

# **PSICOLOGÍA Y SALUD**



## GÉNERO Y ESTRÉS, ANSIEDAD, DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA: UN ESTUDIO POSTCONFINAMIENTO POR COVID-19

**Alina de las Mercedes Campos Puente**

Dra. en Psicología

Docente Investigadora

Universidad Privada San Juan Bautista

alinacampos5d@gmail.com

**Delia Gladys Rico Chanamé**

Dra. en Psicología

Docente Ordinaria Auxiliar

Universidad Privada San Juan Bautista

delitarico4@gmail.com

*Received: 19 marzo 2024*

*Revised: 23 marzo 2024*

*Evaluator 1 report: 26 abril 2024*

*Evaluator 2 report: 29 abril 2024*

*Accepted: 22 mayo 2024*

*Published: junio 2024*

### RESUMEN

**Introducción:** Una de las medidas más eficaces durante la pandemia de Covid-19 para disminuir los riesgos de contagio, fue el confinamiento en las casas, sin embargo, su repercusión ha sido negativa para la salud mental de la población; y los estudiantes universitarios no han quedado exentos de padecer estrés y sintomatologías ansiosas - depresivas. **Objetivo:** Conocer la relación existente entre género y estrés, ansiedad, depresión en estudiantes de Psicología. Todo ello con el fin de diseñar estrategias de intervención y tratamiento de la salud mental, en esta población. **Método:** Se realizó un estudio cuantitativo transversal, de corte inferencial correlacional, mediante muestreo intencional por conveniencia. Participaron 1069 estudiantes de Psicología, de la Universidad Privada San Juan Bautista, en Lima, el 77% (n=823) mujeres, 23% (n=246) hombres; edades entre 16 a 67 años ( $X=20.96$ ,  $DS= 4,6$ ). Utilizamos SPSSv26 para análisis de estadística descriptiva y comparaciones. Instrumentos utilizados: Cuestionario de datos sociodemográficos (ad hoc), Escalas de Depresión Ansiedad y Estrés (DASS-21) (Lovibond & Lovibond, 1995). **Resultados:** 1) En cuanto al estrés, no existen diferencias significativas entre hombres y mujeres. 2) Referente a la ansiedad, sí existen diferencias significativas, los hombres muestran mayor frecuencia de niveles normales de ansiedad, mientras que en las mujeres se evidencia mayor frecuencia de niveles moderados de ansiedad. 3) En lo concerniente a la depresión, la diferencia es ligeramente significativa entre hombres y mujeres, siendo mayor los niveles elevados, en ellas. **Conclusiones:** Durante la etapa post-confinamiento por Covid-19, en los estudiantes de Psicología participantes, el género influye directamente en los niveles de ansiedad, siendo significativo que en las mujeres sea mayor la frecuencia de niveles moderados de ansiedad, que en los hombres.

**Palabras Claves:** estudiantes de Psicología; género; estrés; ansiedad; depresión; post-confinamiento por Covid-19

## **ABSTRACT**

### **Gender and stress, anxiety, depression in psychology students: a post-confinement study due to covid-19.**

**Introduction:** In order to decrease the risks of infection during the Covid-19 pandemic, one of the most effective measures was the confinement. Nevertheless, its repercussion has had a negative impact in the mental health of the population, and the University students have not been exempted from suffering stress and anxious-depressive symptomatology. **Objective:** To know the relationship between gender and stress, anxiety and depression in Psychology students. All this in order to create intervention strategies, and mental health treatment in this population. **Method:** A transversal quantitative study was carried out, by an inferential correlational, by a convenience intentional simple. In the study 1069 Psychology students participated, of the Private University San Juan Bautista, in Lima, 77% (n=823) women, 23% (n=246) men: ages between 16 to 67 years (X=20.96, DS= 4,6). We used SPSSv26 for descriptive statistics analysis and comparisons. Means Used: Sociodemographic data questionnaire (ad hoc). Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21) (Lovibond & Lovibond, 1995). **Results:** 1) In term of stress, there are not significant differences between men and women. 2) Concerning anxiety, there are significant differences, men show a higher frequency of normal levels of anxiety, while in women there is a higher frequency of moderate levels of anxiety. 3) On the depression, the difference is slightly significant between men and women, being greater the high levels in women. **Conclusions:** During the post-confinement period, caused by Covid-19, in the participating Psychology students, gender directly influences levels of anxiety. It is significant that the frequency of moderate levels of anxiety is higher in women than in men.

**Keywords:** Psychology students; gender; stress; anxiety; depression; post-confinement caused by Covid-19

## **ANTECEDENTES**

Una de las medidas más eficaces durante la pandemia de Covid-19 para disminuir los riesgos de contagio, fue el confinamiento en las casas; éste aislamiento social preventivo y obligatorio, ha tenido una repercusión negativa para la salud mental de la población mundial; y los estudiantes universitarios que durante su formación son vulnerables por las exigencias que requiere esta etapa, no han quedado exentos de padecer estrés y sintomatologías ansiosas – depresivas (Jiménez, Cusme, Cantuñi, Chasillacta & Egas, 2023); afectando en mayor proporción a mujeres (Apaza, Seminario & Santa-Cruz Arévalo, 2020).

En esa misma línea, un estudio en universitarios argentinos demostró que el confinamiento por Covid-19 disminuyó los hábitos de buena nutrición, actividad física y la calidad del sueño (Intelangelo, Molina, Bevacqua, Mendoza, Guzmán-Guzmán & Jerez-Mayorga, 2022). Además, una investigación realizada en Chile, ha evidenciado que los factores sociales, económicos y relacionados con la convivencia influyeron en la salud autopercebida durante el confinamiento, siendo las mujeres quienes mostraron peor salud percibida que los hombres (López-Contrera, López-Jiménez, Horna-Campos, Mazzei, Anigstein & Jacques-Aviño, 2022).

Existen autores que estudiaron a universitarios españoles, y demostraron que las mujeres presentaban mayores niveles de estrés académico, y bajos niveles de autoestima (Ferrer, Montagud & Blanco, 2023); sin embargo, en otro estudio, no encontraron diferencias significativas en función del género, en la variable ansiedad (Morales & Morales, 2021). La prevalencia de ansiedad en los estudiantes universitarios en su mayoría, es de nivel moderado, aunque también existen casos que alcanzan un nivel preocupante de ansiedad (Supe & Gavilanes, 2023).

En un estudio realizado en universitarios del Sur de Perú, las mujeres manifestaron mayores niveles de depresión, obsesión-compulsión y ansiedad, mientras que, los hombres mostraron mayor psicoreactividad y hostilidad (Cazorla-Pérez, Zegarra-Valdivia, Soto-Zuñiga & Castillo-Acobo, 2023).

El género es uno de los determinantes estructurales de la salud, que no es igual para mujeres y hombres (Mies, 2022), diferenciando entre género gramatical y semántico, en cuanto a su referencia al sexo biológico (RAE, 2020), que se relaciona con el semántico (López Medel, 2021). El género es también determinante para la salud mental y de la gestión que se realiza de esta en los servicios sanitarios, resaltando las mayores prevalencias

de mala salud mental en las mujeres de todas las edades y grupos sociales (Bacigalupe, Cabezas, Baza & Martín, 2020).

La prevención y el tratamiento de problemas psicológicos en entorno universitario debe formar parte de los objetivos y competencias propias de las universidades (Fernández-Rodríguez, Serrato-Romero, Soriano-Moreno, Menéndez-Aller & Cuesta-Izquierdo (2023).

Todo lo antes expuesto, evidencia lo necesario de dedicar atención a la salud mental de los estudiantes universitarios, y lograr ambiente saludable en las Universidades.

Nuestro estudio está orientado a los estudiantes de Psicología, por la gran responsabilidad que tenemos en la formación de psicólogos competentes que puedan desempeñarse en las diferentes áreas de acción de ésta importante profesión, en la que debe aportar soluciones a diversos problemas psicosociales.

## OBJETIVOS

Conocer la relación existente entre género y estrés, ansiedad, depresión en estudiantes de Psicología. Todo ello, con el fin de diseñar estrategias de intervención y tratamiento de la salud mental, en esta población.

## MUESTRA

La muestra poblacional ha estado compuesta por 1069 estudiantes de Psicología de la Universidad Privada San Juan Bautista (UPSJB) en Lima, Perú; de ellos, el 77% (n=823) mujeres y el 23% (n=246) hombres; las edades comprendidas entre 16 a 67 años ( $X = 20.96$ ,  $DS = 4,6$ ); pertenecientes a los ciclos de estudio 1º al 9º, de las sedes / filiales situadas en Chorrillo, San Borja, Ica y Chincha. Los criterios de inclusión fueron: 1) ser estudiante de Psicología en la UPSJB; 2) Desempeñar su actividad estudiantil en las sedes/filial San Borja, Chorrillo, Ica o Chincha.

## METODOLOGÍA

Se realizó un estudio cuantitativo transversal, de corte inferencial correlacional, mediante muestreo intencional por conveniencia.

Los instrumentos de medición utilizados fueron:

1) Cuestionario de datos sociodemográficos, actividad estudiantil y efectos del Covid-19 (ad hoc), consta de 10 preguntas abiertas y cerradas.

2) Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) (Lovibond & Lovibond, 1995). Las tres escalas de autorreporte dimensional evalúan la presencia e intensidad de estados afectivos de depresión, ansiedad y estrés. Cada ítem se responde de acuerdo a lo sentido en la última semana en una escala de respuesta tipo Likert de 0 a 3 puntos, cada escala de 7 ítems, su puntaje total se calcula con la suma de los ítems pertenecientes a la referida escala, varía entre 0 a 21 puntos. El instrumento demostró ser confiable en un estudio anterior, con una muestra de participantes peruanos, aplicada de acuerdo con el alfa de Cronbach: Ansiedad ( $\alpha = 0.89$ ), Depresión ( $\alpha = 0.87$ ) y Estrés ( $\alpha = 0.89$ ).

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

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

**GÉNERO Y ESTRÉS, ANSIEDAD, DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA: UN ESTUDIO POSTCONFINAMIENTO POR COVID-19**

**RESULTADOS**

Los resultados que se exponen en la Tabla 1, resaltan los diferentes niveles de estrés, ansiedad y depresión de los estudiantes de Psicología, y en qué medida se manifiestan, según el género.

*Tabla 1. Niveles de estrés, depresión y ansiedad, según sexo*

Variables de comparación	Categoría	Est.	Niveles					Pruebas estadísticas
			Normal	Leve	Moderado	Grave	Extr. Grave	
Estrés según sexo	Mujer	f	744	61	18	0	0	X <sup>2</sup> =4.933; p=.85
		R.E.	-.3	.5	.9	--	--	
	Hombre	f	232	13	1	0	0	
		R.E.	.5	-1.0	-1.6	--	--	
Depresión según sexo	Mujer	f	630	104	83	6	630	X <sup>2</sup> =6.492; p=0.09
		R.E.	-.5	.3	.9	.6	-.5	
	Hombre	f	204	27	15	0	204	
		R.E.	.9	-.6	-1.6	-1.2	.9	
Ansiedad según sexo	Mujer	f	545	86	134	50	8	X <sup>2</sup> =19.386; p<.001 V de Cramer .135
		R.E.	-1.1	.8	.9	1.3	.4	
	Hombre	f	197	17	27	4	1	
		R.E.	2.0	-1.4	-1.7	-2.4	-.7	

Nota.- Est.: estadísticos; f: frecuencia; R.E.: X<sup>2</sup>: Valor de la distribución Chi cuadrado; p: significancia estadística basada en la probabilidad a nivel de .05; Phi y V de Cramer: valor para la interpretación del tamaño del efecto.

La Tabla 1 muestra los niveles de estrés, depresión y ansiedad desglosados por sexo, junto con los resultados de las pruebas estadísticas para examinar si existen diferencias significativas entre hombres y mujeres en estas variables.

Para el estrés, los valores de p de .85 indican que no hay diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres. Los residuos tipificados (R.E.) están dentro de rangos que no sugieren discrepancias notables en los niveles de estrés entre los sexos.

En cuanto a la depresión, el valor de p es de .09, lo cual está ligeramente por encima del umbral típico de .05 para la significancia estadística, sugiriendo que cualquier diferencia observada entre hombres y mujeres en los niveles de depresión podría no ser significativa.

Para la ansiedad, el valor de p es menor que .001, indicando que sí existen diferencias significativas en los niveles de ansiedad entre hombres y mujeres. Los residuos tipificados muestran que los hombres tienen una frecuencia significativamente mayor de lo esperado en el nivel normal de ansiedad (R.E. de 2.0), mientras que las mujeres muestran una frecuencia significativamente mayor en el nivel moderado (R.E. de 1.3). La V de Cramer de .135 refleja un tamaño de efecto moderado, lo que implica que el sexo puede ser un factor relevante en la experiencia de la ansiedad.

**DISCUSIÓN**

En términos psicológicos, estos resultados sugieren que, mientras los niveles de estrés y depresión no difieren de manera significativa entre hombres y mujeres, la ansiedad sí presenta una variación notable según el sexo, con las mujeres reportando niveles moderados de ansiedad con mayor frecuencia que los hombres.

Nuestro hallazgo, coincide con lo planteado por los autores Supe & Gavilanes, (2023), afirmando que, en los estudiantes universitarios en su mayoría, prevalece el nivel moderado de ansiedad, aunque también existen casos con niveles muy elevados.

Este resultado es importante para los enfoques de intervención y tratamiento psicológico en salud mental, donde las diferencias evidenciadas en la ansiedad según sexo, pueden requerir consideración y abordajes específicos.

Como limitación de este estudio podemos considerar que, al haber sido el procedimiento de muestreo a conveniencia, dirigido a los estudiantes de Psicología de la Universidad Privada San Juan Bautista, en Lima, podría estar sesgado de alguna manera los datos, quizás hubiera resultado una mayor representación de las cifras de prevalencia de estrés, ansiedad y depresión de los estudiantes de haber incluido a estudiantes de Psicología de otras Universidades Privadas de Lima, Perú.

## CONCLUSIONES

Los estudiantes de Psicología participantes en esta investigación, mostraron cómo se relaciona el género con el estrés, ansiedad y depresión durante la etapa post-confinamiento por Covid-19, quedando como relevante lo siguiente:

- El género influye directamente en los niveles de ansiedad.
- Siendo significativo que, en las mujeres, sea mayor la frecuencia de niveles moderados, que en los hombres.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Apaza, P.C.M., Seminario Sanz, R.S. & Santa-Cruz Arévalo, J.E. (2020). Factores psicosociales durante el confinamiento por el Covid-19 Perú. *Revista Venezolana de Gerencia*, 25 (90). ISSN:1315-9984. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29063559022>
- Bacigalupe, A., Cabezas, A., Baza Bueno, M. & Martín, U. (2020). El género como determinante de la salud mental y su medicalización. Informe SESPAS2020. *Gaceta Sanitaria*, 34 (1), 61-67. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.06.013>
- Cazorla-Pérez, E., Zegarra-Valdivia, J., Soto-Zuñiga, F. & Castillo-Acobo, R. (2023). Prevalencia de problemas de salud mental en estudiantes universitarios del Sur de Perú. *Cuadernos de Neuropsicología/ Panamerican Journal of Neuropsychology*, 17 (1), 50-61. ISSN:0718-4123. DOI: 10.7714/CNPS/17.1.204
- Fernández-Rodríguez, C., Serrato-Romero, L.N., Soriano-Moreno, S., Menéndez-Aller, A. & Cuesta-Izquierdo, M. (2023). Problemas y Demandas de Tratamiento Psicológico del Alumnado Universitario en la Pospandemia. *Memoria Técnica. Centro Español de Derechos Reprográficos EGPDI*. Nº de Registro: ofeHwv1r-2023-02-28T17:40:46.003
- Ferrer Pérez, C., Montagud Romero, S. & Blanco Gandía, M. (2023). Estresores y perfil de vulnerabilidad al estrés académico en estudiantes universitarios durante el confinamiento. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(2), 129-140. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2023.n2.v1.2584>
- Intelangelo, L., Molina Gutiérrez, N., Bevacqua, N., Mendoza, C., Guzmán-Guzmán, I.P. & Jerez-Mayorga, D. (2022). Efecto del confinamiento por Covid-19 sobre el estilo de vida en población universitaria de Argentina: Evaluación de la actividad física, alimentación y sueño (Effect of Confinement by Covid-19 on the Lifestyle of the University Population of Argentina: E. *Retos*, 43, 274-282. <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.88461>
- Jiménez Hurtado, W., Cusme Torres, N., Cantuñi Carpio, V., Chasillacta Amores, F. & Egas Medina, F.P. (2023). Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(3), 978-988. ISSN:2789-3855. DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i3.1126>
- López-Contreras, N., López-Jiménez, T., Horna-Campos, O.J., Mazzei, M., Anigstein, M.S. & Jacques-Aviño, C. (2022). Impacto del confinamiento por la Covid-19 en la salud autopercebida en Chile según género. *Gaceta*

**GÉNERO Y ESTRÉS, ANSIEDAD, DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA:  
UN ESTUDIO POSTCONFINAMIENTO POR COVID-19**

- Sanitaria*, 36(6), 526-533. Epub 13 de marzo de 2023. <https://dx.doi.org/10.1016/j.gaceta.2022.04.002>
- López Medel, M. (2021). Traducción no sexista en la Unión Europea: recomendaciones, aplicación y propuesta de guía. *Tesis Doctorales. Universidad de Alicante*. URI: <https://hdl.handle.net/10045/118197>
- Lovibond, S.H. & Lovibond, P.F. (1995). Depression, Anxiety Stress Scales (DASS-21, DASS-42) [Database record]. *APA PsycTests*. <https://doi.org/10.1037/t01004-000>
- Mies Vargas, C. (2022). El enero como determinante social de la salud y su impacto en e desarrollo sostenible. *UNIVERSITAS. Revista de Filosofía, Derecho y Política*, 41, 33-47. <https://doi.org/10.20318/universitas.2023.7412>
- Morales Rodríguez, F.M. & Morales Rodríguez, A.M. (2021). Diferencias en ansiedad en función el curso en universitarios. *Revista INFAD de Psicología International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1 (1), 303-308. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2021.n1.v1.2067>
- RAE. (2020b) Informe de la Real Academia Española sobre el lenguaje inclusivo y cuestiones conexas. Madrid: Real Academia Española. <http://nosotr.es/xqu>
- Supe Landa, R.V. & Gavilanes Manzano, F.R. (2023). Ansiedad y calidad de vida en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2), 2522. DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.774>