

**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL**

**FACULTAD DE JURISPRUDENCIA, CIENCIAS SOCIALES Y POLÍTICAS
CARRERA DE TRABAJO SOCIAL**

TEMA:

**Estudio documental sobre adultez emergente y salud mental
en entornos académicos-laborales.**

AUTORA:

Ullón Morales, Oriana Milena

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de
LICENCIADA EN TRABAJO SOCIAL**

TUTORA:

Espinoza Olvera, Lida Cruz

Guayaquil, Ecuador

18 de febrero del 2026




UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE JURISPRUDENCIA, CIENCIAS SOCIALES Y POLÍTICAS
CARRERA DE TRABAJO SOCIAL


CERTIFICACIÓN

Certificamos que el presente trabajo de titulación fue realizado en su totalidad por **Uilón Morales, Oriana Milena**, como requerimiento para la obtención del título de **Licenciada en Trabajo Social**.

TUTORA

f. 
Espinoza Olvera, Lida Cruz

DIRECTORA DE LA CARRERA

f. 
St. Omer Navarro, Vilma Noemi

Guayaquil, 18 de febrero del año 2026



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

**FACULTAD DE JURISPRUDENCIA, CIENCIAS SOCIALES Y POLÍTICAS
CARRERA DE TRABAJO SOCIAL**

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, **Ullón Morales, Oriana Milena**

DECLARO QUE:

El Trabajo de Titulación, **Estudio documental sobre adultez emergente y salud mental en entornos académicos-laborales** previo a la obtención del título de **Licenciada en Trabajo Social**, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Guayaquil, 18 de febrero del año 2026

LA AUTORA

f. *Oriana Ullón M.*

Ullón Morales, Oriana Milena



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

**FACULTAD DE JURISPRUDENCIA, CIENCIAS SOCIALES Y POLÍTICAS
CARRERA DE TRABAJO SOCIAL**

AUTORIZACIÓN

Yo, **Ullón Morales, Oriana Milena**

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil a la **publicación** en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación, **Estudio documental sobre adultez emergente y salud mental en entornos académicos-laborales**, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi exclusiva responsabilidad y total autoría.

Guayaquil, 18 de febrero del año 2026

LA AUTORA

f. *Oriana Ullón M.*

Ullón Morales, Oriana Milena

REPORTE COMPILATIO



Informe de análisis

Compilatio Magister+ | UCSG-EC- Universidad Católica de Santiago de Guayaquil

Adultez Emergente- correccion final marzo 24

ID : 9d8a746595341b64c62fcec8688cd5b3766fb708



<1%

Textos sospechosos

Nombre del fichero : Adultez Emergente- correccion final marzo 24.txt

Tamaño del archivo original : 4,47 MB

Número de palabras : 17.721

Número de caracteres : 126638

Depositante : Lida Cruz Espinoza Olvera

Fecha de depósito : 6 de abril de 2026

Tipo de carga : interface

fecha de fin de análisis : 7 de abril de 2026

Resumen (sección 1/3)

Localización de los textos sospechosos en el documento :



Firma de Estudiante

f. Oriana Ullón M.

Ullón Morales, Oriana Milena

Firma de Docentes

f. 

ESPINOZA OLVERA, LIDA CRUZ

TUTORA

f. 

MUÑOZ SÁNCHEZ, CHRISTOPHER

COORDINADOR UIC B-2025

AGRADECIMIENTO

Mi eterno agradecimiento a mi mami, Vanessa Morales, por creer todo el tiempo en mí, por sostener mi mano y permitirme elegir. Este proceso es absolutamente gracias a ti, que me has brindado la posibilidad de la educación. Gracias por nunca rendirte, aun cuando eso implicaba un cansancio intolerable; por comprender mis emociones, aun cuando apenas comprendías las tuyas propias. Gracias, mami, por ser mi mamá. Eres el agradecimiento diario más grande en mi vida.

A Ibelia Castro, mi abuela y mi mami Ibelia: todo el esfuerzo a lo largo de tu vida me ha permitido vivir este momento, porque todo gran acontecimiento inicia con el sacrificio de alguien. Gracias por el cuidado, la comida lista y las muestras de amor inmensas.

A Jessenia Angulo, a quien considero mi mayor referente académico y profesional: por hacerme amar el conocimiento y conocer la resiliencia como la conozco en este momento. Tu ejemplo nunca me ha dejado rendirme.

Gracias a Carlos Ortiz, Angela Bejarano, Tom Villón, Yulexi Gutiérrez y Diana Bermeo; mis amigos de la vida. Gracias por sostenerme en las diversas etapas de mi vida; por ser un espacio de escucha y abrazos de apoyo. Hace ligera la tristeza e inmensa la felicidad.

Sobre todo, a quienes siguen impacto en mi vida y nunca olvido; Rosa Morales, ejemplo de perseverancia y fuerza, alguien tan determinada ante lo que quiere, omitiendo las creencias sociales sobre las limitaciones de ser mujer. A mi tío, Cristian Morales, quien con su alegría, amor y disposición infinita para su familia y amigos me hizo comprender la importancia de valorar cada vínculo, aun en momentos complejos y desesperanzadores.

Finalmente, me encuentro profundamente agradecida con Julio Morales, mi abuelo, mi papi Morales y el amor más grande de mi vida, porque el tiempo que estuvo físicamente en este plano me brinda la fuerza para transitar cada dificultad, me mantiene clara ante mis objetivos y me da la fuerza para creer fielmente en mí.

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a la persona que fui durante la creación de estas páginas. Consagro estas líneas a mi esencia, esa que siente demasiado y que a menudo se pierde en el autoanálisis. Durante este proceso aprendí que estar asustada no me impide avanzar, y que mi sensibilidad, aunque a veces me abrumba, es también la que me permite crear.


Me rindo homenaje a esa parte de mí que siempre siente que no encaja, pero que aun así decidió no rendirse. Culminar este proceso es más que un acto académico; estas páginas son el inicio de mis anhelos, experiencias, aprendizajes, errores y éxitos. Para encontrarme y desentramarme, y finalmente, convertirme en la mejor versión de mí misma.




UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

**FACULTAD DE JURISPRUDENCIA, CIENCIAS SOCIALES Y POLÍTICAS
CARRERA DE TRABAJO SOCIAL**

TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN

f. 


LIDA CRUZ ESPINOZA OLVERA
TUTOR

f. 

VILMA NOEMI ST. OMER NAVARRO
DIRECTORA DE CARRERA

f. 

CHRISTOPHER MUÑOZ SÁNCHEZ
COORDINADORA DEL ÁREA

f. 

ANA QUEVEDO TERÁN
DOCENTE Oponente



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD FACULTAD DE JURISPRUDENCIA Y CIENCIAS SOCIALES Y POLITICAS (Cod. 10)
CARRERA TRABAJO SOCIAL (R) (Cod. 429)
PERIODO SEMESTRE B-2025 (Cod. 14318)

ACTA DE TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN TRABAJO DE TITULACIÓN

El Tribunal de Sustentación ha escuchado y evaluado el Trabajo de Titulación denominado "ESTUDIO DOCUMENTAL SOBRE ADULTEZ EMERGENTE Y SALUD MENTAL EN ENTORNOS ACADEMICOS-LABORALES", elaborado por el/la estudiante ORIANA MILENA ULLON MORALES, obteniendo el siguiente resultado:

Nombre del Docente-tutor	Nombres de los miembros del Tribunal de sustentación		
LIDA CRUZ ESPINOZA OLVERA	VILMA NOEMI ST.OMER NAVARRO	GILDA MARTINA VALENZUELA TRIVIÑO	ANA MARITZA QUEVEDO TERAN
Etapas de ejecución del proceso e Informe final 9.5 /10	9.20 /10 Total: 30 %	9.20 /10 Total: 30 %	8.50 /10 Total: 40 %
Parcial: 50 %	Parcial: 50 %		
Nota final ponderada del trabajo de título:		9.21 /10	

Para constancia de lo actuado, el (la) Coordinador(a) de Titulación lo certifica.

Coordinador(a) de Titulación

ÍNDICE

RESUMEN	XIII
ABSTRACT	XIV
INTRODUCCIÓN	2
CAPÍTULO 1: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	4
1.1 Antecedentes	4
1.1.1 Antecedentes contextuales	4
1.1.2 Antecedentes investigativos	7
1.2 Problematización	10
1.3 Preguntas investigativas	14
1.3.1 Pregunta general	14
1.3.2 Preguntas investigativas	14
1.4 Objetivos	14
1.4.1 General	14
1.4.2 Específicos	15
1.5 Justificación	15
CAPÍTULO 2: MARCOS REFERENCIALES	18
2.1 Referente teórico	18
2.2 Referente conceptual	19
2.2.1 Adulthood emergente	19
2.2.2 Depresión	21
2.2.3 Ansiedad	22
2.2.4 Salud mental	24
2.3 Referente normativo	25
2.3.1 Constitución de la República del Ecuador	25
2.3.2 Ley Orgánica de Salud Mental	26
2.3.3 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)	27
2.4 Referente estratégico	28
2.4.1 Plan de Desarrollo para el Nuevo Ecuador 2024-2025	28
CAPÍTULO 3: METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN	30
3.1 Enfoque de investigación	30
3.2 Tipo y nivel de la investigación	30
3.3 Método de investigación	31
3.4 Universo, muestra y muestreo	32
3.5 Categorías y subcategorías del estudio	33
3.6 Formas de recolección de la investigación	34
3.6.1 Análisis documental	34
3.7 Formas de análisis de investigación	34
CAPÍTULO 4: RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	36
4.1 Objetivo general. Analizar las experiencias de depresión y ansiedad en universitarios de Guayaquil durante la etapa de adultez emergente, considerando la influencia del entorno académico en su bienestar psicológico	36
4.2 Objetivo específico 1. Identificar los factores académicos que inciden en la aparición de síntomas de depresión y ansiedad en los estudiantes universitarios	37
4.3 Objetivo específico 2. Describir las percepciones y vivencias de los jóvenes respecto a su bienestar emocional frente a las exigencias académicas	40

4.4	Objetivo específico 3. Examinar las estrategias de afrontamiento que los estudiantes emplean para enfrentar la ansiedad y depresión derivadas de su experiencia universitaria.....	42
4.5	Objetivo específico 4. Analizar la relación entre las condiciones de apoyo institucional y social dentro del entorno académico y el bienestar psicológico de los universitarios.....	43
4.6	Análisis documental	45
	CAPÍTULO 5: CONCLUSIONES	54
	BIBLIOGRAFÍA	56

RESUMEN

La adultez emergente se distingue porque las personas buscan autonomía personal, estabilidad emocional y posicionamiento profesional. En el contexto universitario, implica la transición dada entre demandas académicas y su nexos con el ámbito laboral, lo cual incrementa la vulnerabilidad para desarrollar episodios de ansiedad, depresión y estrés. El objetivo de este estudio consistió en analizar las experiencias de depresión y ansiedad en universitarios de Guayaquil durante su adultez emergente, considerando la influencia del entorno académico en su bienestar psicológico. El enfoque de estudio fue cualitativo de tipo descriptivo enfocado en establecer que los universitarios en adultez emergente experimentan elevados niveles de ansiedad y depresión relacionados con carga académica, exigencias de rendimiento y presión por el desempeño. Se identificaron experiencias de malestar emocional, agotamiento académico, desmotivación y afectación de la vida personal. Las estrategias de afrontamiento más frecuentes fueron afrontamiento activo, apoyo social y evitación. Se llegó a la conclusión de que el bienestar psicológico de los universitarios se asocia con las condiciones del entorno académico y disponibilidad de apoyo institucional y social; en tanto que las exigencias académicas sostenidas incrementan la vulnerabilidad emocional durante la adultez emergente, y las estrategias de afrontamiento funcionales sumadas al acompañamiento universitario favorecen la regulación emocional.

Palabras clave: Adultez emergente, ansiedad, bienestar psicológico, depresión, entorno académico, universitarios.

ABSTRACT

Emerging adulthood is characterized by individuals seeking personal autonomy, emotional stability, and professional advancement. In the university context, this involves the transition between academic demands and their connection to the workplace, which increases vulnerability to developing episodes of anxiety, depression, and stress. The objective of this study was to analyze the experiences of depression and anxiety among university students in Guayaquil during their emerging adulthood, considering the influence of the academic environment on their psychological well-being. The study employed a qualitative, descriptive approach focused on establishing that university students in emerging adulthood experience high levels of anxiety and depression related to academic workload, performance demands, and pressure to perform. Experiences of emotional distress, academic burnout, demotivation, and negative impact on personal life were identified. The most frequent coping strategies were active coping, social support, and avoidance. The study concluded that the psychological well-being of university students is associated with the conditions of the academic environment and the availability of institutional and social support. While sustained academic demands increase emotional vulnerability during emerging adulthood, functional coping strategies combined with university support promote emotional regulation.

Keywords: Emerging adulthood, anxiety, psychological well-being, depression, academic environment, university students.

INTRODUCCIÓN

En los últimos años, la salud mental de los estudiantes universitarios se ha consolidado como una preocupación prioritaria a nivel mundial, debido al incremento sostenido de síntomas de ansiedad y depresión en esta población. La etapa de la adultez emergente, que abarca aproximadamente entre los 18 y 29 años, se distingue por transiciones personales, académicas y sociales que pueden generar vulnerabilidad emocional cuando se desarrollan en contextos altamente demandantes (Rodríguez et al., 2025).

En esta línea, Craig et al. (2025) refieren que los universitarios presentan altos niveles de malestar psicológico relacionados con las exigencias académicas. Es así que, en su estudio, dieron a conocer que más del 55% de estudiantes manifestó ansiedad, depresión o estrés psicológico; además, evidenciaron que un 84% de ellos indicó buscar apoyo psicológico, por lo que lograron superar los puntos de corte clínico para malestar emocional.

Ante esto, el entorno universitario se sitúa como un espacio en el que confluye la creciente carga académica, tensión por el rendimiento, evaluación constante y necesidad de cumplir expectativas institucionales y personales. Como tal, dichas condiciones influyen en el bienestar emocional del alumnado, pues, estimulan la aparición de cuadros de ansiedad, depresión, agotamiento académico y desmotivación (Tang et al., 2024). Además, son varios los universitarios que perciben limitaciones en el acceso y efectividad de los servicios de apoyo psicológico y bienestar proporcionados por las instituciones de educación superior (Franzoi et al., 2022).

Esta problemática se intensifica cuando las demandas académicas superan los recursos personales y sociales disponibles, lo cual da lugar a un desequilibrio que afecta el desempeño académico y la vida personal, social y emocional del alumnado (Benítez et al., 2025). Dado este contexto, las estrategias de afrontamiento junto al apoyo institucional adquieren un rol fundamental para la mitigación del impacto del malestar psicológico.

Con base en ello, este estudio resulta relevante dada la necesidad de comprender cómo se manifiestan las experiencias de ansiedad y depresión en universitarios durante la adultez emergente. En vista de aquello, la finalidad de esta investigación consiste en aportar evidencia científica que contribuya al fortalecimiento de la formulación de estrategias institucionales enfocadas en la promoción de la salud mental y acompañamiento integral de los universitarios.

CAPÍTULO 1: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Antecedentes

1.1.1 Antecedentes contextuales

La adultez emergente se comprende aproximadamente entre los 18 y 29 años, por lo que se torna en una fase del desarrollo humano que se distingue por la búsqueda de identidad, independencia y estabilidad emocional. Como tal, este periodo coincide con el ingreso a la educación superior e inserción en los primeros entornos laborales, circunstancias que pueden ocasionar tensiones psicológicas y vulnerabilidad frente a trastornos mentales.

Cabe resaltar que el interés científico por la salud mental de jóvenes universitarios se reforzó durante el siglo XXI cuando la adultez emergente fue reconocida como un estadio distinto del desarrollo. Actualmente, la transición hacia la vida adulta es dada en un contexto de modificaciones económicas, tecnológicas y culturales que intensifican la tensión académica e incertidumbre laboral.

Además, las exigencias de alto rendimiento sumadas a la precariedad de oportunidades profesionales han sido identificadas como factores que inciden en la aparición de síntomas depresivos y ansiosos entre estudiantes y jóvenes trabajadores. Por ejemplo, en España, Rodríguez et al. (2025) efectuaron un estudio donde participaron 727 universitarios, mismo que evidenció que más del 55% presentó síntomas de depresión, ansiedad o estrés, influenciados por la utilización de sustancias y falta de claridad emocional.

En este sentido, la expansión de la educación superior y competitividad del mercado laboral modificó las dinámicas sociales de la adultez temprana. Por ende, las universidades se convirtieron en espacios donde convergen las aspiraciones profesionales y tensiones emocionales derivadas del rendimiento, evaluación constante e inestabilidad vocacional.

Ante esto, Tschorn et al. (2022) llevaron a cabo una investigación contextualizada en universidades europeas, la cual destacó una elevada prevalencia de síntomas depresivos y ansiosos entre jóvenes académicos, principalmente, en aquellos con trayectorias laborales inciertas. Dichos hallazgos refieren que la estructura académica y laboral contemporánea favorece las condiciones de estrés prolongado que afectan el bienestar psicológico.

En América Latina, el impacto de las demandas académicas sumado a la falta de recursos emocionales también ha sido documentado, tal es el caso del estudio de Estrada (2023), en el que más de tres mil estudiantes universitarios peruanos confirmaron que un tercio de la población presentó síntomas severos de depresión, ansiedad y estrés, donde la autopercepción de eficacia académica fue un factor protector frente a los trastornos mentales. Aquello destaca el vínculo entre la confianza en las propias capacidades y la estabilidad emocional durante el desarrollo profesional.

El contexto posterior a la pandemia de Covid-19 agudizó los desafíos mentales del alumnado universitario; pues, la educación virtual, aislamiento social e incertidumbre acerca del futuro propiciaron un incremento de la sintomatología depresiva. Así lo confirman Zi et al. (2025), quienes visualizaron una correlación negativa entre resiliencia y niveles de depresión, por lo que indicaron que las estrategias de afrontamiento emocional reducen los efectos adversos del estrés académico.

De la misma forma, Jiménez et al. (2025) demostraron que el agotamiento académico, alexitimia y presión social resultan factores interrelacionados que predicen la aparición de síntomas depresivos en estudiantes universitarios. Cabe resaltar que este fenómeno representa un patrón global relacionado con la sobrecarga académica y exigencias emocionales de la vida universitaria.

La salud mental en la adultez emergente también se encuentra influenciada por las condiciones laborales y el proceso de inserción profesional. Como ejemplo de ello está un estudio efectuado en China, donde se evidenció que el estrés académico se relaciona directamente con la

ansiedad laboral, panorama en el que la resiliencia interviene como mediador y reduce el impacto de las presiones externas (Chen et al., 2025).

Aquello demuestra que las experiencias formativas y primeras responsabilidades laborales determinan mayoritariamente la estabilidad psicológica de los jóvenes adultos. Entonces, debido a ello, la etapa universitaria se torna en un punto de inflexión entre dependencia y autonomía, en el que las decisiones vocacionales y experiencias de desempeño condicionan la construcción del bienestar personal.

En la última década, la comunidad científica ha llevado a cabo la promoción de diversas estrategias de intervención enfocadas en el fortalecimiento de la resiliencia y apoyo social como ejemplos de recursos preventivos en el marco de los trastornos mentales convergentes en el marco académico.

Como muestra de ello, Pölczman et al. (2025) comprobaron que los programas de mentoría entre pares refuerzan la capacidad de afrontamiento emocional y disminuyen los síntomas depresivos en estudiantes de medicina, lo que favorece la adaptación psicológica ante las exigencias universitarias. A su vez, el auge de las plataformas digitales de apoyo psicológico entre iguales se ha mostrado eficaz para la reducción de los rangos de ansiedad y depresión en jóvenes adultos (Vicente & Melchor, 2024).

De esta manera, la evolución de la salud mental en la adultez emergente expone la transición dada desde la comprensión clínica de los trastornos hacia un enfoque integral que establece la influencia del entorno académico y laboral. Dicha conjunción entre tensión académica, incertidumbre vocacional, modificaciones sociales y uso intensivo de tecnologías dispone un escenario en el que la depresión y ansiedad son desafíos estructurales vigentes en la educación superior.

Por ello, la evidencia científica contemporánea resalta la importancia de políticas universitarias que integren la promoción del bienestar psicológico, desarrollo de competencias emocionales y creación de redes de apoyo, pues, son pilares fundamentales para garantizar el desarrollo integral de los jóvenes en su tránsito hacia la vida adulta.

1.1.2 Antecedentes investigativos

En línea con este estudio, cabe mencionar a Klein et al. (2021), quienes llevaron a cabo un ensayo controlado aleatorizado en los Países Bajos para evaluar la eficacia de la terapia cognitivo-conductual en línea para universitarios con síntomas de ansiedad y depresión. Para ello, se integraron tres grupos (de intervención guiada por terapeuta, intervención asistida por computadora y atención habitual), entre los cuales se evidenció mejoras leves en los síntomas depresivos. Por ello, se resaltó la baja adherencia al tratamiento como un obstáculo para la efectividad de dicha terapia.

Pese a que sus hallazgos fueron modestos, aportaron bases para la integración de terapias virtuales que posteriormente se perfeccionaron. Entonces, la transición hacia modelos híbridos de atención se consolida como una tendencia, pues, impulsa la creación de plataformas más accesibles y personalizadas para los jóvenes en formación académica.

Posterior a ello, Lin et al. (2022) efectuaron un ensayo controlado que analizó la efectividad de una terapia cognitivo-conductual individualizada y guiada por Internet en universitarios con síntomas de depresión y ansiedad. Para ello se consideró una muestra de 100 estudiantes universitarios de distintas facultades. Ante esto, el estudio concluyó que los efectos de la intervención no difirieron del tratamiento convencional, pero, se resaltó el potencial que tienen las terapias digitales para ampliar el acceso a la atención psicológica universitaria.

Siendo así, este estudio aportó bases teóricas referentes a la personalización terapéutica; pues, a pesar de sus limitaciones, se demostró que las intervenciones digitales pueden ser adaptadas de acuerdo con los perfiles emocionales y académicos del estudiantado, lo cual abre paso a modelos más inclusivos de acompañamiento psicológico dentro de las instituciones de educación superior.

Durante el mismo año, Pires et al. (2022) realizaron una investigación transversal en Mozambique, misma que estuvo orientada a la determinación de la prevalencia de ansiedad y depresión entre alumnos de Ciencias de la Salud durante la pandemia de Covid-19. Luego del análisis, se estableció que

el 42,3% de participantes presentó ansiedad y el 34,3% depresión, mismos que estuvieron asociados con la falta de sueño, conflictos interpersonales y antecedentes familiares.

Por lo tanto, este estudio fue determinante con la contextualización de la crisis sanitaria como un agravante de la vulnerabilidad mental en jóvenes universitarios. Es así que se dio a conocer que la pandemia expuso deficiencias estructurales en los sistemas educativos que no disponían de mecanismos de apoyo psicológico adecuados. Así, se subrayó la necesidad de estrategias institucionales sostenibles para hacer frente a crisis similares en el futuro.

Por otra parte, Tang y Pavlopoulou (2023) desarrollaron un estudio cualitativo con adolescentes y jóvenes británicos que habían experimentado depresión y ansiedad con la finalidad de comprender cómo estos trastornos emocionales alteraban su percepción del futuro y capacidad de planificación. Con ello se refirió la reducción de la motivación y sentido de control personal durante los episodios de deterioro emocional.

De esta manera, su estudio permitió visibilizar la voz de los jóvenes afectados mediante el análisis de sus experiencias subjetivas, pues con ello, se pudo comprender óptimamente el modo en que la depresión y ansiedad distorsionan la proyección vital y compromiso académico, aspectos críticos para la comprensión del desarrollo psicosocial en la adultez temprana.

Dado este panorama, el año pasado, Davids (2024) analizó la asociación entre estilos de toma de decisiones y sintomatología ansiosa y depresiva en jóvenes adultos de Sudáfrica. Para esto dispuso de una muestra de 1.411 participantes, demostrando así, que la toma de decisiones adaptativa reduce los síntomas de ansiedad y depresión, en tanto que las decisiones impulsivas los incrementan.

Esta investigación reforzó la comprensión de la salud mental universitaria desde una perspectiva cognitiva porque vinculó los procesos de decisión con bienestar emocional, aportando así, evidencia referente a la importancia que acarrea el entrenamiento de habilidades de autorregulación

y planificación, competencias indispensables para el equilibrio psicológico en entornos académico-laborales.

A su vez, Solís et al. (2025) analizaron las experiencias de jóvenes universitarios durante la pandemia, cuyo principal enfoque estuvo situado en las transiciones de la adultez temprana y su impacto emocional. De esta manera, se estableció que las tensiones sanitarias y sociales pueden alterar las relaciones interpersonales y producir sentimientos de aislamiento.

Con estos resultados se puede relacionar las transformaciones del entorno con reacciones psicológicas, pues, aquello pone en evidencia que la resiliencia junto al apoyo social converge como factores decisivos para la amortiguación de los efectos de la incertidumbre en la salud mental universitaria.

Así también, Islam (2023) estudió los niveles de estrés académico y ansiedad en alumnos de la Universidad de Khulna, Bangladesh. Así, se identificó que más del 75% de los participantes enfrentó algún grado de estrés académico y un 16,7% mostró niveles de ansiedad severa, relacionados con la presión por rendimiento y competencia interna.

Mediante estos resultados se puede visualizar la relación entre exigencias institucionales y salud psicológica del alumnado. Es así que la cuantificación del fenómeno podría dimensionar la magnitud del estrés académico como detonante de trastornos emocionales, impulsando así, la creación de políticas de bienestar estudiantil fundamentadas en el autocuidado y equilibrio psicosocial.

Seguidamente, García et al. (2024) efectuaron un estudio cualitativo donde participaron estudiantes de enfermería para explorar sus causas y manifestaciones del sufrimiento emocional en la universidad. De esta manera, se evidenció que la presión académica, autoexigencia y uso de redes sociales incrementan los niveles de ansiedad, depresión y autoevaluación negativa.

Siendo así, este estudio propuso el modelo de “universidad compasiva” como respuesta institucional frente al sufrimiento estudiantil. En vista de aquello, esta investigación reorienta la mirada desde la enfermedad hacia la

prevención y empatía, pues, refiere lo importante es incluir prácticas educativas más humanas y sostenibles para la formación profesional.

De igual forma, Enclna et al. (2023) idearon un estudio sobre el consumo de sustancias y su nexa con el desempeño académico y salud mental en adultos jóvenes. De modo que lograron establecer que los alumnos con mayores niveles de ansiedad, depresión y estrés tienden a exponer patrones de consumo más elevados, situación que afecta ampliamente su rendimiento académico.

Dicho esto, con estos aportes se consolida la comprensión multidimensional de la salud mental universitaria al integrar aspectos académicos, conductuales y psicológicos. Además, su enfoque holístico permite visibilizar el modo en que la interrelación entre bienestar emocional y hábitos de vida repercute en la calidad del aprendizaje y construcción de trayectorias profesionales saludables.

1.2 Problematicación

La adultez emergente simboliza una etapa que se distingue por la búsqueda de autonomía personal, estabilidad emocional y consolidación profesional. En el ámbito universitario, esta fase implica la transición que conjuga las demandas académicas con inserción en entornos laborales, factores que acrecientan la vulnerabilidad ante la ansiedad, depresión y estrés. En América Latina, este fenómeno se ha intensificado dadas las desigualdades socioeconómicas, presiones institucionales y cambios culturales que acompañan el desarrollo juvenil (Ávalos et al., 2023).

Es por ello que en este estudio, la problemática se delimita al entorno universitario, entendido como el espacio institucional, social y emocional en el que se desarrolla la vida estudiantil. Siendo así, se brindará enfoque a la manera en que las exigencias académicas, relaciones interpersonales y condiciones institucionales inciden en la aparición de síntomas de depresión y ansiedad durante la adultez emergente.

Ante esto, cabe mencionar el estudio de Díez et al. (2024), en el que se visualizó que los niveles de depresión, ansiedad y estrés de los

universitarios en adultez emergente de España incrementaron entre 2015 y 2020, siendo las mujeres las más afectadas por el estrés académico. Entonces, dicho incremento coincide con un contexto educativo cada vez más competitivo, en el que la carga de evaluaciones, autoexigencia e incertidumbre profesional se tornan en detonantes de malestar psicológico.

En América Latina, los universitarios también presentan índices preocupantes de ansiedad y depresión. Así lo reportaron Mejía et al. (2023), quienes analizaron a 3.304 estudiantes de Ciencias de la Salud, mostrando posteriormente, que quienes perdieron familiares o amigos a causa del Covid-19 reportaron mayores niveles de depresión y estrés. Siendo así, esto destaca que las experiencias de pérdida y crisis globales alteran de modo significativo la estabilidad emocional de los jóvenes, su rendimiento académico e interacción social.

El aislamiento social característico durante la pandemia agravó las condiciones de vulnerabilidad emocional. Así, Solorzano et al. (2024) establecieron que la mayor proporción de estudiantes latinoamericanos tuvieron deterioro en su salud mental a lo largo de la cuarentena, pues, experimentaron incremento de patrones de ansiedad, depresión y alteraciones del sueño. La falta de apoyo institucional y desconexión social también favorecieron la aparición de síntomas persistentes, por lo que se denota la fragilidad de los sistemas universitarios frente a eventos de estrés colectivo.

A esto se suma la revisión de Méndez et al. (2025), misma que determinó que la depresión y ansiedad influyen de forma negativa en el rendimiento académico, ocasionando así, ausentismo, dificultades de concentración y menor productividad. Estos resultados confirman que los trastornos emocionales afectan la esfera personal, la continuidad y el éxito en los procesos formativos universitarios.

De esta manera, la problemática revisada en este estudio adquiere una dimensión más compleja cuando se integran factores socioeconómicos, así lo señalaron Hernández y Sánchez (2025), en su estudio que incluyó 466 estudiantes universitarios, donde se indicó que la inseguridad alimentaria,

combinada con estrés y falta de sueño, afecta la percepción del rendimiento académico y asistencia a clases. Aquello demuestra que las condiciones materiales y la salud mental se encuentran interrelacionadas en la experiencia estudiantil, principalmente, en países donde la desigualdad limita el acceso a recursos básicos.

En el ámbito europeo, un estudio con 727 alumnos universitarios españoles evidenció que más del 55% presentó síntomas de depresión, ansiedad o estrés, siendo el apoyo social y la claridad emocional factores protectores frente al malestar psicológico (Rodríguez et al., 2025). Los autores enfatizaron en la relevancia que poseen las redes afectivas y competencias emocionales para la prevención de trastornos mentales durante la etapa universitaria, donde la presión por lograr metas académicas suele sobrepasar la capacidad adaptativa del estudiante.

A su vez, otras investigaciones en el ámbito psicológico refieren que los patrones de crianza y vínculos familiares influyen en la aparición de síntomas de ansiedad. Para esto, Carollo et al. (2024) determinaron que la sobreprotección parental acrecienta los niveles de preocupación y ansiedad en los jóvenes, y la baja atención afectiva los torna más vulnerables al malestar emocional. Por ende, esto sugiere que la salud mental de los estudiantes universitarios se construye desde una interacción continua entre experiencias familiares, sociales y académicas.

En este sentido, el desarrollo de estrategias de afrontamiento adecuadas converge como un factor determinante para disminuir el impacto de la ansiedad y depresión. Por ejemplo, Pérez y Cedeño (2025) idearon un estudio con universitarios, en el que se demostró que el uso de estrategias activas de resolución de problemas y el apoyo social se asocia con menores niveles de ansiedad, y la autocrítica y negación se vinculan con el incremento del malestar psicológico.

Por su parte, en América Latina, la inserción laboral durante la formación académica incrementó el estrés de los jóvenes universitarios. Es así que las expectativas económicas, competencia por empleos e incertidumbre sobre el futuro producen tensiones emocionales que afectan la

productividad y motivación. Entonces, la exposición constante a escenarios de precariedad laboral y falta de políticas de bienestar universitario profundizan el riesgo de trastornos mentales. En Ecuador no es la excepción, pues, los estudiantes que combinan el trabajo con la educación tienden a presentar mayor fatiga emocional y menor satisfacción académica, lo que repercute en su salud psicológica.

Por ende, la inserción de tecnologías digitales como medio de apoyo terapéutico se torna en una respuesta innovadora frente a la falta de servicios de salud mental en los campus universitarios. Klos et al. (2021) refieren que las intervenciones psicológicas orientadas por la inteligencia artificial son capaces de reducir los síntomas de ansiedad y mejorar la disposición de los alumnos para buscar ayuda profesional.

De esa manera, la evidencia científica recientemente citada confirma que la salud mental en la adultez emergente universitaria se encuentra condicionada por factores emocionales, familiares, económicos y estructurales, cuyas causas son la sobrecarga académica, inseguridad económica, pérdidas familiares y apoyo institucional ineficiente.

La disminución del rendimiento académico, abandono universitario, dificultad para establecer vínculos saludables y desarrollo de conductas de riesgo son consecuencia de aquello. Por ende, la vulnerabilidad psicológica de los jóvenes universitarios amerita de la inserción de acciones integrales que abarquen prevención, acompañamiento emocional y formación de redes de apoyo social en los campus universitarios.

Esta problemática se agrava ante la nulidad de políticas universitarias que aborden salud mental más la poca articulación entre instituciones educativas y servicios psicológicos; pues, pese al reconocimiento de la elevada prevalencia de la ansiedad y depresión, continúa la brecha entre necesidades reales del estudiantado y ofertas de apoyo disponibles. Entonces, la comprensión de las experiencias de los jóvenes en el marco académico es imprescindible para el diseño de estrategias de intervención sostenibles.

Dicho así, este estudio se plantea la siguiente interrogante ¿Cómo se manifiestan las experiencias de depresión y ansiedad en los universitarios de Guayaquil durante la etapa de adultez emergente, y de qué manera influyen las condiciones académicas y laborales en su salud mental?

1.3 Preguntas investigativas

1.3.1 Pregunta general

¿Cómo se manifiestan, según la literatura científica reciente, las experiencias de depresión y ansiedad en la adultez emergente dentro de entornos académico-laborales, y de qué manera influyen las condiciones académicas y laborales en la salud mental?

1.3.2 Preguntas investigativas

- ¿Qué factores académicos inciden en la aparición de síntomas de depresión y ansiedad en los estudiantes universitarios de Guayaquil?
- ¿Cómo perciben los estudiantes universitarios sus experiencias emocionales en torno a las exigencias académicas y su vida universitaria?
- ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento que emplean los estudiantes para manejar la ansiedad y depresión subyacentes de las tensiones académicas?
- ¿Cómo las condiciones de apoyo institucional y social contribuyen al bienestar emocional de los jóvenes adultos durante su formación profesional?

1.4 Objetivos

1.4.1 General

Analizar las experiencias de depresión y ansiedad en la adultez emergente dentro de entornos académico-laborales, considerando la

influencia del contexto universitario en el bienestar psicológico, por medio de una revisión de literatura científica reciente.

1.4.2 Específicos

- Identificar, en la producción científica reciente, los factores académicos que inciden en la aparición de síntomas de depresión y ansiedad en estudiantes universitarios.
- Describir las percepciones de los jóvenes en adultez emergente en torno a sus exigencias académicas.
- Examinar las estrategias de afrontamiento para enfrentar la ansiedad y depresión en el ámbito universitario.
- Analizar la relación entre las condiciones de apoyo institucional y social en el contexto académico y el bienestar psicológico de los universitarios.

1.5 Justificación

La salud mental de los universitarios que cursan la adultez emergente converge como una preocupación prioritaria para las instituciones de educación superior y sociedad en general. Durante este periodo, los jóvenes enfrentan una transición distinguida por demandas académicas, presión por definir un proyecto de vida y, en la mayoría de casos, la necesidad de insertarse en el ámbito laboral.

Dichas exigencias al combinarse con factores económicos y sociales, incrementan la vulnerabilidad ante los trastornos de depresión y ansiedad, mismos que afectan la calidad de vida y rendimiento académico del alumnado. Para esto, Rodríguez et al. (2025) determinan que más del 55% de universitarios españoles tienden a manifestar síntomas de depresión, ansiedad o estrés, situación que confirma la magnitud del problema en esta etapa del desarrollo humano.

En este sentido, este estudio es pertinente porque busca comprender el modo en que el entorno académico impacta la salud mental de los jóvenes

universitarios de Guayaquil. Como se expuso antes, los alumnos que enfrentan inseguridad económica o alimentaria poseen mayor riesgo de experimentar síntomas depresivos y ansiosos, mismos que inciden en su percepción del desempeño académico y continuidad en los estudios (Tang et al., 2023).

A nivel teórico, este estudio prevé contribuir al fortalecimiento del campo de estudio sobre adultez emergente. Dado este panorama, Hernández y Sánchez (2025) indican que este estadio implica el desarrollo profesional y consolidación de la identidad emocional y capacidad de afrontar el estrés derivado de cambios sociales y educativos. Por lo tanto, este enfoque permitirá el abordaje de la salud mental universitaria a partir de un modelo comprensivo que integre dimensiones psicológicas, relacionales y contextuales.

En lo que respecta al aspecto metodológico, este estudio adoptará un enfoque cualitativo para explorar las experiencias subjetivas de los alumnos; puesto que, la escucha activa de las narrativas de quienes padecen depresión y ansiedad será fundamental para identificar patrones de afrontamiento, redes de apoyo y percepciones referentes al acompañamiento institucional. Aquello brindará información útil para diseñar estrategias de intervención alineadas con la realidad socioeconómica y cultural de los jóvenes.

Del mismo modo, este estudio se inclinará por la promoción de políticas universitarias enfocadas en el bienestar psicológico y desarrollo integral del estudiantado. Pölczman et al. (2025) señalan que las universidades que implementan programas de resiliencia y mentoría entre pares mejoran la adaptación emocional y reducen los niveles de estrés y depresión en su comunidad estudiantil. Siendo así, esto denota que la creación de espacios de acompañamiento emocional y formación de redes de apoyo entre alumnos pueden ser efectivas en Ecuador.

Asimismo, producirá conocimiento útil para los profesionales de Trabajo Social y Psicología, ya que intervienen en la identificación, orientación y derivación de casos de malestar emocional en las universidades. Partiendo de ello, los resultados alcanzados serán el fundamento para diseñar

intervenciones psicosociales que engloben la salud mental en el proceso educativo para reforzar la equidad y bienestar dentro de la comunidad universitaria.

CAPÍTULO 2: MARCOS REFERENCIALES

2.1 Referente teórico

El estudio acerca de la salud mental en la adultez emergente requiere apoyarse en marcos teóricos que expliquen la interacción entre factores personales, sociales y académicos que influyen en el bienestar psicológico. A continuación, se analizan diferentes referentes teóricos contemporáneos que fundamentan la comprensión del fenómeno de depresión y ansiedad en universitarios dentro del entorno académico.

Como principal referente teórico se encuentra John Bowlby y su Teoría del Apego y Regulación propuesta en 1969, la cual establece que los humanos poseen una necesidad innata de formar vínculos afectivos, primordialmente, con los cuidadores principales, a fin de garantizar la supervivencia y desarrollo emocional. En el contexto universitario, esta teoría resulta útil para comprender cómo las relaciones interpersonales pueden actuar como factores protectores frente a la depresión y ansiedad.

Ante esto, Morales y Díaz (2024) establecen que los alumnos con estilos de apego inseguros poseen mayor probabilidad de desarrollar ansiedad y depresión, a diferencia de aquellos cuyo apego es seguro, ya que estos muestran una mejor regulación emocional y resiliencia. Entonces, esta teoría distingue a la salud mental universitaria como un fenómeno individual y construido socialmente por medio de lazos afectivos y sentido de pertenencia en el ámbito académico.

En el caso de los universitarios de Guayaquil, las redes de apoyo social y relaciones dentro de la comunidad universitaria cumplen una función similar al “sistema de apego”, debido a que suministran contención emocional, validación y seguridad. Además, la falta de apoyo o relaciones interpersonales inestables puede generar sentimientos de aislamiento y aumentar la vulnerabilidad a la depresión y ansiedad. Por ende, esta teoría se torna en el eje central del estudio porque explica cómo las dinámicas relacionales y el acompañamiento institucional influyen en el bienestar psicológico de los jóvenes adultos.

A esto se suma la Teoría de la Resiliencia y Afrontamiento, de Lazarus y Folkman, planteada en 1984. Misma que propone que el afrontamiento es un proceso dinámico en el que las personas evalúan las demandas del entorno y sus propios recursos para responder ante el estrés. En el estudio de Mei et al. (2023) con universitarios británicos, se dio a conocer que la resiliencia interviene como mediador entre la depresión y capacidad de adaptación, lo cual demostró que los estudiantes con mayores recursos de afrontamiento presentan niveles más bajos de sintomatología depresiva.

En torno al contexto guayaquileño, la teoría de resiliencia ayuda a comprender cómo los estudiantes enfrentan las exigencias académicas en medio de condiciones socioeconómicas y emocionales diversas. Es por ello que el analizar sus estrategias de afrontamiento permitirá identificar factores protectores que pueden ser fortalecidos por medio de intervenciones institucionales en salud mental universitaria.

2.2 Referente conceptual

2.2.1 Adulthood emergente

El concepto de adultez emergente fue desarrollado por Jeffrey Arnett en el 2000 y se refiere a la etapa del desarrollo comprendida entre los 18 y 29 años, distinguida por la exploración de la identidad, inestabilidad y búsqueda de independencia económica y emocional. Aquello implica la transición de la adolescencia a la adultez consolidada y está influenciado por factores socioculturales, económicos y familiares. Además, la adultez emergente se distingue por la ambigüedad de los roles sociales, pues, las personas no se perciben completamente adultas ni adolescentes.

Es durante la adultez emergente que los jóvenes universitarios enfrentan múltiples desafíos derivados de la presión académica, toma de decisiones vocacionales y la adaptación a exigencias institucionales. En el contexto latinoamericano, estos procesos se encuentran influenciados por factores estructurales, como por ejemplo, desigualdad social, inseguridad económica y dependencia familiar.

A esto, Rodríguez et al. (2025) añaden que más del 55% de universitarios españoles presentan depresión, ansiedad o estrés a lo largo de esta etapa. Además, sostienen que el apoyo social y la claridad emocional con factores protectores, a diferencia del consumo de sustancias que es catalogada como una variable de riesgo; entonces, aquello resalta la importancia de los recursos socioemocionales durante esta fase.

El enfoque contemporáneo de la adultez emergente considera que las demandas del entorno, expectativas familiares y presiones económicas modifican la manera en que los jóvenes experimentan su independencia. En Latinoamérica, las desigualdades estructurales retrasan el cumplimiento de hitos adultos, tales como, estabilidad laboral o formación de una familia, lo cual prolonga incertidumbre y estrés psicológico. Investigaciones en América Latina refieren que los estudiantes con identidades o condiciones sociales marginadas reportan mayores niveles de ansiedad y depresión durante la adultez emergente (Mejía et al., 2023).

En lo que respecta a los universitarios guayaquileños, estos enfrentan la necesidad de equilibrar los estudios con sus actividades laborales, asumir responsabilidades económicas y plantear proyectos de vida en un marco donde la incertidumbre laboral y presión académica son recurrentes. Por ende, la adultez emergente se torna en una etapa evolutiva que influye en la salud mental de los jóvenes universitarios.

Respecto a Guayaquil, la dependencia económica y afectiva de la familia tiende a modificar la percepción de autonomía debido a que aquello permanece luego de la adolescencia. Siendo así, este aspecto es fundamental en la comprensión de los universitarios ecuatorianos, quienes desarrollan tensiones que pueden manifestarse en síntomas de ansiedad, frustración y desesperanza a causa de la excesiva carga académica. Por tanto, la adultez emergente converge como un marco explicativo para analizar cómo los procesos de transición personal se relacionan con el bienestar emocional e inserción social de los jóvenes.

2.2.2 Depresión

Se define como un trastorno del estado de ánimo caracterizado por tristeza persistente, pérdida de interés en las actividades cotidianas, sentimientos de culpa o inutilidad y alteraciones del sueño o apetito. En concordancia con la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2025), la depresión es una de las principales causas de discapacidad en el mundo y afecta mayoritariamente a los jóvenes adultos. En el ámbito universitario, la depresión se vincula con tensiones académicas, sobrecarga de tareas y dificultad para balancear la vida personal con la profesional.

Bajo esta línea, el estudio de Estrada (2023) refirió que hubo un incremento de cuadros de depresión y ansiedad en jóvenes universitarios, posterior a la pandemia por Covid-19, cuya incidencia mayoritaria estuvo concentrada en mujeres, debido al estrés académico e inseguridad acerca de su futuro laboral.

Los enfoques cognitivos y conductuales explican la depresión como resultado de distorsiones cognitivas que conllevan al individuo a interpretar negativamente sus experiencias. De acuerdo con Klein et al. (2021), en Europa, la terapia cognitivo-conductual aplicada a universitarios redujo los niveles de depresión y ansiedad cuando se implementaron intervenciones guiadas por profesionales a través de plataformas digitales, lo cual muestra que la depresión puede abordarse eficazmente por medio de estrategias de reestructuración cognitiva que fortalezcan la autopercepción y capacidad de afrontamiento de los estudiantes.

La depresión en la adultez emergente también integra dimensiones sociales y ambientales; Mejía et al. (2023) refieren que el aislamiento, falta de apoyo emocional y precariedad económica incrementan la vulnerabilidad al malestar emocional. Asimismo, en su análisis de resiliencia y afrontamiento realizado en Reino Unido se evidenció que los estudiantes con menor capacidad de adaptación presentan niveles más altos de depresión, lo que resalta la importancia de fortalecer habilidades de afrontamiento ante la adversidad.

El alumnado con depresión puede experimentar dificultades de concentración, ausentismo y bajo desempeño, y tienden a evadir las interacciones sociales y actividades extracurriculares. Como resultado de ello, se produce un círculo de retroalimentación negativa donde priman la baja motivación y el deterioro académico. Además, la falta de políticas institucionales de apoyo psicológico empeora aquella condición debido a que son muchos jóvenes quienes deciden no buscar ayuda debido al temor a la estigmatización o desconfianza en los servicios disponibles.

En Ecuador, el costo de la educación sumado a la limitada oferta de apoyo emocional da lugar a un escenario de creciente vulnerabilidad; es por ello que el análisis de la depresión en los alumnos universitarios de Guayaquil implica del entendimiento de este trastorno como una expresión de malestar estructural.

En torno a la Teoría del Apego, la depresión es interpretada como una respuesta a la falta de vínculos seguros y apoyo social, y, desde la Teoría de la Resiliencia, figura como un desafío que puede ser mitigado por medio de estrategias de afrontamiento positivas, tales como, reevaluación cognitiva y búsqueda de ayuda emocional. En este sentido, ambas perspectivas permiten comprender que la depresión es una condición individual y el reflejo del entorno académico y vínculos que lo configuran.

2.2.3 Ansiedad

Es la respuesta emocional anticipatoria ante situaciones percibidas como amenazantes o desafiantes, caracterizada por tensión física, preocupación excesiva y dificultades para concentrarse. En el ámbito clínico, se considera un trastorno cuando interfiere con la vida cotidiana, afectando así, el rendimiento académico, laboral y social del individuo. Durante la adultez emergente, la ansiedad se asocia con la incertidumbre respecto al futuro, presión por cumplir expectativas sociales y sobrecarga académica.

En la adultez emergente universitaria, la ansiedad se asocia comúnmente con temor al fracaso, presión evaluativa, competencia e incertidumbre sobre el futuro profesional. Ante esto, Davids (2024) señalan

que el 74.2% de jóvenes universitarios evaluados en Sudáfrica presentaron riesgo clínico de ansiedad, lo cual permitió evidenciar que la toma de decisiones bajo estrés es un factor determinante en la aparición de síntomas ansiosos y depresivos. Además, este hallazgo demuestra que la ansiedad en esta etapa también se por la necesidad de tomar decisiones respecto a la vida profesional y personal.

A esto se suma el estudio de Ramón y Vega (2024), en el que la autoestima baja, estilos de crianza restrictivos y experiencias traumáticas tempranas resultaron ser predictores importantes de ansiedad en jóvenes adultos. A nivel universitario, la presión por obtener buenos resultados y falta de estrategias de afrontamiento agravan los síntomas ansiosos.

Por otra parte, la percepción del riesgo ambiental e incertidumbre social son factores que incrementan la ansiedad, así lo señalaron Zhang et al. (2024), ya que en su estudio realizado durante los brotes locales de Covid-19 en China se determinó que la percepción del riesgo ante la enfermedad se relaciona positivamente con el aumento de síntomas de ansiedad, y la resiliencia actúa como moderador que mitiga sus efectos negativos. Por ello, esto sugiere que el fortalecimiento de resiliencia y estrategias de regulación emocional puede reducir los niveles de ansiedad entre jóvenes universitarios.

Asimismo, la ansiedad varía de acuerdo con el contexto cultural, por ejemplo, Delvecchio et al. (2023) Llevaron a cabo un estudio comparativo entre estudiantes de Estados Unidos, Italia, China y Rusia, donde se evidenció que las diferencias culturales en la tolerancia a la incertidumbre influyen en los niveles de ansiedad; pues, los jóvenes de culturas con alta evitación de la incertidumbre, como Italia y Rusia, mostraron niveles más elevados de ansiedad que los de culturas con mayor apertura al cambio.

La misma situación subsiste en Ecuador, donde la ansiedad es un trastorno derivado de la carga académica y profesional; es decir, aquellos alumnos que combinan el estudio con más actividades pueden enfrentar mayor posibilidad de padecerla por el agotamiento emocional, falta de descanso y tensión por dar cumplimiento a expectativas familiares. A través de ello, la ansiedad da a conocer el desequilibrio existente entre las demandas

del entorno y los recursos psicológicos de los jóvenes, por lo que es necesario implementar políticas institucionales enfocadas en el apoyo emocional y prevención de trastornos mentales.

2.2.4 Salud mental

Estado de bienestar en el cual la persona es capaz de reconocer sus capacidades, afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar productivamente y contribuir a su comunidad, según la Organización Mundial de la Salud (2025). Dicho concepto trasciende la ausencia de enfermedad, pues, abarca la autorrealización, estabilidad emocional e integración social del individuo.

En el contexto universitario, la salud mental se asocia con la capacidad de los estudiantes para gestionar el estrés académico, mantener relaciones interpersonales satisfactorias y alcanzar un equilibrio entre sus responsabilidades personales y las exigencias derivadas de su formación profesional.

En la adultez emergente, la salud mental se halla en desarrollo y es vulnerable ante las presiones externas; en este sentido, el apoyo social familiar durante la adolescencia predice menores niveles de depresión y ansiedad en la adultez temprana, y la falta de este apoyo se vincula con deterioro de la salud mental (Grigorian et al., 2024). Aquello confirma la importancia de las redes familiares y afectivas como factores protectores ante el malestar psicológico en jóvenes universitarios.

Asimismo, Rodríguez et al. (2025) añaden que más del 55% de universitarios españoles presenta depresión, ansiedad o estrés, problemáticas que se vinculan mayormente con falta de apoyo emocional. Por tanto, aquello reafirma que el bienestar psicológico depende de la capacidad de las universidades para el fomento de entornos saludables que fortalezcan la inteligencia emocional e interacción social.

Ante aquello, el bienestar mental puede entenderse como la ausencia de manifestaciones clínicas y desarrollo de habilidades de autorregulación emocional, resiliencia y sentido de propósito. Por ende, es indispensable

integrar programas de educación emocional y autocuidado dentro de las universidades, para impulsar el deterioro psicológico y reforzar el desempeño académico.

Cabe indicar que la salud mental de los universitarios de Guayaquil es un campo prioritario de intervención debido a las múltiples presiones económicas, desigualdad social e inestabilidad laboral que dan lugar a escenarios de vulnerabilidad que precisan del desarrollo de políticas públicas para la prevención del bienestar psicológico. De este modo, el desarrollo de programas de acompañamiento emocional y servicios de orientación universitaria puede contribuir a la reducción del impacto de la ansiedad y depresión en esta población.

2.3 Referente normativo

2.3.1 Constitución de la República del Ecuador

En el marco de la Constitución ecuatoriana, la Asamblea Nacional (2008) aborda artículos que se relacionan directamente con este estudio.

En su artículo 32 establece:

La salud es un derecho que garantiza el Estado, cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos el derecho al agua, la alimentación, la educación, la cultura física, el trabajo, la seguridad social, los ambientes sanos y otros que sustentan el buen vivir. El Estado garantizará este derecho mediante políticas económicas, sociales, culturales, educativas y ambientales; y el acceso permanente, oportuno y sin exclusión a programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud, salud sexual y salud reproductiva. La prestación de los servicios de salud se regirá por los principios de equidad, universalidad, solidaridad, interculturalidad, calidad, eficiencia, eficacia, precaución y bioética, con enfoque de género y generacional. (Asamblea Nacional, 2008, p. 17).

Como tal, este artículo asocia la salud con el derecho a la educación, trabajo y ambiente, lo cual amplía la noción de bienestar; por ello, es

importante para este estudio porque reconoce la salud mental como derecho a una vida digna y al buen vivir, por lo cual establece como obligación del Estado la creación de políticas integrales. En el ámbito universitario, esto implica que las instituciones educativas deben promover entornos saludables, reducir el estrés académico y fomentar programas de acompañamiento psicológico.

Asimismo, en el artículo 66, numerales 1 y 2, determina:

Se reconoce y garantizará a las personas: 1. El derecho a la inviolabilidad de la vida. No habrá pena de muerte. 2. El derecho a una vida digna, que asegure la salud, alimentación y nutrición, agua potable, vivienda, saneamiento ambiental, educación, trabajo, empleo, descanso y ocio, cultura física, vestido, seguridad social y otros servicios sociales necesarios. (Asamblea Nacional, 2008, p. 29).

Con ello se garantiza el derecho a la vida y existencia digna que incluya salud, educación y trabajo, elementos determinantes en el desarrollo de la adultez emergente. Su relación con esta investigación se centra en la obligación del Estado y universidades de garantizar condiciones que favorezcan la salud mental en jóvenes que estudian y trabajan. En este sentido, la dignidad humana implica también disfrutar de bienestar emocional, descanso y equilibrio entre las responsabilidades personales y académicas.

2.3.2 Ley Orgánica de Salud Mental

En su contenido, la Asamblea Nacional (2024) establece lineamientos para la implementación de los derechos y servicios en salud mental.

En el artículo 1 dispone:

Objeto.- La presente Ley tiene por objeto establecer un marco legal para la salud mental que promueva, regule y garantice el pleno ejercicio del derecho a la salud mental de las personas en todo su ciclo de vida, bajo un modelo de atención integral y comunitario. (Asamblea Nacional, 2024, p. 4).

Este artículo establece el propósito de crear un marco legal que garantice el derecho a la salud mental en todas las etapas de la vida, lo que incluye la adultez emergente. Como tal, este principio proporciona sustento jurídico a la investigación porque reconoce que la salud mental es parte del desarrollo integral del individuo. En el ámbito universitario, la norma obliga a las instituciones y al Estado a implementar servicios accesibles y permanentes de apoyo psicológico, además, su enfoque integral permite comprender que los problemas de depresión y ansiedad deben tratarse mediante políticas públicas que favorezcan el bienestar colectivo.

A su vez, en el artículo 5 establece:

Enfoques.- Para la aplicación de la presente Ley se considerará el abordaje de la salud mental desde un modelo comunitario, a fin de promover la creación de planes, acciones y estrategias que permitan atenderla de manera integral, para lo cual, se aplicarán los siguientes enfoques: biopsicosocial, equidad, inclusión, multisectorialidad, derechos humanos, movilidad humana, discapacidad, intergeneracionalidad e interculturalidad. (Asamblea Nacional, 2024, p. 5).

Este artículo plantea un enfoque biopsicosocial y comunitario de la salud mental ya que integra diversidad cultural, equidad y derechos humanos. Es por ello que es pertinente debido a que reconoce que el bienestar psicológico depende de factores individuales, sociales y estructurales. En el marco de los universitarios guayaquileños, este artículo permite analizar la salud mental desde la interacción entre carga académica, entorno laboral y condiciones socioeconómicas.

2.3.3 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)

Estos objetivos constituyen un llamamiento universal para poner fin a la pobreza, proteger el planeta y garantizar que para el 2030 todas las personas gocen de paz y prosperidad. Entre los ODS que se asocian con este estudio se encuentran:

ODS 3: Salud y bienestar

Este ODS propone garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades, incluyendo la salud mental como componente primordial. Por ende, se relaciona con esta investigación al priorizar la promoción del bienestar psicológico como parte del desarrollo sostenible. En el caso de los universitarios, lograr el ODS 3 implica reducir las desigualdades en el acceso a servicios de salud mental y generar programas preventivos en las universidades (Naciones Unidas, 2025).

ODS 4: Educación de calidad

Con este ODS se busca garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad que fomente oportunidades de aprendizaje continuo. Por ello, se vincula con este estudio porque reconoce que la salud mental influye en el rendimiento académico y permanencia estudiantil. Una educación de calidad debe contemplar el bienestar psicológico como parte del proceso formativo, promoviendo así, ambientes saludables que reduzcan el estrés y fortalezcan la motivación (Naciones Unidas, 2025).

ODS 8: Trabajo decente y crecimiento económico

El ODS 8 promueve el trabajo decente, protección laboral y equilibrio entre productividad y bienestar. Se conecta con este estudio debido a que muchos universitarios combinan su formación con actividades laborales, lo que da lugar a presión emocional y fatiga. Por lo tanto, la garantía de condiciones de trabajo dignas implica cuidar de la salud mental de los jóvenes por medio del ofrecimiento de entornos laborales flexibles y respetuosos (Naciones Unidas, 2025).

2.4 Referente estratégico

2.4.1 Plan de Desarrollo para el Nuevo Ecuador 2024-2025

Este plan converge como el instrumento rector de planificación del país y se estructura en cinco ejes que incluyen el eje social, de desarrollo económico, de infraestructura-energía-medio ambiente, institucional y de gestión de riesgos. En lo que atañe al eje social, se plantean objetivos como

“Mejorar las condiciones de vida de la población de forma integral, promoviendo el acceso equitativo a salud, vivienda y bienestar social”, así como “Impulsar las capacidades de la ciudadanía con educación equitativa e inclusiva de calidad y promoviendo espacios de intercambio cultural”, los cuales se vinculan con este estudio al reconocer que la salud mental de los jóvenes universitarios constituye una dimensión del bienestar social que demanda oportunidades de acceso y equidad (Noboa et al., 2024).

Así también, incorpora políticas que fomentan empleos de calidad, reducen desigualdades y producen entornos que permiten el desarrollo de las capacidades de la población joven. En vista de aquello, estas políticas refuerzan el marco estratégico para analizar la forma en que la formación superior y el mundo laboral influyen en la salud mental. De la misma forma, la alineación del Plan con los ODS de la Agenda 2030 permite situar esta investigación en una perspectiva internacional: el Plan declara que 101 de sus 107 metas se alinean con los ODS.

Para el abordaje del bienestar psicológico y salud mental universitaria el Plan resulta relevante porque en su objetivo de salud y bienestar social se contempla el acceso equitativo a servicios de salud; y, en el objetivo educativo se promueve la mejora de la calidad, lo que implica condiciones académicas que pueden favorecer o amenazar la salud emocional de los estudiantes.

CAPÍTULO 3: METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

3.1 Enfoque de investigación

Este estudio conserva un enfoque cualitativo de carácter documental ya que opta por el análisis e interpretación de la literatura científica actual acerca de la adultez emergente y la salud mental en contextos académico-laborales. Su elección es fundamental para examinar las experiencias de depresión y ansiedad de los estudiantes universitarios, y los factores académicos, sociales e institucionales que influyen en su bienestar psicológico.

Con base en ello, este análisis opta por la revisión sistemática e interpretativa de artículos científicos sobre el abordaje de este fenómeno desde distintos contextos internacionales. A través de la identificación de categorías, patrones recurrentes y hallazgos convergentes, se busca comprender cómo el entorno académico modela las experiencias emocionales de los jóvenes en etapa de adultez emergente.

Tal como lo indican Tang et al. (2023), los estudios cualitativos y analíticos sobre ansiedad y depresión en jóvenes favorecen la comprensión de las vivencias subjetivas y de la manera en que los contextos educativos influyen en su percepción del futuro y estrategias de afrontamiento. Por ende, este enfoque resulta pertinente porque permite analizar significados, tendencias y construcciones teóricas presentes en la literatura especializada.

3.2 Tipo y nivel de la investigación

Este estudio corresponde a una investigación de tipo documental/bibliográfica, ya que se fundamenta en la revisión, análisis e interpretación de artículos científicos sobre la adultez emergente, depresión, ansiedad y entorno académico universitario. Este tipo de investigación es útil para

examinar la producción científica existente en aras de identificar tendencias, categorías y hallazgos importantes sobre el fenómeno analizado.

Por su parte, el diseño es no experimental debido a que se analizan estudios ya efectuados con anterioridad. También es transversal ya que la información es recopilada durante un período determinado, sin llevar a cabo seguimientos longitudinales.

De igual manera, es descriptiva y analítica porque describe características, interpreta y contrasta hallazgos, e identifica patrones recurrentes acerca de las experiencias de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. Siendo así, este enfoque es útil porque permite construir una visión integradora por medio de una perspectiva crítica.

3.3 Método de investigación

El método empleado en esta investigación es el analítico–sintético, aplicado por medio de una revisión documental de literatura científica reciente. Como tal, este método permite descomponer la información contenida en los artículos científicos seleccionados para identificar categorías, hallazgos recurrentes y relaciones entre los distintos componentes del fenómeno estudiado y, posteriormente, integrar dichos hallazgos en una interpretación global que permita comprender la relación entre adultez emergente, entorno académico y salud mental.

En la fase analítica, se examinaron estudios científicos publicados entre 2021 y 2026, mismos que estuvieron relacionados con ansiedad, depresión, bienestar psicológico y contextos universitarios, a través de la identificación de patrones comunes en torno a factores académicos, vivencias emocionales, estrategias de afrontamiento y apoyo institucional. Posteriormente, en la fase sintética se integraron los resultados de estos estudios para construir una visión comprensiva del fenómeno, a fin de establecer conexiones entre los distintos hallazgos y contextualizarlos en la realidad universitaria.

3.4 Universo, muestra y muestreo

En el marco de esta investigación documental, el universo se define como el conjunto total de documentos científicos que abordan el fenómeno objeto de estudio y que se encuentran disponibles en bases de datos académicas especializadas (Tarrillo et al., 2024). En este sentido, el universo se encuentra constituido por artículos científicos, revisiones académicas y estudios empíricos publicados en bases de datos indexadas, tales como, Scopus, SciELO, Redalyc y otras fuentes académicas reconocidas, correspondientes al período 2021–2026, relacionados con adultez emergente, salud mental, ansiedad, depresión y entorno académico universitario.

La muestra brinda referencia al subconjunto que cumple con criterios de selección establecidos para garantizar la pertinencia y calidad científica de la información estudiada. Como parte de ello, se aplicó un muestreo no probabilístico para seleccionar los estudios que aportan información sobre el fenómeno investigado y, como resultado del proceso de búsqueda y filtrado, se seleccionaron 23 artículos científicos para el análisis.

De esta forma, para la fase de selección se consideran los siguientes criterios de inclusión:

- Artículos científicos provenientes de revistas indexadas en bases de datos académicas científicas.
- Años de publicación entre 2021 y 2026.
- Disponibles en idioma español o inglés.
- Abordar la ansiedad, depresión, bienestar psicológico o estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios.
- Analizar el vínculo entre entorno académico y salud mental en contextos contrastables.

Por otro lado, entre los criterios de exclusión se incluyó:

- Artículos de opinión, ensayos no científicos, blogs o noticias de prensa.
- Documentos sin respaldo institucional o sin revisión por pares.
- Investigaciones que no se relacionen directamente con la población universitaria.

- Estudios que no aborden ansiedad, depresión o bienestar psicológico en contextos académicos.
- Publicaciones anteriores al año 2021.

3.5 Categorías y subcategorías del estudio

Enseguida se encuentra la tabla donde consta la categoría central de este estudio junto a sus categorías y subcategorías derivadas de la misma.

Categoría central	Categorías	Subcategorías
Salud mental en universitarios durante la adultez emergente en el entorno académico	Entorno académico	<ul style="list-style-type: none"> - Carga académica - Exigencias de rendimiento - Relaciones con docentes y compañeros - Acceso a recursos educativos - Satisfacción con la carrera universitaria
	Depresión	<ul style="list-style-type: none"> - Estado de ánimo bajo - Falta de motivación - Sentimientos de inutilidad o desesperanza - Dificultades de concentración - Aislamiento social
	Ansiedad	<ul style="list-style-type: none"> - Preocupación excesiva - Tensión o inquietud constante - Insomnio o fatiga - Somatización (malestares físicos) - Dificultades para relajarse

3.6 Formas de recolección de la investigación

3.6.1 Análisis documental

En el marco de esta investigación, la recolección de información se realizó a través de la revisión sistemática de literatura científica reciente relacionada con adultez emergente, salud mental, ansiedad, depresión y entorno académico universitario. De esta forma, esta técnica permite identificar, seleccionar y analizar información contenida en documentos académicos relevantes para el fenómeno de estudio.

Dicho esto, para la organización y sistematización de los datos se empleó una matriz de análisis bibliográfico, la cual fue el principal instrumento de recolección de información debido a que permitió extraer de cada artículo científico los elementos fundamentales para el análisis, tales como, autores, año de publicación, diseño metodológico, población, principales hallazgos y aportes relacionados con las categorías de análisis establecidas en esta investigación.

Siendo así, la matriz de análisis bibliográfico facilitó la identificación de patrones recurrentes, coincidencias teóricas y hallazgos convergentes en torno a los factores académicos, manifestaciones de ansiedad y depresión, estrategias de afrontamiento y condiciones de apoyo institucional. De esta forma, la información recopilada fue organizada de forma sistemática para su posterior análisis interpretativo.

3.7 Formas de análisis de investigación

Para el procesamiento de la información se empleó el análisis de contenido de tipo cualitativo, aplicado a los artículos científicos seleccionados para examinar, organizar e interpretar la información contenida en la literatura revisada, a fin de identificar categorías, subcategorías y patrones recurrentes relacionados con la salud mental en universitarios durante la adultez emergente.

En este sentido, el análisis de contenido se inclinó por el contraste de los hallazgos reportados por distintos autores, con la finalidad de identificar coincidencias, divergencias y tendencias comunes en torno a los factores académicos asociados a la ansiedad y depresión, vivencias emocionales descritas en los estudios, estrategias de afrontamiento y condiciones de apoyo institucional. De esta manera, el proceso analítico se centró en la producción científica existente sobre el fenómeno.

Además, el procedimiento se desarrolló en varias fases, entre ellas, lectura comprensiva de los artículos seleccionados, identificación de unidades de significado vinculadas con las categorías establecidas, clasificación de la información según categorías y subcategorías de análisis, comparación de los aportes de diferentes estudios, y la integración e interpretación de los hallazgos en función de los objetivos de la investigación. Como tal, este proceso permitió construir un análisis interpretativo sustentado en la evidencia científica, para garantizar coherencia entre el enfoque y los resultados presentados en el siguiente capítulo.

CAPÍTULO 4: RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 Objetivo general. Analizar las experiencias de depresión y ansiedad en universitarios de Guayaquil durante la etapa de adultez emergente, considerando la influencia del entorno académico en su bienestar psicológico.

El análisis documental efectuado en este estudio evidencia que la etapa de la adultez emergente resulta un periodo de especial vulnerabilidad para el desarrollo de síntomas de depresión y ansiedad en estudiantes universitarios, principalmente, cuando estos se encuentran inmersos en entornos académicos que se distinguen por altas exigencias, presiones de rendimiento y demandas múltiples. Los estudios revisados en esta investigación coinciden en señalar que la transición hacia la vida adulta, al combinarse con responsabilidades académicas e incertidumbre propia de esta etapa vital, configura un escenario propicio para el deterioro del bienestar psicológico.

Cabe resaltar que son varias las investigaciones realizadas en contextos universitarios internacionales que muestran una elevada prevalencia de síntomas de ansiedad y depresión en jóvenes de entre 18 y 29 años, edad que coincide con la adultez emergente. Por ejemplo, Rodríguez et al. (2025) reportan que más del 55% de universitarios manifiesta depresión y ansiedad; como tal, dicho hallazgo expone la magnitud de la problemática y su carácter generalizado en el margen académico.

Aquello coincide con lo expuesto en el estudio de Enclna et al. (2023), donde se reconoce la persistencia de los síntomas emocionales a lo largo del tiempo y el acrecentamiento del malestar psicológico en cohortes universitarias actuales, lo cual sugiere la intensificación de los factores estresores relacionados con la vida académica.

Ante esto, Tang et al. (2022) indican que la percepción de estrés académico, insatisfacción con el desempeño académico y sensación de desconexión o soledad dentro de la universidad se vinculan con elevados grados de depresión y ansiedad. En este sentido, dichos hallazgos sugieren

que el bienestar psicológico del alumnado se vincula con el modo en que experimentan su trayectoria académica.

De la misma manera, las experiencias emocionales del alumnado durante la adultez emergente se distinguen por sensación de inseguridad, presión constante y temor al fracaso, mismos que pueden intensificarse cuando el apoyo institucional es limitado. Frente a ello, Wirkner y Lotta (2024) refieren que la soledad, baja autoestima y escasa regulación emocional aumentan la severidad de la sintomatología de ansiedad y depresión en los universitarios y, a su vez, el acceso a redes de apoyo y recursos psicológicos interviene como factor protector.

A esto se suma el estudio de Berman et al. (2024), quienes destacan que en la adultez emergente se consolidan proyectos de vida, identidad personal y expectativas profesionales, lo cual acrecienta la carga emocional cuando estas metas se ven amenazadas por dificultades académicas o un contexto universitario hostil y/o altamente competitivo. Siendo así, la ansiedad y depresión se tornan en respuestas psicológicas ante la tensión académica sostenida y percepción de desbalance entre demandas y recursos personales.

4.2 Objetivo específico 1. Identificar los factores académicos que inciden en la aparición de síntomas de depresión y ansiedad en los estudiantes universitarios.

Uno de los factores mayormente señalados es la carga académica, la cual hace referencia a la acumulación de tareas, evaluaciones, trabajos autónomos y responsabilidades curriculares que deben ser cumplidas en lapsos limitados. Ante ello, Tang et al. (2023) indican que una percepción elevada de carga académica se relaciona con mayores rangos de estrés crónico, lo cual favorece la aparición de ansiedad y depresión. También destacan que los estudiantes que reportan menor satisfacción con su experiencia académica presentan puntuaciones más altas en ansiedad, depresión y estrés, lo que sugiere que la sobrecarga académica impacta negativamente en el bienestar psicológico.

En concordancia con estos hallazgos, la intensidad del trabajo académico y la falta de tiempo para el descanso y vida personal incrementan la vulnerabilidad emocional de los universitarios. A esto se suman Wirkner y Brakemeier (2024), quienes señalan que el aumento sostenido de las exigencias académicas se asocia con mayores niveles de ansiedad, depresión y sentimientos de agotamiento emocional, principalmente, en estudiantes que se encuentran en etapas avanzadas de su formación. Siendo así, con ello se refuerza la idea de que la carga académica afecta el desempeño académico y tiene implicaciones directas sobre la salud mental.

A eso se adiciona la exigencia de rendimiento, misma que se manifiesta por medio de la presión por alcanzar calificaciones altas, cumplir estándares académicos elevados y conservar un desempeño competitivo dentro del entorno universitario. En esta línea, Rodríguez et al. (2025) exponen que dicha exigencia constante produce una percepción de autoevaluación permanente, lo cual acrecienta la ansiedad anticipatoria y el miedo al fracaso. También señalan que la percepción de bajo rendimiento académico y la tensión por cumplir expectativas institucionales se asocian con mayores rangos de depresión y ansiedad en universitarios.

Así también, las exigencias de rendimiento subyacen de la unidad educativa y del alumnado, quien internaliza expectativas de éxito académico como parte de su proyecto de vida y proceso de construcción identitaria. Para ello, Enclna et al. (2023) refieren que los universitarios que experimentan mayores grados de presión por el desempeño académico exponen mayor estabilidad de ansiedad y depresión, lo cual sugiere un impacto sostenido de este factor en torno a la salud mental.

Como tal, la evaluación constante se torna en otro factor académico relevante identificado de manera reiterada en los estudios analizados. Por ejemplo, Tang et al. (2023) indican que la frecuencia de evaluaciones, exámenes parciales, trabajos acumulativos y procesos de calificación continua genera un estado de vigilancia académica permanente que incrementa los niveles de ansiedad. Es por ello que señalan que los estudiantes sometidos a sistemas de evaluación continua reportan mayores

niveles de estrés académico, lo cual se relaciona con síntomas de ansiedad y depresión.

Dicho fenómeno se intensifica cuando el alumnado percibe que los procesos evaluativos no consideran adecuadamente sus condiciones emocionales ni contextos personales. Aquello es reforzado por Berman et al. (2024), quienes indican que la evaluación académica rígida y poco flexible contribuye a la progresión del malestar psicológico, dado la limitación de la capacidad de los alumnos para regular su carga emocional y académica.

Asimismo, la presión por el desempeño se manifiesta como una exigencia constante por dar cumplimiento a las metas académicas, responder a expectativas familiares e institucionales y garantizar la continuidad de la trayectoria educativa. Ante ello, Wirkner y Brakemeier (2024) determinan que la presión por el desempeño académico se vincula con insuficiencia, baja autoestima e incremento de los síntomas ansiosos y depresivos.

De igual manera, Rodríguez et al. (2025) destacan que la presión por el desempeño académico interactúa con otros factores psicosociales, tales como, falta de apoyo social y baja claridad emocional, los cuales potencian la aparición de síntomas de ansiedad y depresión. Entonces, dichos hallazgos permiten comprender que la presión académica actúa como parte de múltiples factores que afectan el bienestar psicológico del estudiante universitario.

Como tal, este análisis evidencia que la carga académica elevada, exigencias de rendimiento, evaluación constante y presión por el desempeño son factores académicos que influyen en la aparición de depresión y ansiedad en los universitarios durante la adultez emergente. Los estudios coinciden en que tales factores pueden afectar la salud mental de los estudiantes, comprometiendo así, su bienestar psicológico, permanencia y desempeño académico.

4.3 Objetivo específico 2. Describir las percepciones y vivencias de los jóvenes respecto a su bienestar emocional frente a las exigencias académicas.

La percepción más recurrente es la experiencia de malestar emocional, la cual se distingue por ansiedad, tristeza, irritabilidad y preocupación constante. Ante ello, Brambila et al. (2025) indican que los universitarios perciben el estrés académico como una experiencia desgastante, relacionada con ansiedad y depresión, manifestaciones somáticas y deterioro del bienestar general. Dichas percepciones exponen que el malestar emocional es percibido como un estado prolongado que acompaña el desarrollo de la trayectoria académica.

A su vez, estudios longitudinales muestran que los estudiantes perciben un deterioro progresivo de su bienestar emocional a medida que avanzan en el semestre académico, tal es el caso de Benítez et al. (2025), quienes señalan que, aunque el rendimiento académico puede mejorar, los estudiantes experimentan simultáneamente un incremento de los síntomas de ansiedad y depresión, alteraciones del sueño y equilibrio fisiológico, lo que refuerza la percepción de un costo emocional asociado al cumplimiento de las demandas académicas.

Por su parte, el agotamiento académico es una sensación persistente de cansancio físico y emocional, pues, el alumnado percibe un desgaste progresivo que afecta su motivación, concentración y capacidad de afrontamiento. Ante esto, Al-Najdi et al. (2025) reportan que los participantes describen el entorno académico como emocionalmente exhaustivo, donde prima la saturación, fatiga mental y dificultad para mantener el equilibrio entre estudio y vida personal. Por ende, estas vivencias refuerzan la idea de que el agotamiento académico es percibido como una consecuencia de la exposición prolongada a exigencias académicas intensas.

La desmotivación también se torna en una percepción recurrente en los estudios analizados; puesto que, los estudiantes refieren una disminución progresiva del interés por las actividades académicas, acompañada de sentimientos de apatía y desconexión con el proceso formativo. En el estudio

de Stirparo et al. (2024) se establece que los universitarios con mayores niveles de ansiedad y síntomas depresivos perciben la reducción de su calidad de vida y de su motivación académica, lo que afecta su implicación emocional con los estudios. Como tal, esta desmotivación es vivida por los estudiantes como una señal de desgaste emocional y pérdida de sentido respecto a sus objetivos académicos.

Asimismo, los estudios revisados describen la sensación de fracaso como una vivencia frecuente entre los universitarios frente a las exigencias académicas. Dicha percepción se hace evidente cuando los alumnos consideran que no alcanzan a cumplir con los estándares académicos esperados o interpretan sus dificultades como sinónimo de incapacidad personal. Adicional a ello, Mahesh et al. (2024) indican que muchos estudiantes perciben las evaluaciones y el rendimiento académico como fuentes de preocupación constante, las cuales se relacionan con miedo al fracaso y sentimientos de insuficiencia personal.

Por su parte, el impacto en la vida personal se torna en una de las percepciones más relevantes identificadas en los estudios analizados, ya que, describen que las exigencias académicas afectan de manera significativa sus relaciones sociales, tiempo de descanso y bienestar general. Benítez et al. (2025) indican que los estudiantes perciben una reducción de la calidad del sueño y actividades de autocuidado, lo que incrementa el malestar emocional y sensación de desequilibrio entre la vida académica y personal.

De igual manera, los estudiantes perciben que la vida académica limita su participación en actividades recreativas, sociales y familiares, lo que refuerza sentimientos de aislamiento y deteriora su bienestar emocional (Silveira et al., 2025). Estas percepciones reflejan que el impacto de las exigencias académicas trasciende el ámbito universitario, pues, afecta de manera integral la vida de los estudiantes.

Con base en ello, se puede concluir que los universitarios perciben las exigencias académicas como un factor determinante en su bienestar emocional; las vivencias de malestar emocional, agotamiento académico, desmotivación, sensación de fracaso e impacto en la vida personal se

presentan de manera recurrente en los estudios analizados, configurando así, un panorama en el que la experiencia universitaria durante la adultez emergente se vive con una elevada carga emocional.

4.4 Objetivo específico 3. Examinar las estrategias de afrontamiento que los estudiantes emplean para enfrentar la ansiedad y depresión derivadas de su experiencia universitaria.

El afrontamiento activo se distingue como una respuesta relevante, debido a que, este tipo de afrontamiento se particulariza por la adopción de conductas enfocadas en la resolución de problemas, planificación, reestructuración cognitiva y búsqueda de recursos para manejar las demandas académicas. En este contexto, Babicka et al. (2021) indican que los universitarios que emplean la planificación, aceptación y establecimiento de metas presentan mayor capacidad para regular el estrés académico y disminuir los niveles de ansiedad y depresión. Entonces, aquello sugiere que el afrontamiento activo permite a los estudiantes percibir un mayor control sobre su situación académica, lo que favorece el bienestar emocional.

De la misma manera, el afrontamiento activo se asocia con mayores niveles de autoeficacia y resiliencia, así lo destaca Estrada (2023), quien señala que los estudiantes que emplean estrategias centradas en la resolución de problemas y fortalecimiento de la autoeficacia logran mantener niveles moderados de ansiedad y depresión, incluso en contextos altamente. Entonces, aquello resalta que el afrontamiento activo converge como un factor protector ante el deterioro de la salud mental.

A su vez, el apoyo social engloba la búsqueda de ayuda emocional, instrumental y psicológica a través de redes familiares, amistades, pares académicos y servicios institucionales. Por ejemplo, Al-Najdi et al. (2025) resaltan al apoyo social como un medio imprescindible para enfrentar la ansiedad y depresión, ya que permite que el alumnado comparta experiencias, normalice el malestar emocional y disminuya la sensación de aislamiento.

De manera similar, Benítez et al. (2025) identifican que los estudiantes universitarios con diagnósticos de trastornos mentales recurren con frecuencia a estrategias de apoyo social, tales como, búsqueda de consejería psicológica y acompañamiento de pares, lo cual contribuye a una mejor gestión del malestar emocional. Sin embargo, los autores señalan que el acceso limitado a servicios de apoyo institucional puede restringir la efectividad de estas estrategias, principalmente, en contextos con recursos insuficientes.

Por su parte, Delvecchio et al. (2023) resaltan que el uso recurrente de estrategias de evitación contribuye a la progresión de los cuadros de ansiedad y depresión, pues, tales estrategias abarcan negación del problema, aislamiento social, procrastinación, consumo de sustancias y distracción excesiva. Por tanto, el alumnado que recurre a estas estrategias disfuncionales tiende a manifestar mayores niveles de depresión y ansiedad.

A su vez, García et al. (2024) indican que la mayoría de alumnos opta por el uso de estrategias evitativas debido a la falta de conocimiento sobre mecanismos de afrontamiento más adaptativos. Con ello, los autores indican que es de suma relevancia la incorporación de intervenciones educativas que impulsen el desarrollo de habilidades de afrontamiento funcionales en el ámbito universitario.

4.5 Objetivo específico 4. Analizar la relación entre las condiciones de apoyo institucional y social dentro del entorno académico y el bienestar psicológico de los universitarios.

En relación con el apoyo psicológico institucional, los servicios de consejería y acompañamiento psicológico representan uno de los principales recursos formales de apoyo dentro de las universidades. Dado este contexto, Klein et al. (2021) refieren que la intervención psicológica proporcionada por los servicios universitarios contribuye a la reducción del malestar psicológico y fortalecimiento del bienestar emocional de los estudiantes, principalmente, cuando se enfoca en el desarrollo de autoaceptación, regulación emocional y resiliencia.

No obstante, persisten limitaciones vinculadas con la accesibilidad y alcance de aquellos servicios; pues, son muchas las instituciones que no disponen de centros de atención psicológica, o bien, sus servicios no cubren las necesidades de cada alumno (Franzoi et al., 2022). Esta carencia institucional propicia brechas en la atención para la salud mental y obliga a que los alumnos soliciten apoyo externo o enfrenten el malestar emocional sin acompañamiento profesional.

Frente a ello, Duraku et al. (2023) exponen que la percepción de apoyo social de pares y figuras importantes dentro de la universidad, se relaciona con una mejor salud mental y menores barreras para la búsqueda de ayuda psicológica. Pero, la nula confianza en los servicios institucionales más la escasa alfabetización en salud mental limitan el aprovechamiento de dichas redes de apoyo.

Priestley et al. (2021) añaden que las percepciones del estudiantado universitario sobre los servicios de apoyo en salud mental se inclinan por las iniciativas que fomentan un enfoque integral y preventivo.

A pesar de que algunas universidades disponen de modelos innovadores de apoyo no clínico, aún persisten obstáculos en torno a la disponibilidad, tiempo de espera y adecuación cultural de servicios. Bennett et al. (2024) refieren que la incorporación de servicios de bienestar no clínicos optimiza la percepción de apoyo institucional y reduce la ansiedad y el bajo bienestar en el alumnado.

En esta misma línea, Al-Najdi et al. (2025) dan a conocer que la falta de comprensión y sensibilización del personal universitario se torna en un obstáculo que dificulta la búsqueda de ayuda, situación que repercute negativamente en el bienestar psicológico de los alumnos. De igual modo, Vicente y Melchor (2024) refieren que las barreras culturales y lingüísticas limitan la accesibilidad a los servicios de bienestar universitarios.

Como tal, Zhang et al. (2024) indican que los alumnos valoran positivamente el acompañamiento suministrado por docencia cuando se encuentra capacitado en salud mental universitaria, lo cual contribuye a una mayor sensación de apoyo emocional. Por su parte, Brewster et al. (2021)

destacan la importancia de adoptar un enfoque institucional integral que promueva una cultura de bienestar compartido entre estudiantes y personal universitario.

4.6 Análisis documental

En la siguiente tabla se anexa la base informativa referente a los estudios que han formado parte de la base teórica de este estudio.

Autor/Año	Objetivo del estudio	Metodología	Población	Hallazgo principal	Relación con la investigación
Rodríguez et al. (2025)	Analizar la relación entre variables socioemocionales, consumo de sustancias y síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios españoles en etapa de adultez emergente.	Estudio cuantitativo, transversal.	727 estudiantes universitarios en España.	Más del 55% presentó síntomas de depresión, ansiedad o estrés. El apoyo social intervino como un factor protector, y el consumo de sustancias estuvo vinculado con mayor malestar psicológico.	Resalta la creciente prevalencia de ansiedad y depresión en la adultez emergente de los universitarios y la influencia del marco académico y recursos emocionales en su bienestar psicológico.
Enclna et al. (2023)	Examinar la relación entre consumo de sustancias, desempeño académico y salud mental en adultos jóvenes universitarios.	Estudio longitudinal.	Estudiantes universitarios adultos jóvenes.	Los estudiantes con mayores niveles de ansiedad, depresión y estrés presentaron mayor consumo de sustancias y deterioro del rendimiento académico. Se evidenció persistencia de síntomas emocionales a lo largo del tiempo.	Refuerza la relación entre malestar emocional sostenido y exigencias académicas prolongadas durante la adultez emergente.
Tang et al. (2023)	Analizar la relación entre estrés académico, satisfacción universitaria	Estudio cuantitativo transversal.	Universitarios de distintos contextos internacionales.	La percepción de sobrecarga académica y baja satisfacción universitaria se vincula con	Hace énfasis en la carga académica y las exigencias de rendimiento como indicadores de riesgo.

	y ansiedad y depresión en estudiantes.			elevados grados de ansiedad y depresión.	
Wirkner y Brakemeier (2024)	Examinar la evolución de la salud mental en universitarios y los factores vinculados con ansiedad y depresión.	Estudio longitudinal comparativo.	Alumnos de universidades europeas.	Hubo incremento de ansiedad y depresión, cuyo predominio estuvo en alumnos con baja autoestima y escaso apoyo social.	Respalda la relevancia de la implementación del apoyo institucional y social como un factor protector.
Berman et al. (2024)	Evaluar intervenciones psicológicas dirigidas a estudiantes universitarios con síntomas de ansiedad y depresión.	Ensayo controlado con intervención psicológica digital.	Estudiantes universitarios con sintomatología ansiosa y depresiva.	La percepción de desequilibrio entre demandas académicas y recursos personales se asocia con mayor malestar emocional. Las intervenciones estructuradas mejoran la regulación emocional.	Apoya el análisis de presión académica sostenida como desencadenante de ansiedad y depresión.
Brambila et al. (2025)	Examinar la relación entre estrés académico, variables cognitivas y salud mental en universitarios.	Estudio cuantitativo correlacional.	Estudiantes universitarios latinoamericanos.	El estrés académico elevado se relaciona con mayores síntomas de ansiedad y depresión, además de alteraciones del bienestar general.	Destaca que el malestar emocional junto al agotamiento académico es altamente recurrente en universitarios.
Benítez et al. (2025)	Examinar los efectos del estrés académico en universitarios.	Estudio longitudinal.	Universitarios jóvenes.	Se estableció el incremento de ansiedad, depresión y alteraciones del sueño cuando los alumnos se	Respalda la afectación de la vida personal y aborda el impacto del

				sometieron a periodos académicos exigentes.	entorno académico sobre el bienestar psicológico.
Babicka et al. (2021)	Analizar estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en estudiantes universitarios.	Estudio cuantitativo descriptivo.	Estudiantes universitarios.	El afrontamiento activo y planificación se asociaron con menores niveles de ansiedad y depresión.	Sustenta la categoría "Estrategias de afrontamiento funcionales".
Franzoi et al. (2022)	Analizar la disponibilidad y funcionamiento de servicios de consejería universitaria en Europa.	Revisión retrospectiva institucional.	Universidades europeas.	Muchas instituciones carecen de servicios psicológicos suficientes o presentan limitaciones de acceso.	Sustenta el análisis sobre vacíos en apoyo institucional y servicios de bienestar.
Al-Najdi et al. (2025)	Explorar los desafíos de salud mental experimentados por estudiantes universitarios del área de atención médica.	Estudio cualitativo.	Estudiantes universitarios del área de ciencias de la salud.	Los estudiantes enfrentan elevados niveles de estrés académico, presión por el rendimiento y temor al fracaso, lo que repercute en síntomas de ansiedad, agotamiento emocional y desmotivación. Las exigencias curriculares intensivas y la competencia académica contribuyen al deterioro del bienestar psicológico.	Respalda las categorías de carga académica, agotamiento académico y malestar emocional identificadas en el presente trabajo. También aborda la influencia del entorno formativo en la aparición de ansiedad y depresión durante la adultez emergente.

Stirparo et al. (2024)	Contrastar la salud mental de los alumnos de medicina con la población general.	Estudio transversal.	Alumnos de medicina y grupo comparativo de la población general.	El alumnado de medicina presentó mayores niveles de ansiedad, depresión y estrés en contraste de la población general. La intensidad del programa académico y la presión constante por el desempeño académico influyen negativamente en la calidad de vida.	Sustenta el análisis sobre exigencias académicas y presión por el rendimiento como factores asociados al deterioro de la salud mental universitaria. Refuerza la idea de que el entorno académico puede intensificar síntomas emocionales.
Mahesh et al. (2024)	Examinar factores asociados al bienestar psicológico, ansiedad, depresión y estrés en estudiantes de odontología.	Estudio con corte transversal.	Estudiantes de odontología correspondientes a la región de Delhi.	Los picos de ansiedad y depresión estuvieron relacionados con carga académica, tensión por desempeño y exigencias clínicas.	Brinda respaldo a la presión por el desempeño y percepción de fracaso académico, por lo que apoya el vínculo entre ámbito académico exigente y depresión.
Silveira et al. (2025)	Evaluar el efecto de la carrera de medicina en la calidad de vida y salud mental en Brasil.	Estudio comparativo transversal.	Alumnado de medicina de Brasil.	Hubo deterioro en los indicadores de salud mental y calidad de vida conforme progresan los años académicos. Los alumnos reportaron mayormente cuadros de ansiedad, depresión y reducción del bienestar general.	Aborda cómo el entorno académico afecta la vida personal y el equilibrio emocional; además, refuerza el abordaje oportuno de la salud mental en universitarios.

Klein et al. (2021)	Describir el protocolo de un ensayo controlado aleatorizado sobre terapia cognitivo-conductual en línea para estudiantes con ansiedad y/o depresión.	Protocolo de ensayo controlado aleatorizado.	Estudiantes universitarios con síntomas ansiosos o depresivos.	Las intervenciones digitales basadas en terapia cognitivo-conductual pueden ser eficaces para reducir síntomas de ansiedad y depresión en universitarios.	Brinda importancia al apoyo institucional y acceso a servicios de bienestar ya que son concebidos como factores protectores ante el malestar psicológico.
Priestley et al. (2022)	Estudiar la percepción estudiantil acerca de los servicios de apoyo en salud mental en las universidades.	Estudio cualitativo.	Alumnos universitarios.	Los alumnos valoran de forma positiva los servicios de apoyo cuando estos son accesibles y visibles.	Refuerza el análisis de la percepción del acompañamiento universitario y aborda las limitaciones institucionales en torno al apoyo psicológico.
Bennett et al. (2024)	Identificar cambios en la salud mental y conducta de búsqueda de ayuda posteriores a la implementación de nuevos servicios de bienestar.	Estudio evaluativo.	Alumnos de una universidad del Reino Unido.	Se identificó incremento en la búsqueda de ayuda y mejoras en el bienestar. Pero, algunos síntomas depresivos persistieron, evidenciando así, la necesidad de incorporar intervenciones complementarias.	Respalda la importancia de la inserción y fortalecimiento de políticas institucionales activas en torno a la promoción de la salud mental de los alumnos.

Vicente & Melchor (2024)	Analizar la eficacia de intervenciones para la reducción de ansiedad y depresión en jóvenes con adicción a internet.	Metaanálisis.	Jóvenes con adicción a internet.	Las intervenciones psicológicas estructuradas disminuyen ansiedad y depresión; además, la regulación emocional y el apoyo terapéutico son fundamentales en este entorno.	Resalta la eficacia de las estrategias de afrontamiento y apoyo profesional para el manejo de síntomas emocionales.
Zhang et al. (2024)	Estudiar el rol mediador de la resiliencia en el vínculo entre apoyo social e insomnio.	Estudio transversal.	Trabajadores de la salud.	El apoyo social estuvo asociado con menor ansiedad e insomnio. Se demostró que el acompañamiento social es un factor protector.	Sustenta la importancia del establecimiento de redes de apoyo social para el bienestar psicológico.
Estrada (2023)	Evaluar la prevalencia de depresión en universitarios peruanos en la pandemia por Covid-19.	Estudio cuantitativo transversal.	Estudiantes universitarios de Perú.	Hubo una elevada prevalencia de depresión en universitarios, asociada con aislamiento social, incertidumbre académica y temor al futuro profesional. Las condiciones académicas alteradas por la virtualidad y carga emocional influyeron en el deterioro del bienestar psicológico.	Evidencia cómo los contextos académicos y sociales adversos intensifican los cuadros de depresivos a lo largo de la adultez emergente.
Delvecchio et al. (2023)	Examinar los niveles de ansiedad y estrés en adultos emergentes de	Estudio cuantitativo transversal.	Adultos emergentes de Estados Unidos,	Hubo niveles elevados de ansiedad y estrés en adultos emergentes, con diferencias culturales asociadas con	Aborda la vulnerabilidad emocional en la adultez emergente y refuerza la

	distintos países y analizar el papel de la evitación de la incertidumbre como variable cultural.		China, Italia y Rusia.	la tolerancia a la incertidumbre. La dificultad para manejar la incertidumbre incrementó los rangos de malestar emocional.	pertinencia de estudiar la ansiedad y el estrés en universitarios.
García et al. (2024)	Establecer indicadores de ansiedad en estudiantes de enfermería de primer y segundo semestre.	Estudio cuantitativo descriptivo.	Estudiantes de enfermería de una universidad privada.	Niveles elevados de ansiedad en estudiantes de primero semestre, los cuales se relacionaron la adaptación académica, presión por el rendimiento y temor al fracaso.	Analiza al entorno académico como un factor influyente en la ansiedad de jóvenes universitarios.
Duraku et al. (2023)	Determinar la relación entre salud mental, habilidades de estudio, apoyo social y barreras para la búsqueda de ayuda psicológica en universitarios.	Estudio mixto.	234 alumnos de universidad.	Predominaron los cuadros de ansiedad, depresión y estrés; el apoyo social fue percibido como un factor protector, y la falta de confianza en los servicios psicológicos fue la principal barrera para solicitar ayuda.	Brinda sustento a la categoría de apoyo institucional y redes de apoyo social ya que los sitúa como elementos fundamentales para el bienestar psicológico.
Brewster et al. (2022)	Examinar las culturas institucionales de bienestar y salud mental para establecer la	Estudio cualitativo	Docentes y alumnos de instituciones de	El bienestar estudiantil estuvo vinculado con las políticas institucionales y cultura organizacional; el enfoque integral	Apoya el análisis referente a la importancia del apoyo institucional y la cultura universitaria como factores de suma importancia

	relación entre bienestar estudiantil y bienestar de docencia.		tercer nivel del Reino Unido.	que abarca apoyo y formación en salud mental mejora el acompañamiento al alumnado.	para el bienestar psicológico estudiantil.
--	---	--	-------------------------------	--	--

CAPÍTULO 5: CONCLUSIONES

Las experiencias de depresión y ansiedad en universitarios durante la etapa de adultez emergente se tornaron en un fenómeno multifactorial, vinculado a las exigencias propias del entorno académico. Las demandas formativas, presión por el rendimiento y condiciones institucionales influyen en el bienestar psicológico, lo cual incrementa la vulnerabilidad emocional de los estudiantes y afecta su calidad de vida y desempeño académico.

Los factores académicos asociados a la aparición de síntomas de depresión y ansiedad incluyeron sobrecarga académica, exigencias de alto rendimiento, evaluación constante y presión por el desempeño. Estos elementos se distinguieron por generar niveles elevados de estrés sostenido que, cuando no son gestionados adecuadamente, favorecen el desarrollo de malestar emocional y afectan la estabilidad psicológica de los estudiantes universitarios.

Las percepciones y vivencias de los jóvenes ante exigencias académicas expusieron deterioro del bienestar emocional, el cual se manifestó a través de malestar psicológico, agotamiento académico, desmotivación y sensación de fracaso. Dichas experiencias impactan el ámbito académico y repercuten en su vida personal, social y familiar, lo cual se traduce en un desequilibrio entre demandas universitarias y recursos emocionales disponibles.

Las estrategias de afrontamiento empleadas expusieron diferencias en términos de efectividad; es así que el afrontamiento activo y el apoyo social resultaron estrategias funcionales que contribuyen a una mejor regulación emocional y reducción de ansiedad y depresión, y las estrategias evitativas se vinculan con mayor deterioro del bienestar psicológico y persistencia de malestar emocional.

Las condiciones de apoyo institucional y social en el ámbito académico ejercen un rol primordial en la promoción del bienestar psicológico del alumnado. A pesar de que se reportaron buenas prácticas enfocadas en el

acompañamiento psicológico y fortalecimiento de redes de apoyo, persisten limitaciones en cuanto al acceso, cobertura y percepción de los servicios, hallazgos que evidencian la importancia de la implementación de enfoques integrales y preventivos que prioricen la salud mental en el margen universitario.

BIBLIOGRAFÍA

- Al-Najdi, S., Mansoor, A., Hayk, H., & Al-Hashimi, N. (2025). Luchas silenciosas: un estudio cualitativo que explora los desafíos de salud mental de los estudiantes universitarios de atención médica. *Educación médica de BMC*, 25(157), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s12909-025-06740-8>.
- Asamblea Nacional. (20 de Octubre de 2008). *CONSTITUCION DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR 2008*. Obtenido de https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4_ecu_const.pdf
- Asamblea Nacional. (4 de Enero de 2024). *Ley Orgánica de Salud Mental*. Obtenido de <https://asobanca.org.ec/wp-content/uploads/2024/01/R-O-Ley-Organica-de-Salud-Mental-1.pdf>
- Ávalos, M., Nascimento, G., Noldin, C., & Patiño, M. (2023). PREVALENCIA DE SÍNTOMAS DEPRESIVOS EN LOS ESTUDIANTES DE MEDICINA DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA SAN SEBASTIÁN. *Tesãi*, 1(1), 22-25. https://docs.bvsalud.org/biblioref/2024/08/1568013/prevalencia-de-sintomas-depresivos-en-los-estudiantes-de-medic_mMoJb6S.pdf.
- Babicka, A., Wirkus, L., & Stasiak, K. (2021). University students' strategies of coping with stress during the coronavirus pandemic: Data from Poland. *Plos One*, 16(7), 1-27. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0255041>.
- Benítez, J., Restrepo, D., Navarro, E., & Clemente, V. (2025). Longitudinal effects of stress in an academic context on psychological well-being, physiological markers, health behaviors, and academic performance in university students. *BMC Psychology*, 13(753), 1-14. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03041-z>.
- Bennett, J., Haworth, C., Kidger, J., & Heron, J. (2024). Investigating changes in student mental health and help-seeking behaviour after the introduction of new well-being support services at a UK university. *BJPsych Open*, 10, 1-10. <https://doi.org/10.1192/bjo.2024.711>.
- Berman, A., Topooco, N., Lindfors, P., & Bendtsen, M. (2024). Transdiagnostic and tailored internet intervention to improve mental health among

- university students: Research protocol for a randomized controlled trial. *Trials*, 25, 1-19. <https://doi.org/10.1186/s13063-024-07986-1>.
- Brambila, A., Velarde, E., Carrillo, L., & Macías, F. (2025). Association Between Academic, Cognitive and Health-Related Variables with Academic Stress in Health Sciences University Students. *Behav. Sci*, 15(1219), 1-15. <https://doi.org/10.3390/bs15091219>.
- Brewster, L., Priestley, M., & Leigh, W. (2022). 'Look after the staff and they would look after the students' cultures of wellbeing and mental health in the university setting. *Journal of Further and Higher Education*, 46(4), 548-560. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2021.1986473>.
- Chen, Y., Pan, L., Lu, F., Sun, D., & Liao, C. (2025). El desapego psicológico en la educación superior china: un modelo multiteórico de estrés académico, presión cultural y recursos de afrontamiento. *Frente. Psicología*, 16, 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1647184>.
- Davids, E. (2024). Toma de decisiones asociada a la ansiedad y la depresión entre adultos emergentes. *Revista Sudafricana de Psicología*, 54(3), 1-8. <https://doi.org/10.1177/00812463241265044>.
- Delvecchio, E., Cenci, G., Lis, A., Li, J., & Vaszonyi, A. (2023). Ansiedad y estrés entre adultos emergentes estadounidenses, chinos, italianos y rusos: ¿Importa evitar la incertidumbre? *Asistencia sanitaria (Basilea)*, 11(24), 1-9. <https://doi.org/10.3390/healthcare11243101>.
- Duraku, Z., David, H., & Hamiti, E. (2023). Mental health, study skills, social support, and barriers to seeking psychological help among university students: a call for mental health support in higher education. *Front. Public Health*, 11, 1-14. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1220614>.
- Enclna, D., Figueroa, M., Fleltas, G., & Filletas, J. (2023). Asociación entre el consumo de sustancias y salud mental en adultos jóvenes paraguayos. *Sci. Am*, 10(1), 18-22. <https://doi.org/10.30545/scientiamericana.2023.ene-abr.4>.

- Estrada, C. (2023). Depresión en estudiantes universitarios peruanos durante la pandemia COVID-19. *Revista chilena de neuropsiquiatría*, 61(2), 1-7. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272023000200158>.
- Franzoi, I., Sauta, M., & Carnevale, G. (2022). Centros de orientación estudiantil en Europa: un análisis retrospectivo. *Front. Psychol*, 13, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.894423>.
- García, J., Mayorga, V., Figuera, P., Guillén, A., & Cunalata, C. (2024). Indicadores de ansiedad en estudiantes universitarios de enfermería de primer y segundo semestre de una universidad privada. *Revista Científica Retos De La Ciencia*, 8(18), 98-109. <https://doi.org/10.53877/rc.8.18.20240701.9>.
- González, M., & Andrade, P. (2021). Percepción de prácticas parentales y ansiedad en adolescentes mexicanos. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 8(1), 54-59. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7802649.pdf>.
- Grigorian, K., Östberg, V., Raninen, J., & Låftman, S. (2024). Soledad, pertenencia y quejas psicósomáticas en la adolescencia tardía y la adultez joven: un estudio de cohorte sueco. *Salud Pública del BMC*, 24(642), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18059-y>.
- Hernández, L., & Sánchez, M. (2025). Estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 15(29), 1-7. <https://doi.org/10.23913/ride.v15i29.2200>.
- Islam, S. (2023). El efecto del estrés académico y la ansiedad mental en estudiantes de la Universidad de Khulna. *Universidad de Khulna*, 2, 1-23. https://www.researchgate.net/publication/376831519_The_Effect_of_Academic_Stress_and_Mental_Anxiety_Among_Khulna_University_Student_Undergrad_Thesis.
- Jiménez, H., Pozo, E., Ortiz, A., & Cabrera, R. (2025). Relación entre Síntomas de Alexitimia y Dificultades en la Regulación Emocional en

- Adultos Jóvenes. *SAGA: Revista Científica Multidisciplinar*, 2(4), 192-205. <https://doi.org/10.63415/saga.v2i4.271>.
- Klein, A., Wolters, N., Bol, E., Koelen, J., & Koning, L. (2021). Terapia cognitivo-conductual guiada en universitarios con ansiedad y depresión. *BMJ Open*, 11(11), e049554. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-049554>.
- Klos, M., Joerin, Á., Escoredo, M., Lemos, V., & Rauws, M. (2021). Chatbot basado en IA para ansiedad y depresión en universitarios. *JMIR Publications*, 5(8), e20678. <https://doi.org/10.2196/20678>.
- Lin, Z., Cheng, L., Han, X., Wang, H., & Liao, Y. (2023). El efecto de la terapia cognitivo-conductual basada en Internet en el trastorno depresivo mayor: ensayo controlado aleatorio. *J Med Internet Res*, 25, e42786. <https://doi.org/10.2196/42786>.
- Mahesh, S., Hemalata, K., & Gupta, A. (2024). Factors Affecting Psychological Well-Being, Depression, Anxiety, and Stress Among Dental Students in Delhi and the National Capital Region: A Cross-Sectional Study. *Cureus*, 16(9), 1-42. DOI: 10.7759/cureus.70474.
- Majumdar, A. (2022). Análisis temático en la investigación cualitativa. *Instituto Internacional de Investigación*, 7(31), 604-622. <https://doi.org/10.4018/978-1-6684-3881-7.ch031>.
- Mei, Y., Yang, X., Gui, J., Li, Y., & Wang, Y. (2023). La relación entre la resiliencia psicológica y la depresión en pacientes con diabetes en el contexto de la “dinámica cero COVID-19”: el papel mediador del estigma y el papel moderador de la carga de medicación. *Frente de Salud Pública*, 11(1), 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1124570>.
- Mejía, C., Vera, J., Chileno, E., & Cáceres, A. (2023). Ansiedad, depresión y estrés según variables socioeducativas y mentales en estudiantes de medicina de una universidad pública del Perú. *REV. CHIL NEURO-PSIQUIAT*, 61(3), 270-278. <https://www.scielo.cl/pdf/rchnp/v61n3/0717-9227-rchnp-61-03-0270.pdf>.

- Mena, M., Ruíz, A., & Moreta, R. (2023). Bienestar Subjetivo y Salud Mental en universitarios del Ecuador: análisis de relaciones latentes con SEM. *Actualidades en Psicología*, 37(135), 1-8. <http://dx.doi.org/10.15517/ap.v37i135.53576>.
- Méndez, C., Pisco, O., & Abril, J. (2025). La ansiedad como trastorno emocional influyente en el rendimiento académico. *Revista Científica Internacional*, 12(1), 1705-1720. <https://doi.org/10.69639/arandu.v12i1.703>.
- Morales, M., & Díaz, D. (2024). Depresión y ansiedad en adolescentes: impacto de variables individuales y relacionales de la salud mental. *Religación*, 9(42), e2401270. <https://doi.org/10.46652/rgn.v9i42.1270>.
- Naciones Unidas. (2025). *Objetivos y metas de desarrollo sostenible*. Obtenido de <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/sustainable-development-goals/>
- Noboa, D., Moya, S., Félix, A., & Rovira, Z. (16 de Febrero de 2024). *PLAN DE DESARROLLO para el Nuevo Ecuador 2024-2025*. https://siteal.iiep.unesco.org/sites/default/files/sit_accion_files/pnd2024-2025.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (8 de Octubre de 2025). *Salud mental*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Organización Mundial de la Salud. (29 de Agosto de 2025). *Trastorno depresivo (depresión)*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Pérez, C., & Cedeño, D. (2025). Evaluación de la Ansiedad Social y Acciones Preventivas del Técnico de Enfermería en Adolescentes de Bachillerato de la Unidad Educativa “Pedro Fermín Cevallos” Ambato-Ecuador. *Reincisol*, 4(8), 2054-2080. [https://doi.org/10.59282/reincisol.V4\(8\)2054-2080](https://doi.org/10.59282/reincisol.V4(8)2054-2080).

- Pires, P., Bambamba, Á., & Mupueleque, M. (2022). Prevalencia de la ansiedad y depresión en alumnos de ciencias de la salud durante el Covid-19. *Ministerio de Justicia Salud Pública*, 11(1), 11-15. <https://doi.org/10.15406/mojph.2022.11.00368>.
- Pölczman, L., Árva, D., Györffy, Z., Jám bor, M., & Végh, A. (2025). Impacto de un programa de mentoría entre pares en estudiantes de medicina. *Front. Educ*, 9, 1-7. <https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1523310>.
- Priestley, M., Broglia, E., Hughes, G., & Spanner, L. (2022). Student Perspectives on improving mental health support Services at university. *Couns Psychother Res*, 22(197), 197-206. DOI: 10.1002/capr.12391.
- Ramón, J., & Vega, V. (2024). Relación entre estilos de crianza y autoestima en adolescentes. *Instituto Internacional de Investigación y Desarrollo Tecnológico Educativo INDTEC*, 8(30), 103-122. <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2023.8.30.5.103-122>.
- Rodríguez, J., Martín, J., Salgado, A., & Carbonero, M. (2025). Uso problemático de internet en personas universitarias: influencia de la inteligencia emocional, depresión, ansiedad, estrés, apoyo social percibido y rendimiento académico. *Teconología, ciencia y educación*(32), 185-209. <https://doi.org/10.51302/tce.2025.24035>.
- Rodríguez, J., Martín, L., Salgado, A., & Carbonero, M. (2025). Adultez emergente, variables socioemocionales y salud mental en estudiantes universitarios españoles. *Psicología BMC*, 13(531), 1-7. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02804-y>.
- Silveira, M., Martins, I., Cardoso, E., & Almeida, R. (2025). Impacto de la carrera de medicina en la calidad de vida y la salud mental en Brasil: un estudio comparativo transversal. *Educación y formación médica*, 15, e097917. doi: 10.1136/bmjopen-2024-097917.
- Solís, F., Reyes, A., González, C., & Lozoya, L. (2025). Vida académica de jóvenes universitarios durante la pandemia COVID-19. *Revista Espacios*, 45(5), 1-8. <https://doi.org/10.48082/espacios-a24v45n05p05>.

- Solorzano, R., Basurto, G., Molina, C., & Mendoza, L. (2024). Efectos de la Covid-19 en la salud mental de estudiantes universitarios. *Revista Psicología y Diálogo de Saberes*, 3(2), 94-107. <https://doi.org/10.33936/psidial.v3i2.6519>.
- Stirparo, G., Pireddu, R., D'Angelo, M., Bottignole, D., & Mazzoli, R. (2024). Is Mental Health Worse in Medical Students than in the General Population? A Cross-Sectional Study. *Medicina*, 60(863), 1-10. <https://doi.org/10.3390/medicina60060863>.
- Suárez, A., Valle, M., & Porras, M. (2025). Impacto de la ansiedad y la depresión en estudiantes de educación superior. *Revista Dilemas Contemporáneos*, 3(39), 1-18. <https://dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com/index.php/dilemas/article/download/4641/4456/#:~:text=Contexto%20de%20la%20depresi%C3%B3n%20en,amplificar%20los%20factores%20de%20riesgo>.
- Tang, P., Pavlopoulou, G., Kostyrka, K., & Phillips, J. (2023). Vínculos entre problemas de salud mental y pensamiento futuro de adolescentes con su experiencia de depresión y ansiedad. *Psiquiatría y salud mental infantil y adolescente*, 17(143), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s13034-023-00679-8>.
- Tarrillo, O., Mejía, J., Dávila, J., Pintado, C., & Tapia, C. (2024). *Metodología de la investigación* (1st ed.). Ecuador: CID - Centro de Investigación y Desarrollo.
- Tschorn, M., Koller, K., Heinen, D., Böttger, S., & Seiffert, J. (2025). ¿Cuál es el impacto del apoyo social en la salud autoevaluada y los síntomas depresivos en estudiantes universitarios?. *Salud Pública del BMC*, 25(2367), 1-7. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-23362-3>.
- Vicente, J., & Melchor, M. (2024). Eficacia de las intervenciones para reducir ansiedad, depresión y adicción a internet en adolescentes adictos a internet: un metaanálisis. *Acta Colombiana de Psicología*, 27(2), 1-6. <https://doi.org/10.14718/acp.2024.27.2.9>.

- Wirkner, J., & Lotta, A. (2024). The crisis is over, long live the crisis: mental health in emerging adulthood during the course of the COVID-19 pandemic. *Front. Psychol*, *15*, 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1283919>.
- Xuan, Q. (2025). Inteligencia emocional y desarrollo holístico del estudiante: una evaluación de la eficacia psicológica y social en la educación vocacional universitaria de inglés. *Frente. Psicología*, *16*, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1664645>.
- Zhang, D., Li, X., Zhang, M., Huang, A., & Yang, L. (2024). El efecto mediador de la resiliencia y la ansiedad por COVID-19 en la relación entre el apoyo social y el insomnio entre los trabajadores de la salud: un estudio transversal. *Psiquiatría frontal*, *15*, 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1328226>.
- Zi, C., Ah, K., Hawa, R., Elyna, A., & Kok, J. (2025). Programa interactivo online de resiliencia para estudiantes universitarios. *Educación coherente*, *12*, 1-8. <https://doi.org/10.1080/2331186X.2025.2474797>.

Nº	Fuente / Plataforma	Fecha de publicación	País / Ciudad	Nombre del cargo	Área / Sector	Institución	Investigación	Factores académicos que inciden	Estrategias de afrontamiento	Relación entre condiciones de apoyo institucional y social con el bienestar psicológico
	Multitabajos	08 de julio 2025	Guayas, Isidro Ayora	Trabajador social	Agropecuaria	Confidencial	XYZ	Apoyo Docente Cantidad de Tareas	Apoyo Psicológico	Alta relación por tal y tal
	Multitabajos	14 de julio 2025	Guayas, Guayaquil	Trabajador/a social	Industria plástica	Confidencial	LLL	Infraestructura de la UNIVERSIDAD	Netflix	Baja relación por tal y tal
	Multitabajos	09 de julio 2025	Latacunga, Cotopaxi	Trabajadora social	Empresa de consumo masivo	Confidencial	ABC	Apoyo docente Horario de Estudio	Jugar Futbol Videojuegos	
	Multitabajos	11 de julio 2025	Guayas, Guayaquil	Trabajador social eventual	Industria de servicios	Confidencial	HJSB	Cantidad de Tareas Costo de estudios	Salir Fiesta	
	Multitabajos	09 de julio 2025	Quito, Pichincha	Trabajador social	Industria de consumo masivo	Confidencial	OHSUJH			

	Multitabajos	09 de julio 2025	Cuenca, Azuay	Trabajador social eventual	Industria de comercio mayorista de medicamentos	Confidencial	SJBHDUB			
	Multitabajos	11 de julio 2025	Quito, Pichincha	Trabajador social	Automotriz	Confidencial	HUBOSH			
	Multitabajos	En el mes de junio, actualizado hace 15 días	Guayaquil, Guayas	Trabajador social	Industria de servicios de publicidad y trade marketing	Confidencial	IHSOJD			
	Multitabajos	En el mes de junio, actualizado hace 15 días	Posorja, Guayas	Trabajador social	Industria logística y portuaria	Confidencial	HDOHS			
0	Multitabajos	13 de julio 2025	Cayambe, Pichincha	Trabajador social	Cooperativa de Ahorro y Crédito	Confidencial	HDSUH			
1	Multitabajos	En el mes de junio, actualizado hace 15 días	Guayaquil, Guayas	Trabajadora social	Comercio de artículos para el hogar y movilidad	Confidencial	SJHBXUH			

2	Multitabajos	En el mes de junio, actualizado hace 15 días	Yaruqui, Pichincha	Trabajador social	Comercio, distribución de productos de consumo humano	Confidencial	JSHBGUIDH			
3	Multitabajos	En el mes de junio, actualizado hace 15 días	Quito, Pichincha	Trabajador social	Industria de consumo masivo	Confidencial	JSHBDUH			
4	Multitabajos	En el mes de junio, actualizado hace 15 días	Cuenca, Azuay	Supervisor de proyecto sociólogo, trabajador social	Industria de servicios	Confidencial				
5	LinkedIn	08 de julio 2025	Quito, Pichincha	Trabajador social	Automotriz	Confidencial				
6	LinkedIn	10 de julio 2025	Guayaquil, Guayas	Trabajador social	Fabricación, comercio y distribución de alimentos, dulces, chocolates	Confidencial				

7	LinkedIn	08 de julio 2025	Guayaquil, Guayas	Trabajador social	Empresa de bebidas y alimentos	Confidencial				
8	LinkedIn	08 de julio 2025	Guayaquil, Guayas	Trabajador social	Empresa de seguros	Confidencial				
9	LinkedIn	15 de junio 2025	Guayaquil, Guayas	Trabajadora social	Industria de venta de productos electrodomésticos	Confidencial				
0	LinkedIn	11 de julio 2025	Cuenca, Azuay	Social worker	Empresa de terapias para organos vitales para prolongar la vida	Confidencial				
1	LinkedIn	15 de junio 2025	Durán, Guayas	Trabajador social	Empresa de producción de camarón	Confidencial				
2	LinkedIn	01 de julio 2025	Quito, Pichincha	Trabajador social pasante	Salud	Confidencial				
3	LinkedIn	01 de abril 2025	Manta, Manabí	Trabajador social	Internet	Confidencial				

4	LinkedIn	11 de julio 2025	Guayaquil, Guayas	WF professional - social worker	Bebidas alcohólicas	Confidencial				
5	LinkedIn	02 de julio 2025	Guayaquil, Guayas	Trabajador/a social	Servicios integrales de transporte	Confidencial				
6	Multitabajos	15 de julio 2025	Guayaquil, Guayas	Asistente de trabajo social	Industria de servicios	Confidencial				
7	Multitabajos	10 de julio 2025	Quito, Pichincha	Trabajador/a social	No se conoce	Confidencial				
8	Multitabajos	10 de julio 2025	Guayaquil, Guayas	Trabajadora social	No se conoce	Confidencial				
9	Multitabajos	15 de julio 2025	Quito, Pichincha	Trabajador/a social	No se conoce	Confidencial				
0	LinkedIn	20 de julio 2025	Quito, Pichincha	Trabajador social	Empresa de soluciones integradas a movilidad urbana y estacionamiento	Confidencial				



**Presidencia
de la República
del Ecuador**



**Plan Nacional
de Ciencia, Tecnología,
Innovación y Saberes**



SENESCYT

Secretaría Nacional de Educación Superior,
Ciencia, Tecnología e Innovación

DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, **Ullón Morales, Oriana Milena**, con C.C: # **0951543354** autora del trabajo de titulación: **Estudio documental sobre adultez emergente y salud mental en entornos académicos-laborales** previo a la obtención del título de **Licenciada en Trabajo Social** en la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de titulación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de propiedad intelectual vigentes.

Guayaquil, 18 de febrero de 2026

Oriana Ullón M.

f. _____

Nombre: Ullón Morales, Oriana Milena

C.C: 0951543354



REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

FICHA DE REGISTRO DE TESIS/TRABAJO DE TITULACIÓN

TEMA Y SUBTEMA:	Estudio documental sobre adultez emergente y salud mental en entornos académicos-laborales.		
AUTOR(ES)	Ullón Morales, Oriana Milena		
REVISOR(ES)/TUTOR(E)	Espinoza Olvera, Lida Cruz		
INSTITUCIÓN:	Universidad Católica de Santiago de Guayaquil		
FACULTAD:	Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas		
CARRERA:	Carrera de Trabajo Social		
TÍTULO OBTENIDO:	Licenciada en Trabajo Social		
FECHA DE PUBLICACIÓN:	18 de febrero de 2026	No. DE PÁGINAS:	67
ÁREAS TEMÁTICAS:	Trabajo Social, adultez emergente		
PALABRAS CLAVES/KEYWORDS:	Adultez emergente, ansiedad, bienestar psicológico, depresión, entorno académico, universitarios		
RESUMEN/ABSTRACT (150-250 palabras):	<p>La adultez emergente se distingue porque las personas buscan autonomía personal, estabilidad emocional y posicionamiento profesional. En el contexto universitario, implica la transición dada entre demandas académicas y su nexos con el ámbito laboral, lo cual incrementa la vulnerabilidad para desarrollar episodios de ansiedad, depresión y estrés. El objetivo de este estudio consistió en analizar las experiencias de depresión y ansiedad en universitarios de Guayaquil durante su adultez emergente, considerando la influencia del entorno académico en su bienestar psicológico. El enfoque de estudio fue cualitativo de tipo descriptivo enfocado en establecer que los universitarios en adultez emergente experimentan elevados niveles de ansiedad y depresión relacionados con carga académica, exigencias de rendimiento y presión por el desempeño. Se identificaron experiencias de malestar emocional, agotamiento académico, desmotivación y afectación de la vida personal. Las estrategias de afrontamiento más frecuentes fueron afrontamiento activo, apoyo social y evitación. Se llegó a la conclusión de que el bienestar psicológico de los universitarios se asocia con las condiciones del entorno académico y disponibilidad de apoyo institucional y social; en tanto que las exigencias académicas sostenidas incrementan la vulnerabilidad emocional durante la adultez emergente, y las estrategias de afrontamiento funcionales sumadas al acompañamiento universitario favorecen la regulación emocional.</p>		
ADJUNTO PDF:	SI	NO	
CONTACTO CON AUTOR/ES:	Teléfono: +593-4- (registrar teléfonos)	E-mail: oriana.ullon@cu.ucsg.edu.ec	
CONTACTO CON LA INSTITUCIÓN (COORDINADOR DEL PROCESO UTE)::	Nombre: Christopher Muñoz Sánchez, Mtr.		
	Teléfono: +593-4-2206957 ext. 2206		
	E-mail: cristopher.munoz@cu.ucsg.edu.ec		
SECCIÓN PARA USO DE BIBLIOTECA			
Nº. DE REGISTRO (en base a datos):			
Nº. DE CLASIFICACIÓN:			
DIRECCIÓN URL (tesis en la web):			