N., Chamate, S., Abou, T., & Ballout, R. (2024). Assessing the Relationship between Physical Health, Mental Health and Students' Success among Universities in Lebanon: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(5), 597.
<https://doi.org/10.3390/ijerph21050597>
- Konaszewski, K., Kolemba, M., & Niesiobędzka, M. (2021). Resilience, sense of coherence and self-efficacy as predictors of stress coping style among university students. *Current Psychology*, 40, 4052-4062. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00363-1>
- Labrague, L. (2021). Resilience as a mediator in the relationship between stress-associated with the Covid-19 pandemic, life satisfaction, and psychological well-being in student nurses: A cross-sectional study. *Nurse Education in Practice*, 56(103182), 1-6.
<https://doi.org/10.1016/j.nepr.2021.103182>
- Lee, S., Goldstein, S., Dik, B., & Rodas, J. (2020). Sources of social support and gender in perceived stress and individual adjustment among Latina/o college-attending emerging adults. *Cultural Diversity & Ethnic Minority Psychology*, 26(1), 134-147.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/cdp0000279>
- Litwic-Kaminska, K., Błachnio, A., Kapsa, I., Brzeziński, Ł., Kopowski, J., Stojković, M., Hinić, D., Krsmanović, I., Ragni, B., Sulla, F., & Limone, P. (2023). Resilience, Positivity and Social Support as Perceived Stress Predictors among University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(19), 6892.
<https://doi.org/10.3390%2Fijerph20196892>
- Lobos-Rivera, M., Chacón, E., Gómez, N., Flores, A., Tejada-Rodríguez, J., y Pérez, M. (2024). Validez y confiabilidad del Cuestionario de Burnout Académico en una muestra de estudiantes universitarios salvadoreños. *Veritas & Research*, 6(1), 27-36.
- Lobos-Rivera, M., Chacón-Andrade, E., Gómez-Gómez, N., y Calito-Palacios, R. (2023). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en una muestra de estudiantes universitarios de nuevo ingreso. *Veritas & Research*, 5(1), 28-37.
- López, V., Aguirre, Á., y Guerrero, J. (2022). Propiedades psicométricas y estructura factorial del cuestionario de salud del paciente PHQ-4 en estudiantes universitarios ecuatorianos. *Revista Cubana de Enfermería*, 38(3), 1-15.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-03192022000300014&script=sci_arttext
- López-Guerra, V., López-Núñez, C., Vaca-Gallegos, S., & Torres-Carrión, P. (2022). Psychometric Properties and Factor Structure of the Patient Health Questionnaire-9 as a Screening Tool for Depression Among Ecuadorian College Students. *Frontiers in Psychology*, 13(813894), 1-15.
<https://doi.org/10.3389%2Ffpsyg.2022.813894>
- López-Guerra, V., Ocampo-Vásquez, K., Quinde, L., Guevara-Mora, S., & Guerrero-Alcedo, J. (2023). Psychometric properties and factorial structure of the Spanish version of the psychological capital scale in Ecuadorian university students. *PLoS ONE*, 18(5), e0285842.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0285842>
- Ma, Y., Zhang, B., Meng, Y., Cao, Y., Mao, Y., & Qiu, C. (2022). Perceived stress and depressive symptoms among Chinese college students: A moderated mediation model of biorhythm and ego resilience. *Frontiers in Public Health*, 10, 951717.
<https://doi.org/10.3389%2Ffpubh.2022.951717>
- Mautong, H., Gallardo-Rumbea, J., Alvarado-Villa, G., Fernández-Cadena, J., Andrade-Molina, D., Orellana-Román, C., & Chérrez-Ojeda, I. (2021). Assessment of depression, anxiety and stress levels in the Ecuadorian general population during social isolation due to the COVID-19 outbreak: a cross-sectional study. *BMC Psychiatry*, 21(212), 1-15.
<https://doi.org/10.1186%2Fs12888-021-03214-1>

- Mejia, C., Alvarez-Risco, A., Mejía, Y., Quispe, S., Del-Aguila-Arcentales, S., Serna-Alarcón, V., Vilela-Estrada, M., Armada, J., & Yáñez, J. (2022). Stress, depression and/or anxiety according to the death by COVID-19 of a family member or friend in health sciences students in Latin America during the first wave. *Sustainability*, 14(23), 15515. <https://doi.org/10.3390/su142315515>
- Morales-Rodríguez, F., Martínez-Ramón, J., Méndez, I., & Ruiz-Esteban, C. (2021). Stress, Coping, and Resilience Before and After COVID-19: A Predictive Model Based on Artificial Intelligence in the University Environment. *Frontiers in Psychology*, 12(647964), 1-15. <https://doi.org/10.3389%2Ffpsyg.2021.647964>
- Mosanya, M. (2021). Buffering academic stress during the COVID-19 pandemic related social isolation: Grit and growth mindset as protective factors against the impact of loneliness. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 6, 159-174. <https://doi.org/10.1007/s41042-020-00043-7>
- Oducado, R., Parreño-Lachica, G., & Rabacal, J. (2021). Personal Resilience and its Influence on COVID-19 Stress, Anxiety and Fear among Graduate Students. *International Journal of Educational Research and Innovation*, (15), 431-443. <https://doi.org/10.46661/ijeri.5484>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2022). *Informe mundial sobre salud mental: Transformar la salud mental para todos*. <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240050860>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2022, 17 de junio). *La OMS subraya la urgencia de transformar la salud mental y los cuidados conexos*. <https://www.who.int/es/news/item/17-06-2022-who-highlights-urgent-need-to-transform-mental-health-and-mental-health-care>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2022, 8 de junio). *Trastornos mentales*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- Organización Panamericana de la Salud [OPS]. (2023). *Una nueva agenda para la salud mental en las Américas. Informe de la Comisión de Alto Nivel sobre Salud Mental y COVID-19 de la Organización Panamericana de la Salud*. <https://doi.org/10.37774/9789275327265>
- Ortega-Jiménez, D., Ruisoto, P., Díaz, F., Ramírez, M., & Vaca, S. (2021). Psychological (In)Flexibility Mediates the Effect of Loneliness on Psychological Stress. Evidence from a Large Sample of University Professors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(6), 1-8. <https://doi.org/10.3390/ijerph18062992>
- Palma-Gómez, A., Herrero, R., Baños, R., García-Palacios, A., Castañeiras, C., Fernandez, G., Martín, D., Cudris, L., Alvis, L., Cárdenas-Gómez, L., & Botella, C. (2020). Efficacy of a self-applied online program to promote resilience and coping skills in university students in four Spanish-speaking countries: study protocol for a randomized controlled trial. *BMC Psychiatry*, 20(148), 1-15. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02536-w>
- Paz, C., Abiuso, T., Adana-Díaz, L., Rodríguez-Lorenzana, A., Jaramillo-Vivanco, T., Ortiz-Prado, E., Páez, I., & Mascialino, G. (2022). Psychological Distress in the Galapagos Islands During the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Public Health*, 67(1604366), 1-8. <https://doi.org/10.3389%2Fijph.2022.1604366>
- Pedroso-Chaparro, M., Márquez-González, M., Fernandes-Pires, J., Gallego-Alberto, L., Jiménez-Gonzalo, L., Nuevo, R., & Losada, A. (2022). Validation of the Spanish version of the Three-Item Loneliness Scale. *Studies in Psychology*, 43(2), 311-331. <https://doi.org/10.1080/02109395.2021.1989889>
- Peyer, K., Hathaway, E., & Doyle, K. (2024). Gender differences in stress, resilience, and physical activity during the COVID-19 pandemic. *Journal of American College Health*, 72(2), 598-605. <https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2052075>
- Piscocoya-Tenorio, J., Heredia-Rioja, W., Morocho-Alburqueque, N., Zeña-Nañez, S., Hernández-Yépez, P., Díaz-Vélez, C., Failoc-Rojas, V., & Valladares-Garrido, M. (2023). Prevalence and factors associated with anxiety and depression in Peruvian medical students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 2907. <https://doi.org/10.3390/ijerph20042907>
- Portocarrero, E., Veramendi, N., Soto, J., Maque, M., y Barrionuevo, C. (2022). Afrontamiento resiliente y expectativas de futuro en estudiantes universitarios de Perú durante la pandemia. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 41, e2551. <http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864->

- [03002022000100011&script=sci_arttext&tlng=pt](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.591797)
- Prowse, R., Sherratt, F., Abizaid, A., Gabrys, R., Hellemans, K., Patterson, Z., & McQuaid, R. (2021). Coping with the COVID-19 pandemic: examining gender differences in stress and mental health among university students. *Frontiers in Psychiatry, 12*, 650759. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.650759>
- Puchaicela, S., Loza, J., Fiallo, I., Benítez, A., y Amaya, A. (2022). Evaluación de estrés, ansiedad y depresión en Ecuador durante la pandemia de COVID-19. *La Ciencia al Servicio de la Salud y la Nutrición, 13*(1), 13-25. <http://revistas.esPOCH.edu.ec/index.php/cssn/article/view/667>
- Rammouz, I., Lahlou, L., Salehdine, Z., Eloumary, O., Laaraj, H., Ouhamou, M., Mouhadi, K., Doufik, J., Aalouane, R., & Boujraf, S. (2023). Religiosity, stress, and depressive symptoms among nursing and medical students during the middle stage of the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study in Morocco. *Frontiers in Psychiatry, 14*, 1123356. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1123356>
- Reivan, G., Yanza, R., Campoverde, X., Estrada, J., Reinoso, L., Diaz, J., & Granero, R. (2023). A predictive model of perceived stress during the first wave of the COVID-19 pandemic in university students Ecuadorians. *Frontiers in Psychiatry, 14*(1202625), 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1202625>
- Robbins, M., Brown, K., Marks, A., & Ransbotham, E. (2023). Emotional intelligence moderates the stress-depression link in college students before and during COVID. *Current Psychology, 43*(19), 17854–17865. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-05178-9>
- Rodríguez-Hidalgo, A., Pantaleón, Y., Dios, I., & Falla, D. (2020). Fear of COVID-19, stress, and anxiety in university undergraduate students: a predictive model for depression. *Frontiers in Psychology, 11*, 591797. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.591797>
- Ruisoto, P., López-Guerra, V., López-Núñez, C., Sánchez-Puertas, R., Paladines-Costa, M., & Pineda-Cabrera, N. (2022). Transdiagnostic model of psychological factors and sex differences in depression in a large sample of Ecuador. *International Journal of Clinical and Health Psychology, 22*(3), 1-7. <https://doi.org/10.1016%2Fj.ijchp.2022.100322>
- Ruisoto, P., López-Guerra, V., Paladines, M., Vaca, S., & Cacho, R. (2020). Psychometric properties of the three versions of the Perceived Stress Scale in Ecuador. *Physiology & Behavior, 224*(113045), 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2020.113045>
- Shek, D., Dou, D., & Zhu, X. (2022). Prevalence and correlates of mental health of university students in Hong Kong: what happened one year after the occurrence of COVID-19?. *Frontiers in Public Health, 10*, 857147. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.857147>
- Sigüenza, W., y Vílchez, J. (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), e0210931. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572021000100012
- Tafoya, S., Aldrete-Cortez, V., Tafoya-Ramos, F., Fouilloux-Morales, C., & Díaz-Olavarrieta, C. (2023). Sleep and Perceived Stress: An Exploratory Mediation Analysis of the Role of Self-Control and Resilience among University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 20*(16), 6560. <https://doi.org/10.3390%2Fijerph20166560>
- Uysal, S., & Dönmez, İ. (2024). Examination of Late COVID-19 Pandemic Stress, Burnout, Hopelessness, and Depression Among University Students According to Demographic Characteristics. *Sage Open, 14*(2), 1-20. <https://doi.org/10.1177/21582440241245008>
- Velasco, R., Cunalema, J., Franco, J., y Vargas, G. (2021). Estrés percibido asociado a la pandemia por COVID-19 en la ciudad de Guayaquil, Ecuador. *Boletín de Malariología y Salud Ambiental, 61*(1), 38-46. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1177559>
- Vilca-Pareja, V., Ruiz, A., Delgado-Morales, R., & Medina, L. (2022). Emotional intelligence, resilience, and self-esteem as predictors of satisfaction with life in university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(24), 16548. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416548>
- Werner, A., Tibubos, A., Mülder, L., Reichel, J., Schäfer, M., Heller, S., Pfirrmann, D., Edelmann, D., Dietz, P., Rigotti, T., & Beutel, M. (2021). The impact of lockdown stress and loneliness during the COVID-19 pandemic on mental

- health among university students in Germany. *Scientific Reports*, *11*(22637).
<https://doi.org/10.1038/s41598-021-02024-5>
- Xu, Y., Ni, Y., Yang, J., Wu, J., Lin, Y., Li, J., Zeng, W., Zeng, Y., Huang, D., Wu, X., Shao, J., Li, Q., & Zhu, Z. (2024). The relationship between the psychological resilience and post-traumatic growth of college students during the COVID-19 pandemic: a model of conditioned processes mediated by negative emotions and moderated by deliberate rumination. *BMC Psychology*, *12*(357), 1-15. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01853-z>
- Yang, H., Zhou, X., Xie, L., & Sun, J. (2023). The effect of emotion regulation on emotional eating among undergraduate students in China: The chain mediating role of impulsivity and depressive symptoms. *PLoS One*, *18*(6), e0280701.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280701>
- Ye, B., Wu, D., Im, H., Liu, M., Wang, X., & Yang, Q. (2020). Stressors of COVID-19 and stress consequences: The mediating role of rumination and the moderating role of psycho-logical support. *Children and Youth Services Review*, *118*, 105466.
<https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105466>
- Yilmaz, F., Avci, U., & Yilmaz, R. (2023). The role of loneliness and aggression on smartphone addiction among university students. *Current Psychology*, *42*, 17909-17917.
<https://doi.org/10.1007/s12144-022-03018-w>
- Yuan, L., Lu, L., Wang, X., Qu, M., Gao, Y., & Pan, B. (2023). Comorbid anxiety and depressive symptoms and the related factors among international medical students in China during COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. *BMC Psychiatry*, *23*(1), 165.
<https://doi.org/10.1186/s12888-023-04638-7>
- Zhang, S., Batra, K., Xu, W., Liu, T., Dong, R., Yin, A., Delios, A., Chen, B., Chen, R., Miller, S., Wan, X., Ye, W., & Chen, J. (2022). Mental disorder symptoms during the COVID-19 pandemic in Latin America - a systematic review and meta-analysis. *Epidemiology and psychiatric sciences*, *31*, e23.
<https://doi.org/10.1017/S2045796021000767>
- Zheng, Q., Lin, X., He, L., Freudenreich, T., & Liu, T. (2021). Impact of the perceived mental stress during the COVID-19 pandemic on medical students' loneliness feelings and future career choice: a preliminary survey study. *Frontiers in Psychiatry*, *12*, 666588.
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.666588>