

Salud mental y desempeño académico en estudiantes universitarios peruanos.

De la Cruz Gil, Ricardo, De la Cruz Gil,Janeth y Meza,Carlos.

Cita:

De la Cruz Gil, Ricardo, De la Cruz Gil,Janeth y Meza,Carlos (2025).
Salud mental y desempeño académico en estudiantes universitarios peruanos. Retos de la Ciencia, 1 (6), 1-10.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/ricardo.de.la.cruz.gil/17>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/pe4N/vZ7>



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons.
Para ver una copia de esta licencia, visite
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es>.

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.



ISSN 2602-8237

Retos de la Ciencia

Edición Especial

Septiembre, 2025

Vol.1, No. 6, 1-10

<https://doi.org/10.53877/rc1.6-598>

Salud mental y desempeño académico en estudiantes universitarios peruanos

Mental health and academic performance in Peruvian university students

Ricardo De la Cruz Gil

Centro de Psicoterapia Breve Estratégica. Perú.

ps.ricardodelacruzgil@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-8235-1028>

Janeth De la Cruz Gil

Centro de Psicoterapia Breve Estratégica. Perú.

florjdg@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-9339-0575>

Carlos Meza Anglas

Universidad Tecnológica del Perú. Perú.

carlosmezaanglas@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0000-6942-6470>

Recibido: 13-05-2025 **Aceptado:** 10-06-2025 **Publicado:** 15-09-2025

Cómo citar: De la Cruz-Gil, R., De la Cruz-Gil, J. y Meza-Anglas, C. (2025). Salud mental y desempeño académico en estudiantes universitarios peruanos. *Revista Científica Retos de la Ciencia*, 1(6), Ed. Esp. pp. 1-10. <https://doi.org/10.53877/rc1.6-598>

RESUMEN

Una buena salud mental influye en un adecuado rendimiento académico. Existe una alta prevalencia de enfermedades mentales entre jóvenes universitarios. Determinar la relación entre la salud mental y el rendimiento académico en estudiantes universitarios peruanos. Se realizó una revisión sistemática de la literatura científica, se seleccionaron tres bases de datos: Scopus, PubMed, Scielo. Se obtuvieron 2,617 artículos que luego del cribado y selección, en base a los criterios de inclusión y exclusión se seleccionaron 7 artículos para el análisis final. Se encuentra que la salud mental es un factor importante en el adecuado desempeño académico entre estudiantes universitarios. Una buena salud mental es importante para un adecuado desempeño académico. Se recomienda a las universidades la implementación de programas de salud mental y terapia psicológica que permita prevenir y fortalecer la salud mental y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios.

PALABRAS CLAVE: ansiedad, rendimiento académico, salud mental, depresión, estudiante universitario.

ABSTRACT

Good mental health influences adequate academic performance. There is a high prevalence of mental illness among young university students. To determine the relationship between mental health and academic performance in Peruvian university students. A systematic

review of the scientific literature was conducted, selecting three databases: Scopus, PubMed, and Scielo. Results: 2,617 articles were obtained. After screening and selection based on the inclusion and exclusion criteria, 7 articles were selected for the final analysis. Mental health was found to be an important factor in adequate academic performance among university students. Good mental health is important for adequate academic performance. Universities are recommended to implement mental health and psychological therapy programs to prevent and strengthen the mental health and academic performance of university students.

KEYWORDS: anxiety; academic performance; mental health; depression; university student.

INTRODUCCIÓN

El paso de la etapa escolar a la vida universitaria supone para la persona un proceso cargado de tensión, estrés y adaptación tanto a nivel individual como familiar. Constituyéndose en un periodo crítico en su vida, el mismo que representa un factor de riesgo para su salud y bienestar psicológicos.

Existe una alta prevalencia de enfermedades mentales entre estudiantes universitarios. Los estudios epidemiológicos señalan que entre un 12% y 50% de estudiantes universitarios a nivel global presentan problemas relacionados a su salud mental y el rendimiento académico (Cen et al., 2025).

La prevalencia de enfermedades mentales tales como la depresión, la ansiedad y el estrés entre estudiantes universitarios ha aumentado en los últimos años a nivel global, llegando a superar a la de la población en general (Liu et al., 2019; Salari et al., 2020; Fang et al., 2022; Xu & Wang, 2023). Siendo la depresión el trastorno con mayor prevalencia entre universitarios (Auerbach et al., 2018).

En un reciente estudio, se encontró que la mediana de prevalencia fue del 29,4% para la depresión, del 42,4% para la ansiedad, del 16,4% para el estrés y del 13,9% para los trastornos alimentarios. El suicidio estuvo presente en el 7% al 8% de los estudiantes. Hubo una alta tasa de comorbilidad psiquiátrica (Dessauvage et al., 2022).

La población estudiantil universitaria se constituye en la actualidad un grupo poblacional de riesgo y vulnerable de padecer problemas psicológicos (Karyotaki et al., 2020). Entre los problemas que enfrentan los estudiantes universitarios se encuentran el estrés académico, la depresión, ansiedad, adicción a internet, a los teléfonos inteligentes, baja autoestima, soledad, insomnio, ideas suicidas, adicción a drogas, trastornos alimentarios (Gull et al., 2025). Todo esto viene afectando su adecuado desarrollo y desenvolvimiento mental, interpersonal y académico. De esta forma, la vida universitaria supone exigencias más altas para los jóvenes tanto a nivel académico, individual y social, en una etapa en la que requieren mayor autonomía e independencia respecto a sus padres, mayor independencia financiera, y autonomía en sus relaciones sociales.

En ese sentido, los jóvenes universitarios deben de superar varios desafíos que suponen la transición a la edad adulta, lo que implica una carga psicológica adicional, que involucra la falta de ingresos económicos, los pagos de las pensiones universitarias, y en general las preocupaciones financieras, la presión académica, la dinámica familiar, la soledad, la migración en los casos que haya tenido que abandonar su lugar de origen para asistir a la universidad. Todo esto puede hacer del periodo universitario una etapa crítica, llena de estrés

y carga emocional, dejando a los estudiantes vulnerables a los problemas psicológicos, los mismos que repercuten negativamente sobre su rendimiento académico, ya que una buena salud mental es importante para un adecuado resultado académico (Arthur et al., 2025).

Sin embargo, a pesar de esta alta prevalencia de enfermedades mentales, y de las altas exigencias y carga emocional que implica esta etapa de la vida, este grupo poblacional tiene muy poca predisposición de buscar ayuda profesional (Dessauvagie et al., 2022). Siendo especialmente vulnerables para las enfermedades mentales (Wagner et al., 2022; Liu et al., 2022). De esta manera la salud mental entre los jóvenes universitarios se convierte en un desafío de salud pública en todo el mundo. La presente investigación tiene por objetivo conocer la relación entre la salud mental y el rendimiento académico entre los jóvenes universitarios en el Perú.

Objetivo: La presente revisión sistemática busca conocer la literatura científica respecto a la relación entre la salud mental y el rendimiento académico en estudiantes universitarios peruanos.

METODOLOGÍA

Se utilizó una revisión sistemática de la literatura enfocada en la relación del rendimiento académico y la salud mental en estudiantes universitarios peruanos. Se usaron los lineamientos de la metodología PRISMA para revisiones sistemáticas. Excluyéndose los criterios correspondientes a revisiones metanalíticas. La búsqueda se desarrolló entre enero y febrero del 2025. Se seleccionaron estudios de las bases de datos: Scopus, Scielo y PubMed. Para el presente estudio se utilizaron los siguientes criterios de exclusión e inclusión:

Criterios de inclusión:

Se seleccionaron publicaciones relacionadas con el objeto de estudio que evidencien la relación entre rendimiento académico y salud mental en jóvenes universitarios peruanos, que incluyan estudios empíricos, experimentales o cuasi experimentales.

Los artículos deben de haberse publicado en los últimos cinco años en el periodo 2020 al 2025 y hacer referencia a estudios desarrollados en el Perú. La búsqueda se restringió a los idiomas español, inglés y portugués. Se incluyó las bases de datos Scopus, Scielo y Pubmed.

Criterios de exclusión:

Para el presente estudio se excluyeron aquellos artículos que hacían referencia a temas relacionados pero que no estaban directamente vinculados al objeto de estudio o no evidenciaban la relación entre rendimiento académico y salud mental. Se excluyó también artículos que no hacen referencia a estudios empíricos. Artículos de otros países que no fueran del Perú, artículos que hacían referencia a estudiantes de secundaria, educación básica y de post grado. Se excluyeron: conferencias, cartas al editor, libros, capítulos de libros, documentales, publicaciones anteriores al 2020, artículos incompletos.

Términos de búsqueda: Se establecieron los siguientes términos de búsqueda: salud mental, ansiedad, depresión, estrés académico, burnout académico, jóvenes universitarios, rendimiento académico.

Selección de estudios y extracción de datos:

Todos los artículos que fueron seleccionados siguieron los criterios de inclusión y exclusión. La búsqueda inicial se obtuvo un total de 2,617 artículos, realizando el cribado quedando 25, para finalmente luego de evaluar duplicidad, y pertinencia del artículo finalmente quedaron 7 artículos para el estudio. Todos los artículos fueron descargados en texto completo para su análisis más detallado. Posteriormente se guardaron y organizaron en un archivo Excel, autor, año de publicación, título del estudio, nombre de la revista, país del estudio, diseño, muestra, instrumentos aplicados, resultados relevantes, DOI o URL.

DESARROLLO

En la presente revisión se buscó en tres bases de datos: Scielo, Scopus, PubMed. Con las siguientes palabras claves: Salud mental, ansiedad, depresión, estrés académico, estudiantes universitarios, desempeño académico.

En la figura 1, se obtiene la selección de 2,617 estudios iniciales encontrados utilizando los términos de búsqueda, en un primer cribado se eliminaron según los criterios de exclusión aquellos artículos que no guardaban relación con los criterios establecidos tales como: capítulos libros, ponencias, libros, congresos y artículos que no guardaban relación con los objetivos del estudio, quedando 221 estudios. En una siguiente etapa se excluyeron estudios publicados antes del 2020, artículos que no pertenecen al Perú. En la siguiente etapa se analizaron los resúmenes y títulos, procediendo a eliminar aquellos que no guardaban relación con los objetivos del estudio. Obteniéndose 25. Posteriormente se realizó una lectura a profundidad de cada artículo quedando finalmente 7 estudios para su análisis final.

En la tabla 2, se presenta el listado de los 7 artículos seleccionados. Se presenta autor-año, títulos de publicación, país de origen, metodología, muestra, diseño, técnicas de recolección, principales resultados.

La mayoría de estudios han desarrollado un enfoque cuantitativo, diseño no experimental, transversal, y uno de ellos aplica un enfoque mixto, incorporando un enfoque cualitativo, cuasiexperimental. En cuanto a la muestra tenemos una variabilidad que se encuentra entre 109 estudiantes y 802 estudiantes para las muestras más grandes los criterios de selección utilizados aleatorio, por conveniencia. La técnica o instrumento utilizado se encuentra que la mayoría utilizó la encuesta o cuestionario. Sin embargo, se encuentra una variabilidad de instrumentos y escalas, no encontrándose alguna que demuestre una mayor preferencia de los investigadores. De esta manera tenemos desde el cuestionario de ansiedad y trastornos emocionales (STAI), el inventario de ansiedad de Beck, escala de ansiedad por coronavirus (CAS). Test de ansiedad de Hamilton, mismos que fueron empleados para detectar la ansiedad. Respecto a la depresión se utilizó el Trait state depression inventory, escala de Zung y escala de ideación suicida de Beck. Adicionalmente se emplearon inventario de autoestima de Stanley Coopersmith, cuestionario de salud del paciente, patient Health Questionnaire (PHQ-2) Escala de bienestar subjetivo Well-being Scale (SWB). Para el rendimiento académico, hábitos de estudio CASM-85, Autoinforme de rendimiento académico self reporting of academic performance (SAP), Escala de valoración de aprendizaje de Murillo.

Entre los resultados encontrados tenemos que existe una relación significativa entre el estado de salud mental de los estudiantes y su rendimiento académico. Estudiantes con problemas graves en su salud mental en comparación con estudiantes normales o con problemas leves en su salud mental tienen mayor probabilidad de repetir cursos. La salud mental es importante como factor determinante en el riesgo académico (Inquilla – Mamani et al., 2024).

Por otro lado, en el estudio de Yupanqui se encuentra que la ansiedad afecta negativa y directamente a la autoeficacia académica. Un estado depresivo en un estudiante acompañado de emociones negativas es vulnerable a presentar ansiedad, lo que hace que su eficacia disminuya sintiéndose incapaz de asumir los retos académicos (Yupanqui – Lorenzo et al., 2021).

El siguiente estudio encuentra que los niveles de ansiedad influyen positivamente en el rendimiento académico. Los alumnos a pesar de presentar niveles moderados y graves de ansiedad demostraron promedios ponderados de bueno o excelente. En este estudio se concluye que existe relación entre la ansiedad y el rendimiento académico (La Serna- Solari et al., 2023).

En esa misma línea el siguiente estudio encuentra que existe relación entre la sintomatología ansioso depresiva y el rendimiento académico y bienestar del estudiante, mismos que deben ser considerados para comprender el impacto que el Covid – 19 tuvo en los estudiantes de ciencias de la salud (Ventura – León et al., 2022).

En el siguiente estudio se buscó determinar la relación entre depresión, estrés e ideación suicida y el rendimiento académico en estudiantes de medicina en el periodo de pandemia por Covid- 19. El rendimiento académico se asoció significativamente con la presencia de depresión, pero no así con la presencia de estrés o riesgo de ideación suicida. Se concluye que solo la depresión se asoció significativamente con el rendimiento académico (Baquerizo – Quispe et al., 2022). En la misma línea el estudio de Corzo, realizado con estudiantes de ingeniería encuentra que no existe relación entre el estrés y el rendimiento académico (Corzo- Zavaleta et al., 2021). De la misma manera el último estudio, no encuentra una asociación estadísticamente significativa entre la ansiedad y el rendimiento académico. Los autores concluyen que la presencia de ansiedad no se asocia con el rendimiento académico (Hernández- Yépez et al., 2022).

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La literatura científica encuentra que un mal estado de salud mental en estudiantes universitarios se relaciona con una mayor probabilidad de bajo rendimiento académico (Cen et al., 2025). Basados en la evidencia disponible, un mayor estrés percibido generalmente, se asoció con peores resultados de rendimiento académico (Duffy et al., 2020; Chisholm-Burns et al., 2021; Wunsch et al., 2021). Es común que los estudiantes universitarios presenten problemas de salud mental y que este afecte su rendimiento académico (Bolinski et al., 2020). El aumento de la competitividad entre estudiantes, diversos roles que cumplir, factores económicos, carga laboral y/o académica, demasiada información para estudiar, tiempo insuficiente con un número exagerado de evaluaciones académicas, ha ocasionado el aumento del estrés en el alumnado (Ahmady et al., 2021).

La existencia de factores como el estrés, la ansiedad, la depresión como condiciones de salud mental afectan el rendimiento académico y elevan los riesgos de no continuidad de estudios en los estudiantes universitarios, por ello abordar la salud mental puede mejorar la retención de los estudiantes en la educación superior (Leow et al., 2024).

En el presente estudio encontramos que los estudiantes que presentan graves problemas en su salud mental tienen mayor probabilidad de repetir cursos y salir desaprobados, por lo que la salud mental es importante como factor determinante en el riesgo académico (Inquilla – Mamani et al., 2024).

Así mismo, encontramos que la presencia de ansiedad y un estado depresivo entre estudiantes universitarios afecta negativamente la autoeficacia académica. Siendo la persona incapaz de asumir los retos académicos (Yupanqui – Lorenzo et al., 2021). Existiendo relación entre ansiedad y rendimiento académico (Ventura – León et al., 2022; La Serna- Solari et al., 2023).

Otros estudios realizados en la región señalan que la ansiedad, estrés y depresión se asociaron significativamente con una percepción deficiente/regular del rendimiento académico, se hace necesario abordar tanto los factores nutricionales y psicológicos en los estudiantes universitarios para promover su bienestar y éxito académico (Betancourt- Nuñez et al., 2024).

Tal como se menciona en la literatura existente los problemas psiquiátricos, así como los niveles elevados de estrés pueden afectar el rendimiento académico y contribuir en la no continuación de los estudios universitarios (Leow et al., 2024).

Sin embargo, los hallazgos no son concluyentes respecto a la ansiedad y el estrés como factores que afectan el rendimiento académico. Algunos estudios señalan que no existe relación entre ansiedad y/o estrés y el rendimiento académico (Corzo- Zavaleta et al., 2021; Hernández- Yépez et al., 2022). Solo, la depresión se asoció significativamente con el rendimiento académico (Baquerizo – Quispe et al., 2022)

Este hallazgo está en relación con lo encontrado en la literatura existente, la mayoría de estudios encuentra asociaciones entre un solo trastorno mental y el rendimiento académico en estudiantes universitarios, especialmente en el caso de la depresión (Cen et al., 2025). Si bien la depresión severa provoca una reducción en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios, en contrapeso la autoeficacia académica sirve como factor protector (Arthur et al., 2025). Es por ello importante desarrollar habilidades personales, sociales y emocionales para mejorar el rendimiento académico. Las intervenciones de consejería y apoyo psicológico parecen ser eficaces para ayudar a los estudiantes universitarios que presentan problemas psicológicos (Lesunyane et al., 2024).

La evidencia científica disponible demuestra la efectividad del asesoramiento y terapia psicológica para estudiantes de educación superior resulto ser eficaz para mejorar sus condiciones de salud mental y mejorar su rendimiento académico (Bolinski et al., 2020; Pizzo et al., 2024; Lesunyance et al., 2024; Østergård et al., 2019; Cerolini et al., 2023).

La literatura encontrada nos señala que las universidades requieren de profesionales que aborden los problemas en la salud y bienestar psicológico de los estudiantes (Gull et al., 2025). Debido a que las universidades no se encuentran preparadas para poder atender los problemas de salud mental de sus estudiantes (Dekker et al., 2020). Ya sea porque no cuentan con profesionales que puedan abordar los casos con terapia psicológica o, no tienen implementados programas que aborden la salud mental. Lo cierto es que los estudiantes por sí solos no pueden hacer frente a sus condiciones de salud mental. Se hace necesario el apoyo psicológico adicional (Gosadi, 2024). Se recomienda implementar programas de apoyo psicológico y emocional para mejorar la salud mental de los estudiantes y su rendimiento académico (Estrada Araoz et al., 2023; Huamani – Calloapaza et al., 2024).

Finalmente concluimos que los problemas de salud mental impactan negativamente en el desempeño académico de los estudiantes universitarios. Se hace necesaria la implementación de programas de apoyo psicológico en las universidades que permitan mitigar el impacto emocional negativo y mejorar el rendimiento académico. Primero detectando la existencia de ansiedad y depresión y posteriormente interviniendo con terapia psicológica. Se recomienda más estudios en la misma línea.

Conflicto de intereses: Los autores manifiestan no tener ningún tipo de conflicto de intereses.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ahmady, S., Khajeali, N., Kalantarion, M., Sharifi, F., & Yaseri, M. (2021). Relation between stress, time management, and academic achievement in preclinical medical education: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Education and Health Promotion*, 10(1), 32. <https://acortar.link/RLKv1C>
- Arthur, A. N., Fraikue, J., Adu-Amankwah, B., Ofori, R., Sekyi, D., Boateng, A. A., Asamoah, E., & Appiah, S. C. Y. (2025). Exploring the relationship between mental health issues and academic performance of undergraduate students in a Ghanaian tertiary institution: a cross-sectional study. *Discover mental health*, 5(1), 6. <https://acortar.link/gBx4tz>
- Auerbach, R. P., Mortier, P., Bruffaerts, R., Alonso, J., Benjet, C., Cuijpers, P., Demyttenaere, K., Ebert, D. D., Green, J. G., Hasking, P., Murray, E., Nock, M. K., Pinder-Amaker, S., Sampson, N. A., Stein, D. J., Vilagut, G., Zaslavsky, A. M., Kessler, R. C., & WHO WMH-ICS Collaborators (2018). WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and distribution of mental disorders. *Journal of abnormal psychology*, 127(7), 623–638. <https://acortar.link/vbYxPb>
- *Baquerizo-Quispe, N. S., Miguel-Ponce, H. R., Castañeda-Marinovich, L. F., Romero-Mejía, A. J., & Aquino-Canchari, C. R. (2022). Asociación entre presencia de estrés, depresión y/o ideación suicida con el rendimiento académico en estudiantes de medicina de una Universidad peruana en medio de la pandemia por COVID-19. *Revista Médica De Rosario*, 88(1), 7–15. Recuperado a partir de <https://acortar.link/41jL37>
- Betancourt-Núñez, A., Díaz, R., Nava-Amante, P. A., Bernal-Orozco, M. F., Díaz-López, A., González Palacios, A., Márquez-Sandoval, F., Velarde-Camaqui, D., & Vizmanos, B. (2024). Beyond the Classroom: The Influence of Food Insecurity, Mental Health, and Sleep Quality on University Students' Academic Performance. *Foods*, 13(16), 2508. <https://acortar.link/qUsGTQ>
- Bolinski, F., Boumparis, N., Kleiboer, A., Cuijpers, P., Ebert, D. D., & Riper, H. (2020). The effect of e-mental health interventions on academic performance in university and college students: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Internet interventions*, 20, 100321. <https://acortar.link/GNuam6>
- Cen, S., Zhao, M., Wang, F. (2025). Gender differences in the relationship between mental health and academic performance among undergraduate students at a medical school in Shanghai: a cross-sectional study. *BMC Public Health* 25, (1) 731. <https://acortar.link/J972oE>
- *Corzo, J., Yon, R., Vargas, S., Flores, E., Principe, Y., Andrade-Arenas, L., (2021). Relationship between Stress and Academic Performance: An Analysis in Virtual Mode. *International Journal of Advanced Computer Science and Applications(IJACSA)*, 12(12), <https://acortar.link/H4Tk4Q>
- Cerolini, S., Zagaria, A., Franchini, C., Maniaci, V. G., Fortunato, A., Petrocchi, C., Speranza, A. M., & Lombardo, C. (2023). Psychological Counseling among University Students Worldwide: A Systematic Review. *European journal of investigation in health, psychology and education*, 13(9), 1831–1849. <https://acortar.link/S0W5n9>

- Chisholm-Burns, M. A., Berg-Poppe, P., Spivey, C. A., Karges-Brown, J., & Pithan, A. (2021). Systematic review of noncognitive factors influence on health professions students' academic performance. *Advances in Health Sciences Education*. <https://acortar.link/5YeSLh>
- Dekker, I., De Jong, E. M., Schippers, M. C., De Bruijn-Smolters, M., Alexiou, A., & Giesbers, B. (2020). Optimizing Students' Mental Health and Academic Performance: AI-Enhanced Life Crafting. *Frontiers in psychology*, 11, 1063. <https://acortar.link/iG45SC>
- Dessauvage, A. S., Dang, H. M., Nguyen, T. A. T., & Groen, G. (2022). Mental Health of University Students in Southeastern Asia: A Systematic Review. *Asia-Pacific journal of public health*, 34(2-3), 172-181. <https://acortar.link/HqzVXq>
- Duffy, A., Keown-Stoneman, C., Goodday, S., Horrocks, J., Lowe, M., King, N., Pickett, W., McNevin, S. H., Cunningham, S., Rivera, D., Bisdounis, L., Bowie, C. R., Harkness, K., & Saunders, K. E. A. (2020). Predictors of mental health and academic outcomes in first-year university students: Identifying prevention and early-intervention targets. *BJPsych Open*, 6(3), e46. <https://acortar.link/ZXsXQJ>
- Estrada - Araoz, E. G., Cruz-Huisa, R. M., Quispe-Mamani, Y. A., Roque-Huanca, E. O., Yabar-Miranda, P. S., Incacutipa-Limachi, D. J., Jinez-García, E. L., Paccosoncco-Quispe, O., Paredes-Valverde, Y., & Quispe-Herrera, R. (2023). Trastornos Mentales Comunes y Cansancio Emocional en Estudiantes Universitarios: Un Estudio Correlacional. *Journal of Law and Sustainable Development*, 11(6), e1150. <https://acortar.link/0OLFOu>
- Fang, Y., Ji, B., Liu, Y., Zhang, J., Liu, Q., Ge, Y., Xie, Y., & Liu, C. (2022). The prevalence of psychological stress in student populations during the COVID-19 epidemic: a systematic review and meta-analysis. *Scientific reports*, 12(1), 12118. <https://acortar.link/z72YV0>
- Garavito-Checalla, E. C., Valero-Ancco, V. N., Roque-Yupanqui, J. A., Atencio-Maquera, N., Cariapaza-Mamani, G. J., & Coapaza-Mamani, M. Y. (2024). Socio-Emotional Competencies and Academic Performance in Latin American University Students: An Approach to Sustainable Development. *Journal of Lifestyle and SDGs Review*, 5(1), e02935. <https://acortar.link/ITW8Kz>
- Gosadi I. M. (2024). Protective Effect of Exercise Against Depression, Anxiety, and Stress Among University Students Based on Their Level of Academic Performance. *Medicina (Kaunas, Lithuania)*, 60(10), 1706. <https://acortar.link/3xJPTT>
- Gull, M., Kaur, N., Abuhasan, W. M. F., Kandi, S., & Nair, S. M. (2025). A Comprehensive Review of Psychosocial, Academic, and Psychological Issues Faced by University Students in India. *Annals of neurosciences*, 09727531241306571. Advance online publication. <https://acortar.link/fiWm4r>
- *Hernández-Yépez, Palmer J., Contreras-Carmona, Pavel J., Inga-Berrosapi, Fiorella, Basurto Ayala, Patricia, & Valladares-Garrido, Mario J. (2022). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes de medicina. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 51(1), Epub 01 de marzo de 2022. Recuperado en 11 de agosto de 2025, de <https://acortar.link/fYsnmq>
- Huamani-Calloapaza, T. C., Mendoza-Zuñiga, M., Larico-Uchamaco, G. R. o., Yana-Salluca, M., Yana-Salluca, N., Perez-Argollo, K., Mora-Estrada, O., & Pandia-Yañez, E. J. (2024). Depression, anxiety, and stress among students of a Peruvian public university: A

- cross-sectional study. *Salud, Ciencia Y Tecnología*, 4, 1070. <https://acortar.link/wqKvIM>
- *Inquilla-Mamani, J., Quispe, G. B., Chaiña-Chura, F. F., Flores-Mamani, E., Apaza-Ticona, J., & Incacutipa-Limachi, D. J. (2024). Impact of Mental Health on Academic Performance: A Study on the Risk of Failure in Higher Education. *Journal of Ecohumanism*, 3(7), 4249–4260. <https://acortar.link/TnoysW>
- Karyotaki, E., Cuijpers, P., Albor, Y., Alonso, J., Auerbach, R. P., Bantjes, J., Bruffaerts, R., Ebert, D. D., Hasking, P., Kiekens, G., Lee, S., McLafferty, M., Mak, A., Mortier, P., Sampson, N. A., Stein, D. J., Vilagut, G., & Kessler, R. C. (2020). Sources of Stress and Their Associations With Mental Disorders Among College Students: Results of the World Health Organization World Mental Health Surveys International College Student Initiative. *Frontiers in psychology*, 11, 1759. <https://acortar.link/yIPuGO>
- *La Serna-Solari, PB, Castillo-Cornock, TB, & Viera-Quijano, YG. (2023). Ansiedad, autoestima y hábitos de estudio en relación al rendimiento académico de estudiantes universitarios peruanos: contexto Covid-19. *Avances en Odontoestomatología*, 39(1), 2-8. Epub 29 de mayo de 2023. Recuperado en 01 de febrero de 2025, de <https://acortar.link/YGnkws>
- Leow, T., Li, W. W., Miller, D. J., & McDermott, B. (2024). Prevalence of university non-continuation and mental health conditions, and effect of mental health conditions on non-continuation: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Mental Health*, 1–16. <https://acortar.link/yfIVcl>
- Lesunyane, A., Ramano, E., Niekerk, K. V., Boshoff, K., & Dizon, J. (2024). Life skills programmes for university-based wellness support services for students in health sciences professions: a scoping review. *BMC medical education*, 24(1), 1418. <https://acortar.link/J0jlKt>
- Li, R., Che Hassan, N., & Saharuddin, N. (2023). Psychological Capital Related to Academic Outcomes Among University Students: A Systematic Literature Review. *Psychology research and behavior management*, 16, 3739–3763. <https://acortar.link/LL81dJ>
- Li, W., Zhao, Z., Chen, D., Peng, Y., & Lu, Z. (2022). Prevalence and associated factors of depression and anxiety symptoms among college students: a systematic review and meta-analysis. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*, 63(11), 1222–1230. <https://acortar.link/9zdDED>
- Liu XQ, Guo YX, Zhang WJ, Gao WJ. Influencing factors, prediction and prevention of depression in college students: A literature review. *World J Psychiatry* 2022; 12(7): 860-873 [PMID: 36051603 DOI: 10.5498/wjp.v12.i7.860]
- Østergård, O. K., Fenger, M., & Hougaard, E. (2019). Symptomatic distress and effectiveness of psychological treatments delivered at a nationwide student counseling service. *Counselling Psychology Quarterly*, 32(2), 150-168. <https://acortar.link/fzXHyp>
- Ramos-Monsivais, C.L., Rodríguez-Cano, S., Lema-Moreira, E. (2024). Relationship between mental health and students' academic performance through a literature review. *Discov Psychol* 4, (1), 119. <https://acortar.link/efqb2u>
- Salari, N., Hosseinian-Far, A., Jalali, R., Vaisi-Raygani, A., Rasoulpoor, S., Mohammadi, M., Rasoulpoor, S., & Khaledi-Paveh, B. (2020). Prevalence of stress, anxiety, depression

- among the general population during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Globalization and health*, 16(1), 57. <https://acortar.link/Wj5gbe>
- Tang, Y., & He, W. (2023). Meta-analysis of the relationship between university students' anxiety and academic performance during the coronavirus disease 2019 pandemic. *Frontiers in psychology*, 14, 1018558. <https://acortar.link/YldEZw>
- *Ventura-León J, Caycho-Rodríguez T, Talledo-Sánchez K and Casiano-Valdivieso K (2022) Depression, COVID-19 Anxiety, Subjective Well-being, and Academic Performance in University Students With COVID-19-Infected Relatives: A Network Analysis. *Front. Psychol.* 13:837606. doi: 10.3389/fpsyg.2022.837606
- Villa Ricapa, L. F., Vasquez Artica, J., Via y Rada Vittes, J. F., Quispe Sanabria, E. M., Poma Lagos, L. A., Romero Giron, H., Guanilo Pareja, C. G., Pareja Pera, L. Y., Guanilo Paredes, C. E., & Dávila-Morán, R. C. (2025). El impacto de un programa de meditación Mindfulness sobre las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios. *Retos*, 62, 1097–1106. <https://acortar.link/CGu8sq>
- Wagner, F., Wagner, R. G., Kolanisi, U., Makuapane, L. P., Masango, M., & Gómez-Olivé, F. X. (2022). The relationship between depression symptoms and academic performance among first-year undergraduate students at a South African university: a cross-sectional study. *BMC public health*, 22(1), 2067. <https://acortar.link/5T3BzL>
- Wunsch, K., Fiedler, J., Bachert, P., & Woll, A. (2021). The Tridirectional Relationship among Physical Activity, Stress, and Academic Performance in University Students: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(2), 739. <https://acortar.link/0pjax0H>
- Xu, T., & Wang, H. (2023). High prevalence of anxiety, depression, and stress among remote learning students during the COVID-19 pandemic: Evidence from a meta-analysis. *Frontiers in psychology*, 13, 1103925. <https://acortar.link/85HKA4>
- *Yupanqui-Lorenzo, D.E., Olivera-Carhuaz, E.S., Reynaga Alponte, A.A., Pulido-Capurro, V., Carbajal-León, C., Cardoza Sernaqué, M.A. (2023). Explanatory Model on Academic Self-Efficacy in Engineering Students: Role of Anxiety, Dysthymia, and Negative Affect. *International Journal of Engineering Pedagogy (iJEP)*, 13(5), pp. 91–103. <https://acortar.link/ZewO32>