



**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA  
SEDE CUENCA  
CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**PREVALENCIA DE LA ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: REVISIÓN  
SISTEMÁTICA Y METAANÁLISIS**

Trabajo de titulación previo a la obtención del  
título de Licenciado en Psicología

**AUTORES: DIANA CAROLINA CASTRO GAVILANES**

**DIEGO ESTANISLAO MEDINA SACA**

**TUTOR: DR. ANDRÉS ALEXIS RAMÍREZ CORONEL, PhD.**

Cuenca - Ecuador

2026

**CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE  
TITULACIÓN**

Nosotros, Diana Carolina Castro Gavilanes con documento de identificación № 0350102463 y Diego Estanislao Medina Saca con documento de identificación № 1950035418, manifiéstanos que:

Somos los autores y responsables del trabajo; y, autorizamos a sin fines de lucro la Universidad Politécnica Salesiana pueda usar, difundir, reproducir o publicar de manera total y parcial el presente trabajo de titulación

Cuenca, 20 de enero de 2026

Atentamente,



---

Diana Carolina Castro Gavilanes

0350102463



---

Diego Estanislao Medina Saca

1950035418

**CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE  
TITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA**

Nosotros, Diana Carolina Castro Gavilanes con documento de identificación № 0350102463 y Diego Estanislao Medina Saca con documento de identificación № 1950035418, expresamos nuestra voluntad y por medio del presente documento cedemos a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que somos autores de la Sistematización de experiencias prácticas de investigación y/o intervención: “Prevalencia de la ansiedad en estudiantes universitarios: revisión sistemática y metaanálisis”, el cual ha sido desarrollado para optar por el título de: Licenciado en Psicología, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En concordancia con lo manifestado, suscribimos este documento en el momento que hacemos la entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

Cuenca, 20 de enero de 2026

Atentamente,



---

Diana Carolina Castro Gavilanes

0350102463



---

Diego Estanislao Medina Saca

1950035418

## CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Andrés Alexis Ramírez Coronel con documento de identificación N° 0302185053, docente de la Universidad Politécnica Salesiana, declaro que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de titulación: PREVALENCIA DE LA ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: REVISIÓN SISTEMÁTICA Y METAANÁLISIS, realizado por Diana Carolina Castro Gavilanes con documento de identificación N° 0350102463 y por Diego Estanislao Medina Saca con documento de identificación N° 1950035418, obteniendo un resultado final el trabajo de titulación bajo la opción Sistematización de experiencias prácticas de investigación y/o intervención, que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Cuenca, 20 de enero de 2026

Atentamente,



---

Dr. Andrés Alexis Ramírez Coronel, PhD.

0302185053

## **Dedicatoria y Agradecimiento**

*Quiero dar gracias a Dios por darme salud y vida, Castro Gavilanes son mis apellidos los dos los llevo con mucho orgullo, el primero es del hombre más paciente, trabajador y bondadoso que conozco, el segundo de la mujer más fuerte, amorosa y valiente que existe, a ellos quiero darles las gracias por nunca perder las esperanzas en mí y apoyarme a pesar de todo, quiero decirles que los amo y sin ellos no soy nada, también puedo decir con total certeza que estoy orgullosa de haber llegado hasta aquí porque gracias a eso conocí gente maravillosa algunos ya no caminan conmigo y otros me acompañan hasta el día de hoy, Diego, Vanessa, Karen, son mi grupo, mis compañeros, mis amigos muchas gracias por haber recorrido este camino conmigo.*

### ***Diana Carolina Castro Gavilanes***

*A mi familia, especialmente a Aida Medina, por el apoyo durante este proceso académico. Asimismo, a mis amigas Vanessa Suárez, Karen Cuesta, Carol Castro, por el acompañamiento brindado en el desarrollo del presente trabajo.*

### ***Diego Estanislao Medina Saca***

## **Resumen**

La ansiedad ha sido nombrada una problemática de salud mental con alta presencia en estudiantes universitarios, asociada a demandas académicas y personales.

Sintetizar la evidencia científica sobre la prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios mediante una revisión sistemática siguiendo las directrices PRISMA y un metaanálisis de proporciones.

Se efectuó una revisión en las bases de datos *Scopus*, *PubMed* y *Web of Science* seleccionando estudios entre 2021 y 2025 que evaluaron ansiedad en estudiantes universitarios con instrumentos psicológicos válidos. Se utilizaron 18 estudios que cumplieron con los criterios de inclusión y fueron analizados mediante un modelo de efectos aleatorios.

El metaanálisis mostro una prevalencia global de la ansiedad del 52,2% (IC 95%:41,5-62,9%), registrando prevalencias más elevadas en Asia y América del Sur con mayor frecuencia en mujeres.

La ansiedad es un problema de salud mental prevalente en estudiantes universitarios destacando la necesidad de acciones preventivas.

**Palabras clave:** Prevalencia, Ansiedad, Estudiantes Universitarios

**Abstract**

Anxiety has been identified as a mental health problem with a high prevalence among university students, associated with academic and personal demands.

To synthesize the scientific evidence on the prevalence of anxiety in university students through a systematic review following the PRISMA guidelines and a meta-analysis of proportions.

A review was conducted in the Scopus, PubMed, and Web of Science databases, selecting studies published between 2021 and 2025 that assessed anxiety in university students using valid psychological instruments. Eighteen studies that met the inclusion criteria were used and analyzed using a random effects model.

The meta-analysis showed an overall prevalence of anxiety of 52.2% (95% CI: 41.5-62.9%), with higher prevalences in Asia and South America and a higher frequency in women.

Anxiety is a prevalent mental health problem in university students, highlighting the need for preventive actions.

**Keywords:** Prevalence, Anxiety, University Students

## Contenido

1.	Introducción .....	9
2.	Planteamiento del problema .....	10
3.	Justificación.....	12
4.	Objetivos .....	14
4.1	Objetivo General .....	14
4.2	Objetivos Específicos.....	15
5.	Marco Teórico.....	15
5.1	Psicología de la salud y salud mental en estudiantes universitarios .....	15
5.2	Conceptos y dimensiones de la ansiedad .....	16
5.3	Modelos teóricos explicativos de la ansiedad .....	17
5.4	Factores asociados a la ansiedad en estudiantes universitarios.....	18
5.5	Instrumentos para la medición de la ansiedad.....	19
5.6	Fundamento metodológico: revisión sistemática y metaanálisis .....	20
6.	Estado del Arte .....	20
7.	Dimensiones .....	23
8.	Supuestos.....	24
9.	Marco Metodológico .....	24
9.1	Diseño del estudio .....	24
9.2	Criterios de inclusión y exclusión .....	25
9.3	Fuentes de información .....	26
9.4	Estrategia de búsqueda .....	26
9.5	Proceso de recopilación de datos .....	27
9.6	Proceso de extracción de datos.....	27
9.7	Evaluación del riesgo de sesgo del estudio .....	28
9.8	Análisis estadístico .....	29
10.	Resultados .....	30
11.	Discusión.....	41
12.	Conclusiones .....	43
13.	Referencias .....	44

## 1. Introducción

El bienestar de la salud mental de los estudiantes universitarios es cada vez más importante en el estudio de la psicología y en las políticas educativas a nivel global. Siendo que el acceso a la universidad representa una fase de transición que se caracteriza por el aumento en las exigencias académicas, modificaciones en las relaciones interpersonales, adaptaciones a nuevos entornos, así como, la adquisición de responsabilidades económicas y emocionales. Estas demandas pueden provocar niveles elevados de estrés, lo que incrementa la susceptibilidad al desarrollo de trastornos psicológicos, siendo la ansiedad uno de los más destacados.

Últimamente se ha registrado un aumento significativo en la cantidad de investigaciones que analizan la prevalencia de la ansiedad en estudiantes universitarios; no obstante, los resultados obtenidos presentan una heterogeneidad considerable, atribuible a las diferencias metodológicas, contextuales y culturales entre los diversos estudios. Esta variabilidad complica la obtención de conclusiones precisas respecto a la magnitud real del problema, lo que restringe la capacidad de tomar decisiones fundamentadas en evidencias para el diseño de intervenciones efectivas en este contexto.

La realización de una revisión sistemática y un metaanálisis constituye una estrategia metodológica rigurosa que permite sintetizar la evidencia científica disponible y estimar de manera precisa la prevalencia global de la ansiedad en estudiantes universitarios. El propósito de esta investigación consiste en analizar la prevalencia de la ansiedad en esta población con el fin de contribuir a un entendimiento integral del fenómeno y proporcionar información pertinente para el

desarrollo de diferentes programas de prevención detección temprana e intervención en el ámbito universitario.

## **2. Planteamiento del problema**

Por muchos años la salud mental de personas cursando la educación superior ha constituido en un asunto de gran impacto para la comunidad científica y académica debido a su importancia en el rendimiento académico, la retención estudiantil y el bienestar a largo plazo (Alarcón, 2019). Añadiendo que el ingreso a la universidad supone una etapa de transición significativa dado que marca el fin de una etapa la adolescencia y marca el inicio de la adultez joven, siendo así que esta faceta universitaria demanda altos niveles de adaptación emocional, social y psicológica (Torres, 2022). En este sentido, diversas investigaciones a nivel internacional evidencian que uno de los trastornos más significativos para esta población es la ansiedad, que puede manifestarse desde síntomas subclínicos (preocupación, nerviosismo, insomnio) hasta trastornos ansiosos que limitan el funcionamiento (Nosachev y León, 2022).

A su vez, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2025) define a la ansiedad como un mecanismo natural de defensa del cuerpo contra situaciones externas o internas que son percibidas como amenazantes o peligrosas. En otras palabras, es un estado emocional que incluye sentimientos de miedo, temor e inquietud y suele ir acompañado de síntomas físicos como sudoración, taquicardia, fatiga y tensión muscular. Este fenómeno ha aumentado progresivamente en los estudiantes universitarios tras eventos globales como la pandemia generada en el año 2019, los cambios diversos en la metodología de enseñanza y la creciente presión académica. A pesar de ello existen diversos estudios que abordan la ansiedad en universitarios, la estimación de la

prevalencia de ansiedad en esta población muestra gran variabilidad entre estudios: diferencias metodológicas (instrumentos y puntos de corte), geográficas (países y regiones) y poblaciones (carreras, años de estudio, sexo), lo cual dificulta obtener una estigmatización global y precisa de su prevalencia real en este contexto (Liyanage et al., 2021).

De acuerdo con las estadísticas mundiales, se estima que el 4,4 % de la población sufre actualmente un trastorno de ansiedad. En 2021, había 359 millones de habitantes alrededor del mundo que cuentan haber tenido un trastorno de ansiedad, lo que convierte a la ansiedad en el trastorno más común de todas las alteraciones mentales (OMS, 2025). En particular, investigaciones en Latinoamérica informan tasas superiores al promedio mundial, posiblemente relacionadas con factores socioculturales, económicos y académicos (Cuenca et al., 2020). Sin embargo, la falta de homogeneidad metodológica (distintos instrumentos como el GAD-7, BAI, DASS-21 o HADS), la diversidad de puntos de corte y la variación en los contextos temporales (pre, durante y post pandemia) generan resultados incomparables (Chávez, 2021).

En relación con los factores asociados, destacan tres ámbitos esenciales para el individuo: personal, académico y social. En el área personal destacan la edad, el sexo, la baja autoestima, la vulnerabilidad emocional. En el ámbito académico, las elevadas cargas de estudio, la competitividad, la presión por el rendimiento y la incertidumbre laboral contribuyen al aumento de la ansiedad. A nivel social, el aislamiento, los problemas económicos, la falta de apoyo familiar y el uso excesivo de redes de apoyo sociales o dispositivos innovadores digitales también se asocian a mayores niveles de ansiedad (Pinilla et al., 2020). Como consecuencia, este malestar psicológico puede progresar a trastornos más graves como la depresión, el consumo de sustancias y con ello los trastornos del sueño como mecanismos de afrontamiento disfuncionales (Brantley, 2021).

Por consiguiente, surge la necesidad de realizar una revisión sistemática siguiendo estándares como PRISMA y metaanálisis que permita sintetizar la evidencia disponible y determinar, con rigor científico, el alcance del problema a nivel global y regional. Por lo antes expuesto se planteó la siguiente incógnita de investigación: ¿Cuál es la prevalencia de ansiedad en los estudiantes universitarios según evidencias científicas?

### **3. Justificación**

En la actualidad las problemáticas de salud mental han incrementado en alumnos cursando la etapa universitaria por lo tanto usamos esta población como base para la revisión sistemática y metaanálisis en nuestra investigación. La evidencia científica reciente muestra que los universitarios presentan con frecuencia síntomas de estrés, depresión, ansiedad e insomnio, los cuales afectan su bienestar subjetivo y desempeño académico (Mena-Freire et al., 2023). Particularmente en el contexto ecuatoriano, los jóvenes que cursan estudios superiores se encuentran en un periodo de transición hacia la adultez, caracterizada por una elevada vulnerabilidad psicológica derivada de las demandas académicas, cambios personales y sociales que experimentan.

Desde una revisión a nivel internacional, diversos estudios científicos han evidenciado altos niveles considerables de ansiedad entre el alumnado universitario de diferentes regiones del mundo. En el contexto de Ucrania, por ejemplo, se ha identificado un aumento marcado no solo en la ansiedad sino también en la depresión y el estrés, fenómeno que se ha mantenido desde el inicio de la pandemia dada en el año 2019 por COVID-19 hasta dos años después; cabe destacar que las mujeres resultan ser el grupo más afectado (Kolisnyk y Mehlsen, 2025). Del mismo modo Huguet

et al. (2025), mediante una investigación en España concluye que existe un mayor incremento de afectación en los estudiantes cursantes primer ciclo, con un impacto significativo en las mujeres.

En los países de América Latina, esta problemática no difiere en los resultados observados en otros continentes. En Colombia, el incremento de ansiedad ante los exámenes afecta de manera directa el rendimiento académico, reflejándose en componentes cognitivos, cambios de comportamiento y somatizaciones (Mafla et al., 2025). Así, la ansiedad se presenta como una de las manifestaciones más frecuentes entre los estudiantes universitarios, afectando la autopercepción en los procesos de eficacia y aprendizaje (Paraguay y Gonzales, 2023).

En el estudio desarrollado por Torales et al. (2025) en la carrera de medicina se observa que los estudiantes prevalecen en niveles altos de ansiedad. Dichos autores mencionan que existen barreras para acceder a tratamientos psicológicos, entre ellas los prejuicios y la desconfianza hacia los servicios de salud mental, lo que desarrolla un acceso limitante a la atención profesional. Como resultado, la ansiedad se comprende como un fenómeno social que interfiere en la educación y el avance profesional de los jóvenes.

A partir de los resultados evidenciados, se considera adecuada una revisión sistemática y un metaanálisis que integran resultados en base científica hacia la prevalencia de la ansiedad en la población universitaria en la actualidad, alineándose con los criterios establecidos por la declaración PRISMA. Así mismo con el enfoque teórico, con esta investigación se busca comprender la ansiedad como un fenómeno complejo en el que intervienen áreas cognitivas, fisiológicas y emocionales. Desde el enfoque metodológico, se propone integrar y comparar los

resultados de diferentes publicaciones científicas a través de un metaanálisis, con el propósito de obtener confiabilidad de los hallazgos aumentando la validez (Mena-Freire et al., 2023).

En cuanto a su aplicación práctica, los resultados obtenidos se esperan sirvan de relevancia como referencia hacia la propuesta de programas institucionales orientados al bienestar emocional, que fomenten detección y prevención temprana de lo que es la ansiedad. De esta manera los estudiantes serían los principales beneficiados al contar con estrategias respaldadas por evidencia científica.

Por último, los docentes y expertos sobre el área de la psicología tendrán acceso a un marco empírico actualizado que respalde los procesos de evaluación e intervención, con la meta de contribuir al fortalecimiento integral del bienestar emocional en personas cursantes de la educación superior consigo consolidar una cultura más consciente y notoria hacia las problemáticas emocionales esenciales de esta población.

## **4. Objetivos**

### ***4.1 Objetivo General***

Sintetizar la evidencia científica sobre la prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios mediante una revisión sistemática siguiendo las directrices PRISMA y un metaanálisis de proporciones.

## ***4.2 Objetivos Específicos***

- 4.2.1 Identificar la prevalencia de ansiedad reportada en la literatura científica sobre estudiantes universitarios a nivel internacional y regional a través de una revisión sistemática basada en las declaraciones PRISMA.
- 4.2.2 Analizar la prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios según el continente mediante un metaanálisis de proporciones.

## **5. Marco Teórico**

### ***5.1 Psicología de la salud y salud mental en estudiantes universitarios***

Dicho así que la psicología de la salud es considerada como una subdisciplina de la psicología que estudia procesos biológicos, psicológicos y sociales además de intervenir de una forma positiva en la salud la enfermedad y el bienestar general de una persona (Sarafino y Smith, 2011). Desde esta perspectiva la conducta del ser humano se concibe como uno de los factores claves tanto en la presencia de enfermedades y el beneficio propio de la salud, además de resaltar la interacción constante entre emociones pensamientos y el entorno social.

Por su parte, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), refiere que la salud mental no es la falta de un malestar, sino que se entiende como un estado en el que el ser humano encuentra un estabilidad física, emocional y mental que permite que el ser humano pueda desarrollar diferentes capacidades para afrontar su vida cotidiana, además de hacer un cambio y equilibrio en su vida común. Sin embargo, en el contexto universitario este balance suele verse alterado por

diferentes percepciones que se tiene en cuanto al contexto social y adaptación sumando a esto la presión académica y la incertidumbre por un futuro laboral estable (Mena-Freire et al., 2023).

Asimismo, desde un enfoque integral diferente, la psicología de la salud mental subraya la directa capacidad que tienen diferentes factores como emocionales y contextuales para la adaptación de los estudiantes universitarios. En esta línea, investigaciones recientes (Cedillo et al., 2025; Muller et al., 2022) demuestran que diferentes variables como el descanso, los buenos hábitos, la correcta distribución del tiempo en actividades cotidianas y académicas, además del apoyo en el contexto social son determinantes de un adecuado bienestar psicológico y que pueden ser de gran apoyo ante síntomas de ansiedad o depresión. Por consiguiente, el estudio de la ansiedad se incorpora como un eje central dentro del análisis de la Salud Mental Universitaria al constituirse en cierto engranaje de ajuste emocional y calidad de bienestar durante diferentes etapas formativas.

## ***5.2 Conceptos y dimensiones de la ansiedad***

La ansiedad es una reacción emocional natural del ser humano que se evidencia a través de la inquietud, preocupación, temor ante circunstancias que se consideran inciertas o amenazantes (American Psychological [APA], 2022). Sin embargo, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2025) alerta que, cuando esta reacción se vuelve demasiado intensa o duradera, existe la posibilidad de que se convierta en un trastorno crónico que afecta de manera significativa la vida personal académica y social del individuo.

Desde una perspectiva psicológica, la ansiedad comprende tres dimensiones fundamentales descritas por Spielberger (1983): la dimensión cognitiva, vinculada con pensamientos anticipatorios y creencias irracionales; la dimensión fisiológica, que se manifiesta que mediante de

la activación del sistema nervioso autónomo, manifestada síntomas como la taquicardia o la tensión muscular; y la dimensión conductual, observable en comportamientos de elusión, inquietud o respuestas de evitación ante el estímulo ansiógeno.

Estas dimensiones se cruzan de una manera compleja en un ambiente universitario, lo que provoca expresiones particulares de ansiedad, como la ansiedad social, la generalizada y la que surge frente a pruebas de gran impacto en la vida académica según (Pinilla et al., 2020; OMS, 2023). En este contexto, la literatura científica marca que la ansiedad no debe entenderse únicamente como una emoción negativa, sino como un fenómeno multidimensional que refleja tanto la vulnerabilidad individual como las exigencias estructurales y psicológicas propias del contexto educativo.

### ***5.3 Modelos teóricos explicativos de la ansiedad***

A través de los años, varias corrientes teóricas han tratado de entender el surgimiento y la persistencia de la ansiedad desde perspectivas variadas. En primer lugar, el modelo cognitivo de Beck (1976) propone que la ansiedad tiene su raíz en interpretaciones distorsionadas de la realidad y en pensamientos de tipo catastrofista. Este autor sostiene que las creencias irracionales vinculadas con el peligro, la amenaza o la percepción de la incapacidad personal desencadenan acciones emocionales adaptativas estas reacciones perpetúan el ciclo de la ansiedad a través de sesgos cognitivos y expectativas negativas.

Por otra parte, el estrés y afrontamiento de la teoría de Lazarus y Folkman (1986) sostiene que la ansiedad se produce cuando una persona siente que las exigencias externas sobrepasan sus propios recursos para afrontar dichas demandas. Este enfoque subraya la valoración cognitiva del

estrés como un proceso fundamental, si el sujeto percibe una situación como amenazante y piensa que sus recursos para enfrentarse a ella son escasos se activa la reacción reacción ansiosa. Dentro del ámbito universitario elementos como la presión social, la sobrecarga académica y la percepción de la falta de control funcionan como estresores importantes que proporcionan el surgimiento de la ansiedad.

Por otro lado, el modelo biopsicosocial propuesto por Engel (1977) plantea que la ansiedad nace como consecuencia del nexo constante entre factores biológicos, psicológicos y sociales. Desde esta mirada integradora, se explica por qué los antecedentes genéticos, los estilos cognitivos y el apoyo social configura la respuesta ansiosa.

Además, esta perspectiva multidimensional cuenta con el respaldo de la evidencia empírica más reciente por ejemplo según lo que encontraron Cedillo et al. (2025), el bienestar mental es precedido por la edad, el género y los hábitos de salud en cambio, Hutchesson et al. (2022) probaron que las intervenciones enfocadas en la actividad física, el sueño y la alimentación disminuyen el estrés y la ansiedad. Por lo tanto, el modelo biopsicosocial es el fundamento teórico más apropiado para comprender la ansiedad en los alumnos universitarios.

#### ***5.4 Factores asociados a la ansiedad en estudiantes universitarios***

La ansiedad universitaria está relacionada con una mezcla de elementos académicos, sociales y personales. En primer lugar, en el ámbito individual, la autoestima, la edad y el género son factores significativos. Esto se debe a que los estudiantes más jóvenes y las mujeres suelen mostrar niveles de ansiedad más elevados (Müller et al., 2022; Huguet et al., 2025). En el ámbito

académico la evaluación continua la incertidumbre profesional y carga excesiva de tareas son indicadores relevantes del malestar emocional (Álvarez et al., 2012; Cedillo et al., 2025).

Por otro lado, desde la dimensión social, la OMS (2023) advierte que los medios que generan exclusión, discriminación o precariedad económica en la que parte de la población experimenta son el causante de aumentar la probabilidad de desarrollar trastornos de depresión y ansiedad. Asimismo, el uso excesivo de redes digitales y la baja o nula relación familiar agravan el aislamiento y la sensación de insuficiencia (Pinilla et al., 2020).

Siendo así que, la convergencia de estos componentes explica la alta fragilidad psicológica que presentan los estudiantes durante la etapa universitaria. De acuerdo con investigaciones internacionales recientes, entre el 30% y el 40% de las personas cursantes de la educación superior experimentan síntomas clínicos de ansiedad, lo que supone un reto para la salud pública y una prioridad para los estudios psicológicos actuales (Paiva et al., 2025; Chang et al., 2021).

### ***5.5 Instrumentos para la medición de la ansiedad***

La evaluación de la ansiedad en población universitaria requiere el uso de instrumentos psicométricos validados que permitan cuantificar los niveles de malestar y facilitar comparaciones entre estudios. En este sentido, los más utilizados son GAD-7 (*Generalized Anxiety Disorder Scale*) se encuentran, desarrollada por Spitzer et al. (2006), ampliamente usada en investigaciones epidemiológicas y revisiones sistemáticas; DASS-21 (*Depression, Anxiety and Stress Scale*), diseñada por Lovibond y Lovibond (1995), que mide simultáneamente depresión, ansiedad y estrés.

Estos estudios son respaldados por los estudios en contextos universitarios (Mafla et al., 2025; Arbues et al., 2020). Según el autor, indica que los resultados de los estudios varían entre los distintos países, de hecho, recalca la importancia de realizar una revisión sistemática de los datos internacionales con el fin de obtener una visión más coherente del fenómeno a estudiar.

### ***5.6 Fundamento metodológico: revisión sistemática y metaanálisis***

La revisión sistemática en términos de investigación busca sintetizar y ordenar la evidencia empírica existente sobre un tema en específico. Este proceso se basa en las declaraciones de PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). La cual asegura objetividad y transparencia en el análisis de los estudios (Page et al., 2021).

Por otro lado, el metaanálisis es una herramienta estadística que integra los resultados de diferentes investigadores con el objetivo de obtener una medida global del estudio, en el caso del estudio de la ansiedad presente en los estudiantes universitarios, esta técnica permite calcular la tasa promedio de ansiedad tomando en cuenta las distinciones significativas que existen en función de las variables sociodemográficas, geográficas o académicas (Paiva et al., 2025; Hutchesson et al., 2022).

Por consiguiente la combinación de estos métodos permite obtener una base metodológica sólida para la investigación propuesta por el proyecto, al emplear síntesis cualitativa de la evidencia científica con un enfoque estadístico, se garantiza resultados más precisos.

## **6. Estado del Arte**

En un estudio realizado por Lasheras et al. (2020), el cual se empleó la revisión sistemática en conjunto con el metaanálisis, en el cual participaron 90,000 personas, identificó la prevalencia promedio de ansiedad en universitarios es del 41% cuyos valores oscilaban entre 11% y 89% según el país y los instrumentos empleados entre ellos. Los autores subrayan, sin embargo, una notable heterogeneidad entre los estudios analizados, lo cual atribuyen a diferencias metodológicas y culturales que condicionan la interpretación y comparabilidad de los resultados.

En concordancia, Zhang et al. (2021), mediante un metaanálisis que integró más de 200 investigaciones, hallaron una prevalencia combinada del 26% en ansiedad y del 22% en depresión. Cabe señalar que los niveles más elevados se registraron en mujeres, estudiantes del área ciencias de la salud y en regiones con alta exposición al COVID-19. De manera similar, Tasso et al. (2022), documentaron un incremento sostenido en los síntomas de ansiedad en la población universitaria durante la pandemia, asociados con la sobrecarga académica, el confinamiento y la incertidumbre educativa.

Por su parte, en Europa, Ramón Arbués et al. (2023) observaron una prevalencia del 24,5% de ansiedad y del 3,8% de depresión en estudiantes de enfermería, vinculada con la mala alimentación, consumo de alcohol y la ausencia de actividad física. Estos hallazgos confirman que este fenómeno constituye un problema global y multifactorial, influido por factores individuales, contextuales y metodológicos.

En lo que respecta al contexto latinoamericano, las tasas de ansiedad en universitarios también son elevadas y se relacionan con factores académicos, económicos y sociales. Castillo-Díaz et al. (2024), en una investigación con 4,203 alumnos de Centroamérica, evidenciaron como

quienes mantenían estilos de vida saludables presentaban niveles menores de distrés psicológico, resaltando así el papel protector de los hábitos saludables sobre el bienestar mental. De igual forma, Mafla et al. (2025), validaron escalas de autocompasión y ansiedad social en estudiantes universitarios españoles, subrayando la importancia de utilizar instrumentos psicométricamente adaptados al contexto cultural de cada región.

A su vez, estudios comparativos como el de Ghazawy et al. (2021), realizado en Egipto un contexto sociocultural con similitudes respecto a la carga académica y los recursos psicológicos, reportaron una prevalencia del 36% de ansiedad moderada a grave, con mayor incidencia en mujeres y estudiantes con bajos ingresos. Estos resultados indican que las prevalencias latinoamericanas se sitúan dentro de rangos similares o incluso superiores a los reportados a nivel global, evidenciando la magnitud del problema en regiones con menos recursos institucionales de apoyo psicológico.

Sin embargo, vale señalar que los estudios revisados comparten una serie de limitaciones metodológicas que dificultan obtener una estimación precisa y generalizable sobre la prevalencia de ansiedad en la población universitaria. Entre las más relevantes se encuentran la heterogeneidad de los procedimientos empleados, reflejada en la diversidad de instrumentos de medición utilizados como el GAD-7 y las DASS-21 y en la variación de los puntos de corte aplicados; además, predomina el uso de diseños transversales, los cuales impiden establecer relaciones causales y restringen la comprensión de la evolución temporal de la ansiedad. A ello se suma la escasa representatividad regional, ya que las investigaciones latinoamericanas continúan siendo limitadas.

En respuesta a esta fragmentación de resultados, a la falta de homogeneidad metodológica y a la baja representación de contextos latinoamericanos, el presente trabajo plantea una revisión sistemática y un metaanálisis de proporciones, siguiendo las directrices PRISMA. Dicho enfoque permitirá unificar los hallazgos, estimar con mayor precisión la existencia de prevalencia en estudiantes universitarios por ansiedad y, a la par, ofrecer una base científica sólida que oriente la formulación de políticas y programas institucionales dirigidos a la promoción de bienestar emocional en el ámbito académico.

## 7. Dimensiones

**Tabla 1.**

*Dimensiones.*

Variables	Definición	Definición	Escala de medición
	Conceptual	Operacional	
<b>Ansiedad</b>	Ansiedad estado se entiende como una reacción emocional transitoria de tensión y activación fisiológica que varía según la situación (Spielberger et al., 2023).	Cuestionario de Trastorno de Ansiedad Generalizada. GAD-7	Discreta/Continua
	La ansiedad se define como una tendencia estable del individuo a percibir situaciones potencialmente amenazantes y a responder ante ellas con reacciones ansiosas de forma frecuente o habitual (Spielberger et al., 2023).	Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés. DASS-21	

## 8. Supuestos

Se esperará una prevalencia entre 30% a 89% en los estudiantes universitarios por ansiedad (Castillo-Díaz et al., 2024; Ghazawy et al., 2021; Lasheras et al., 2020; Ramón Arbués et al., 2023; Zhang et al., 2021). Adicionalmente, la prevalencia de ansiedad en los estudiantes universitarios será mayor en los países de Europa y Asia según los estudios seleccionados en la revisión sistemática utilizando el PRISMA.

## 9. Marco Metodológico

### *9.1 Diseño del estudio*

Como primer punto de este marco metodológico tenemos el diseño de estudio donde este se enmarcó dentro de una delineación de revisión sistemática y metaanálisis, siguiendo las directrices de Preferred Reporting Items for Systematic Reviews (PRISMA, Page et al., 2021) y Meta-analysis (López-Ibáñez et al., 2024). Sumando a ello este tipo de diseño se caracteriza por su rigurosidad metodológica, orientada a identificar, seleccionar, evaluar y sintetizar de manera crítica los resultados científicos existente sobre un tema determinado. Igualmente, la aplicación de los lineamientos PRISMA permite la verificación y la replicabilidad del proceso, mientras que el enfoque de metaanálisis contribuye a obtener conclusiones más robustas mediante la cuantificación estadística de los resultados.

Asimismo, se realizó la pregunta con PECOS (*Patient/ Population; Exposure; Comparison; Outcomes; Study design*), es decir, en español (Paciente/Población; Exposición;

Comparación; Resultados y Diseño de estudio) considerando como población a los universitarios, exposición los factores asociados, comparar las diferencias entre regiones y géneros, y resultado la prevalencia de ansiedad.

### ***9.2 Criterios de inclusión y exclusión***

Referente al proyecto de investigación, este se centra en los conceptos de prevalencia, transversales y longitudinales tomando base trabajos de investigación basados en la población universitaria de pregrado hechos a partir de los años 2021 al presente año 2025. Se consideró investigaciones que analizan la prevalencia de la ansiedad utilizando instrumentos estandarizados y validados como el GAD-7 y DASS-21. Además, se incluyó estudios revisados por pares en revistas académicas, publicados en inglés o español, añadiendo que la población que se consideró en las investigaciones publicadas son jóvenes universitarios desde la edad de 18 a 25 años. Adicionalmente, se tuvo en cuenta el muestreo (probabilístico y no probabilístico) realizado en los estudios en los jóvenes universitarios en los estudios seleccionados mediante la revisión sistemática.

De modo que, se excluyó estudios que no cumplan con los criterios de rigor metodológico o tengan sesgos importantes, como revisiones narrativas, tesis doctorales inéditas, informes de casos o artículos no revisados por pares. También se excluyó los estudios que examinaron poblaciones clínicas o pacientes con diagnóstico psiquiátrico previo, así como aquellos que no informaron tasas de prevalencia de ansiedad o utilizaron instrumentos sin validación psicométrica. De manera similar, se excluyó los artículos duplicados o los artículos que no proporcionan datos suficientes para el metaanálisis. De acuerdo con esto, se identificó estudios relevantes no solamente

mediante la búsqueda en bases de datos, sino una búsqueda también a través de la selección de referencias, para mejorar la fiabilidad y claridad metodológica.

### ***9.3 Fuentes de información***

También se usaron bases de datos científicas como fuentes de información: Se eligieron Web of Science, Scopus y PubMed, ya que en el ámbito científico internacional y por ofrecer una buena cobertura sobre estudios en el área de ciencias sociales y de la salud. En consecuencia, se realizó la revisión de las bibliografías de artículos incluidos para minimizar el sesgo. Y con ellos obtener una estrategia sostenible de búsqueda completa y uniforme, la selección de palabras clave se llevó a cabo utilizando un lenguaje adecuado para la indización, específicamente *Descriptores en Ciencias de la Salud* (DeCS) y *Medical Subject Headings* (MeSH), optimizando la consistencia en la indexación entre distintas bases de datos.

### ***9.4 Estrategia de búsqueda***

Además de haber obtenido la información de las bases de datos mencionadas en los puntos anteriores se realizó un seguimiento a partir de PRISMA (Page et al., 2021).

Con respecto a la información teórica y documentos publicados, revisiones narrativas no sistémicas, estas no fueron consideradas para esta etapa, además para facilitar la investigación se empleó la codificación basada en web *Rayyan* (Ouzzani et al., 2016), la cual permite las clasificaciones tanto como duplicado, eliminado, excluido, entre otros, de manera que se registran en su sistema.

### ***9.5 Proceso de recopilación de datos***

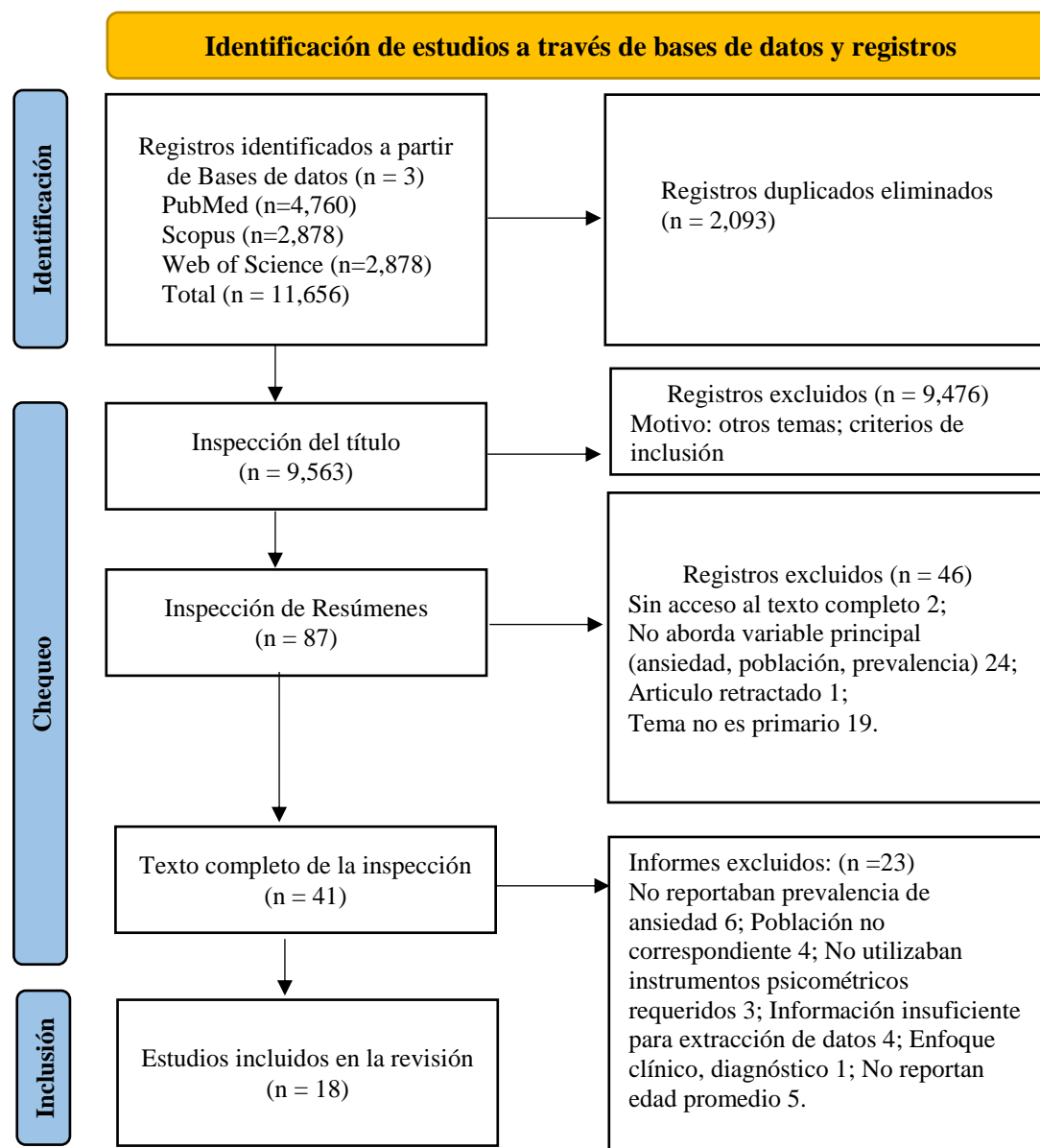
Al realizar esta investigación se tomaron en cuenta los procesos de extracción de datos bibliográficos en formato RIS, por lo cual se descargaron los datos mencionados en un estándar donde se muestre la identificación de los autores, títulos de sus aportes, revistas de publicaciones y resumen, estos parámetros facilitarían la bibliografía, de igual manera se cargaron en Rayyan para la gestión y lectura de los datos, de esta manera se garantiza que la información se maneje de forma ordenada y coherentes.

### ***9.6 Proceso de extracción de datos***

Es importante recalcar, para poder realizar la selección de los estudios se determinaron tres ejes específicos (1) la metodología utilizada en los estudios seleccionados, (2) las propiedades psicométricas del instrumento y (3) la frecuencia de ansiedad en las personas cursantes de la educación superior. Se identificó la información seleccionada de acuerdo con los ejes definidos, en la guía de trabajo, en el caso de las inconsistencias estas se resolvieron comparando y verificando los datos obtenidos.

En relación con los criterios utilizados en la metodología, se logró identificar y seleccionar los siguientes datos: (1) el año de la publicación y los autores; (2) el nombre del estudio con el idioma en el que fue publicado; (3) el nombre de la revista y su cuartil correspondiente; (4) la prueba o instrumento psicológico utilizado (5) el país y continente de procedencia, número de participantes y la edad media de la muestra; (6) los indicadores de confiabilidad y el grado de ansiedad que se observó en los alumnos universitarios.

**Figura 1.**  
Diagrama de flujo PRISMA 2020.



### 9.7 Evaluación del riesgo de sesgo del estudio

Esta faceta se realizó utilizando herramientas metodológicas reconocidas, según el tipo de estudio. Para trabajos basados en observaciones o comparaciones se hizo uso de escalas como las

del Instituto *Joanna Briggs* (JBI), *Nescastle-Ottawa* (NOS), con la finalidad de analizar el porcentaje de la muestra, la exactitud, variables y transparencia de los procedimientos.

Cada ítem evaluado se calificó en tres niveles: riesgo de sesgo bajo, medio o alto. Los resultados se presentaron gráficamente mediante tablas y gráficos que demuestran la transparencia y adecuación metodológica general de los estudios incluidos. Este procedimiento ayudo a determinar la confiabilidad de los resultados obtenidos y determinar en qué medida está documentada la prevalencia de la ansiedad en la comunidad universitaria.

### ***9.8 Análisis estadístico***

De igual manera esta etapa se ejecutó utilizando un software especializado como *Rayyan* (Ouzzani et al., 2016), siguiendo las totales recomendaciones para metaanálisis de prevalencia. Se calculó la prevalencia combinada mediante un modelo de efectos aleatorios (DerSimonian-Laird) en razón de a la heterogeneidad esperada entre estudios. Además, se estimó la varianza y el intervalo de confianza del 95% para las proporciones combinadas, y se aplicaron transformaciones estadísticas apropiadas para la estabilización de varianzas.

Por otro lado, la heterogeneidad se evaluó mediante el cuestionario Q de Cochran, I<sup>2</sup>, H<sup>2</sup>, y  $\tau^2$  (Higgins y Thompson, 2002). Para garantizar la validez de los resultados, se eliminaron las investigaciones que se desviaban de criterios como magnitudes alfa > 0,700 o una proporción mínima de 10:1 casos por ítem utilizando técnicas de recorte, así como aquellos con proporciones inadecuadas de casos por ítem antes de calcular las estimaciones agrupadas, interpretando valores superiores al 50% como heterogeneidad moderada o alta.

Se realizó análisis de subgrupos por región geográfica, sexo y tipo de instrumento de medición, así como pruebas de sesgo de publicación mediante *Rayyan* (Ouzzani et al., 2016). Finalmente, los resultados se presentarán en gráficos, permitiendo visualizar las estimaciones individuales y globales de prevalencia y proporcionando una síntesis cuantitativa robusta de estudiantes universitarios sobre la ansiedad. La fiabilidad acumulativa se estimó utilizando los valores alfa de Cronbach transformados utilizando el método de Hakstian-Whalen para facilitar el modelado de efectos aleatorios (Hakstian y Whalen, 1976). Todos los análisis se realizaron utilizando Jamovi versión 2.6.26, JASP versión 0.19.3, R versión 4.4.3 y Stata versión 18.

## 10. Resultados

**Tabla 2.**  
*Características de los estudios seleccionados.*

Autor (año). País. Continente	Diseño	Muestra (n)	Edad	Instrumento	Prevalencia Baja Ansiedad (%)	Prevalencia Media Ansiedad (%)	Prevalencia Alta Ansiedad (%)	Prevalencia Muy Alta Ansiedad (%)	Prevalencia Extrema Ansiedad (%)	Prevalencia Total	Hombres (%)	Mujeres (%)
Al-Garni et al. (2025). Arabia Saudita. Asia	Transversal	1700	Entre 20- 25 años	DASS-21	16,9%	20,9%	13,2%	4,7%	---	39%	48,5%	58,3%
Amaro et al. (2024). Portugal. Europa	Transversal	3399	Edad media: (21,61) años	GAD-7	25%	37,9%	22,8%	14,3%	---	75%	32,0%	68,0%
Aveiro-Róbaló et al. (2022). Paraguay. América del Sur	Transversal	293	18+ años	DASS-21	12,6%	4,8%	18,5%	14,0%	49,8%	87,4%	22,9%	77,1%
Carmona et al. (2024). Portugal/ Europa. Brasil/ América del Sur	Transversal	1196	18+ años	DASS-21	---	---	---	---	---	55,3 % Portugal/ 71,5% Brasil	24,8% / 12,9%	75,2% / 87,1%
Fauzi et al. (2021). Malasia. Asia	Transversal	449	Edad media: (21.8) años	DASS-21	---	---	---	---	---	85,1%	---	---
Ghanim et al. (2022). Palestina Asia	Transversal	1049	Edad media: (19.8) años	GAD-7	36,1%	30,70%	16,5%	---	---	82,9%	18,3%	12,7%
Guan et al. (2021). China. Asia	Transversal	24678	Entre 18-25 años	GAD-7	26,5%	30,0%	43,5%	---	---	7,3%	52,0%	48,0%
Humer et al. (2023). Austria. Europa	Transversal	430	Edad media: (23. 1) años	GAD-7	52,6%	---	---	---	---	52,6%	32,8%	55,8%

Kandasamy et al. (2025). Arabia Saudita. Asia	Transversal	323	18-25+ años	GAD-7	62,5%	27,6%	5,3%	4,5%	---	9,9%	---	---
Lin et al. (2022). EE. UU. (estudiantes chinos). América del Norte	Transversal	1881	Edad media (21.39) años	GAD-7	---	---	---	---	---	20,7%	51,9%	48,1%
Malebari et al. (2024). Arabia. Saudita. Asia	Transversal	728	18-25+ años	GAD-7	36%	31%	19%	14%	---	63,3%	---	---
Martínez-Libano et al. (2023). Chile. América del Sur	Transversal	1062	Edad media: (27.18) años	DASS-21	---	---	---	---	---	69,2%	---	---
Mohamad et al. (2021). Malasia. Asia	Transversal	1821	18+ años	GAD-7	---	---	---	---	---	29%	27,2%	30,1%
Muzaffar et al. (2022). Bangladesh. Asia	Transversal	605	Edad media: (23,1) años	GAD-7	12,6%	42,0%	29,5%	15,9%	---	87,4%	40,5%	59,5%
Pinto-Cortez et al. (2024). Chile. América del Sur	Transversal	696	Entre 18-29 años	DASS-21	16,3%	14,0%	8,2%	15,1%	---	53,5%	---	---
Rezvi et al. (2022). Bangladesh. Asia	Transversal	203	18-25+ años	GAD-7	32%	16%	21%	---	---	69%	14%	30%
Tee et al. (2022). Malasia. Asia	Transversal	378	Entre 21-26 años	DASS-21	---	---	---	---	---	44,2%	33,0 %	67,0%
Vagiri et al. (2025). Sudáfrica. África	Transversal	229	18+ años	GAD-7	27,1%	27,6%	13,5%	---	---	41%	---	---

Al analizar las características metodológicas de los estudios seleccionados, se observó que, en términos generales, estos cumplen con los estándares esenciales para investigar la prevalencia en el entorno universitario. La elección de diseños transversales en todos los casos resultó acertada para estimar la presencia de ansiedad en momentos específicos. Además, el uso de herramientas validadas como el DASS-21 y el GAD-7 referentes habituales en la epidemiología de la salud mental estudiantil refuerza la confiabilidad de los hallazgos.

Geográficamente, se percibe un claro predominio de investigaciones en Asia (especialmente en Malasia, China, Bangladesh, Arabia Saudita y Palestina). Si bien existen aportes de América, Europa y África, la alta concentración de datos del contexto asiático es un factor

determinante que debe tenerse en cuenta al interpretar la prevalencia global y la variabilidad de los resultados.

En cuanto a las muestras, aunque el número de participantes varió significativamente (de 203 a 24,678 personas), todas mantuvieron una coherencia poblacional clara al enfocarse exclusivamente en estudiantes de pregrado. El rango etario de los involucrados, situada mayoritariamente entre los 18 y 25 años, confirma que estamos ante jóvenes en la etapa de "adultez emergente", lo que facilita la comparación entre los diferentes estudios.

Un punto crítico para el análisis fue la diversidad de instrumentos y puntos de corte utilizados. Mientras el DASS-21 tuvo mayor eco en Asia, Europa y América del Sur, el GAD-7 predominó en Asia, África y América del Norte. Esta disparidad metodológica es, precisamente, la que justifica realizar análisis por subgrupos para entender mejor cómo influye la escala de medición en los resultados.

En cuanto a los niveles de ansiedad indican cierto contraste, con indicadores de prevalencia que varían desde niveles inferiores al 10% hasta más del 80% dependiendo del contexto sociodemográfico. Aunque esta variabilidad es notable queda claro que un porcentaje importante de estudiantes experimenta ansiedad moderada a muy alta, lo que subraya la relevancia clínica de este problema en el ámbito universitario además los datos confirman de manera consistente que las mujeres reportan niveles más elevados que los hombres.

**Tabla 3.**

*Características de los estudios seleccionados de la prevalencia de la Ansiedad en estudiantes universitarios según el país, continente e Instrumentos utilizados (n=18)*

	<i>n (%)</i>
<b>País</b>	
Arabia Saudita	3 (17%)
Austria	1 (5.6%)
Bangladesh	2 (11%)
Chile	2 (11%)

China	1 (5.6%)
Malasia	3 (17%)
Palestina	1 (5.6%)
Paraguay	1 (5.6%)
Portugal	2 (11%)
Sudáfrica	1 (5.6%)
EE. UU.	1 (5.6%)
<b>Continente</b>	
América del Norte	1 (5.6%)
América del Sur	3 (17%)
Asia	10 (56%)
Europa	3 (17%)
África	1 (5.6%)
<b>Instrumento</b>	
DASS-21	7 (39%)
GAD-7	11 (61%)

---

La Tabla 3 presentó las características de 18 estudios revisados sobre la prevalencia de ansiedad entre estudiantes universitarios, basados en países, continentes e instrumentos utilizados. En general, los datos eran variados en cuanto a la distribución geográfica, con una cierta cantidad de estudios concentrados en ciertas regiones. Los estudios se realizaron principalmente en Asia, con Arabia Saudita y Malasia (cada uno con 3 estudios, 17%), y luego Bangladesh, Chile y Portugal (2 estudios cada uno, 11% cada uno). También se identificó un estudio en Austria, China, Palestina, Paraguay, Sudáfrica y Estados Unidos (5.6% para cada uno), lo que sugiere una presencia limitada en los respectivos contextos nacionales.

En términos de continente, la mayoría de los estudios se llevaron a cabo en Asia con 10 estudios (56%), lo que respalda que este continente tenía la mayor cantidad de evidencia disponible. Europa y América del Sur siguieron, cada uno con 3 estudios (17%), y América del Norte y África con un estudio cada uno (5.6%), lo que indica una menor cobertura en ambas regiones. En cuanto a los instrumentos de evaluación, prevalecieron las escalas estandarizadas y comúnmente utilizadas

en salud mental. El GAD-7 fue el más utilizado, reportado en 11 estudios (61%) y el DASS-21 en 7 estudios (39%). Este patrón indicó un sesgo a favor de instrumentos breves y válidos para el cribado de síntomas de ansiedad entre estudiantes universitarios.

En general, las estadísticas descriptivas de los casos y la frecuencia de ansiedad entre los estudiantes universitarios se presentaron en la Tabla 4. En general, los 18 informes de estudio indicaron información completa sobre el tamaño de la muestra con un promedio de 2257.4 participantes y una mediana de 702.5, reflejando una variación significativa entre los estudios (SD = 5654.26) con puntuaciones que van desde 203 hasta 24,678 participantes.

**Tabla 4.**

*Descriptivos de las investigaciones seleccionadas de los casos y prevalencia de la Ansiedad en estudiantes universitarios*

	Reporta	No Reporta	Media	Mediana	DE	Mínimo	Máximo
<i>Muestra (n)</i>	18	0	2257.4	702.5	5654.26	203	24678
<i>n Caso Baja Ansiedad</i>	12	6	758.3	214.0	1834.13	36.918	6539.7
<i>Prevalencia Baja Ansiedad (%)</i>	12	6	29.7	26.8	15.53	12.600	62.5
<i>n Caso Prevalencia Media de Ansiedad</i>	11	7	352.5	137.8	388.19	14.064	1288.2
<i>Prevalencia Media Ansiedad (%)</i>	11	7	25.7	27.6	10.88	4.800	42.0
<i>n Caso Alto Ansiedad</i>	11	7	1129.6	138.3	3192.85	17.119	10734.9
<i>Prevalencia Alta Ansiedad (%)</i>	11	7	19.2	18.5	10.50	5.300	43.5
<i>n Caso Muy Alta Ansiedad</i>	7	11	132.1	96.2	159.72	14.535	486.1
<i>Prevalencia Muy Alta Ansiedad (%)</i>	7	11	11.8	14.0	4.96	4.500	15.9
<i>n Caso Extrema Ansiedad</i>	1	17	145.9	145.9	---	145.914	145.9
<i>Prevalencia Extrema Ansiedad (%)</i>	1	17	49.8	49.8	---	49.800	49.8
<i>n Caso Prevalencia Total</i>	18	0	558.3	380.0	646.88	5.281	2549.3
<i>Prevalencia Total</i>	18	0	52.3	53.4	28.26	0.290	87.4
<i>n Caso Hombres</i>	12	6	1434.9	224.6	3608.18	28.420	12832.6
<i>Prevalencia Ansiedad de Hombres</i>	12	6	33.5	32.4	12.59	14.000	52.0
<i>n Caso Mujeres</i>	12	6	1533.9	446.6	3304.69	60.900	11845.4
<i>Prevalencia Ansiedad de Mujeres</i>	12	6	52.5	57.0	19.76	12.700	77.1

Esta distribución en el tamaño de la muestra indica la presencia de estudios de escala moderada y estudios de gran escala. En cuanto a la baja ansiedad, esta categoría se tuvo en cuenta en 12 estudios, mientras que 6 estudios no lo hicieron. Entre aquellos estudios que añadieron baja

ansiedad, el número medio de casos fue de 758.3 (mediana 214.0; SD 1834.13), con variación (media 36.9–6539.7) de casos. La prevalencia promedio de baja ansiedad fue del 29.7% (mediana = 26.8%), con una dispersión moderada (SD = 15.53), la media entre 12.6 y 62.5% indicando diferencias marcadas específicas del contexto y de la muestra.

Para la ansiedad moderada, la tabla mostró que se informó en 11 estudios y se omitió en 7. El número de casos tuvo un promedio de 352.5 y una mediana de 137.8, con un SD de 388.19 y un rango de 14.1 - 1288.2 casos. La prevalencia promedio de ansiedad moderada alcanzó el 25.7% (mediana = 27.6%), con SD = 10.88 y valores entre 4.8% y 42.0%, mostrando una distribución relativamente amplia pero menos extrema que en la categoría baja.

En cuanto a la alta ansiedad, fue un tema en 11 estudios (7 de los cuales no la informaron). Hubo en promedio 1129.6 casos, pero la mediana (138.3) fue menor indicando el efecto de estudios con valores muy grandes. La dispersión fue marcada (SD = 3192.85) con un mínimo de 17.1 y un máximo de 10,734.9 casos. En niveles porcentuales, la alta prevalencia fue del 19.2% de media (mediana = 18.5%), SD = 10.50 (rango = 5.3–43.5%; indica altos niveles de heterogeneidad en la proporción de estudiantes con alta ansiedad).

Para formas más severas de ansiedad, solo 7 estudios informaron ansiedad muy alta (11 no la informaron). Los casos promedio por caso fueron 132.1 y la mediana fue 96.2 (SD = 159.72) con un rango de 14.5 a 486.1 casos. Su prevalencia fue menor en promedio (11.8%; mediana = 14.0%), con SD = 4.96 y un rango más estrecho (4.5% a 15.9%), sugiriendo una mayor consistencia relativa cuando se midió esta categoría.

Por el contrario, la ansiedad extrema se informó en solo 1 estudio y, por lo tanto, solo se anotó un valor puntual único tanto para los casos (145.9) como para la prevalencia (49.8%),

excluyendo estimaciones de dispersión, lo que resulta en una comparabilidad y generalización limitadas de los hallazgos en esta categoría.

En los 18 estudios, la prevalencia de ansiedad se evaluó utilizando el índice de prevalencia total, con un promedio de 558.3 casos (mediana = 380.0; SD = 646.88) que varió de 5.3 a 2549.3 casos. En términos porcentuales, la prevalencia total se estimó en un promedio de 52.3% (mediana= 53.4%), mostrando una heterogeneidad significativa (SD=28.26) y un rango medio entre 0.29% y 87.4%, lo que reflejó diferencias muy marcadas entre los estudios en la proporción general de ansiedad. Finalmente, 12 (6 no informados) de los análisis fueron por sexo.

**Tabla 5.**  
*Metaanálisis de la prevalencia de la Ansiedad en estudiantes universitarios*

Study label	P	95% CI		RE weight	SE <sub>proportion</sub>	SE <sup>2</sup> <sub>proportion</sub>	Cases	n	P <sub>adjusted</sub>	Prevalencia
		LL	UL							
Al-Garni et al. (2025)	0.39000	0.3671	0.41342	5.58	0.01182	1.40e-4	663	1700	0,39026	39,026
Amaro et al. (2024)	0.74993	0.7351	0.76419	5.58	0.00743	5.52e-5	2549	3399	0,74963	74,963
Aveiro-Róbaldo et al. (2022)	0.87372	0.8303	0.90710	5.55	0.01960	3.84e-4	256	293	0,86869	86,869
Carmona et al. (2024)	0.53173	0.4949	0.56818	5.55	0.01869	3.49e-4	377	709	0,53156	53,156
Fauzi et al. (2021)	0.85078	0.8146	0.88077	5.56	0.01688	2.85e-4	382	449	0,84768	84,768
Ghanim et al. (2022)	0.82841	0.8043	0.85000	5.58	0.01165	1.36e-4	869	1049	0,82716	82,716
Guan et al. (2021)	0.07298	0.0698	0.07630	5.59	0.00166	2.74e-6	1801	24678	0,07305	7,305
Humer et al. (2023)	0.52558	0.4784	0.57233	5.53	0.02397	5.75e-4	226	430	0,52535	52,535
Kandasamy et al. (2025)	0.09598	0.0683	0.13357	5.56	0.01666	2.77e-4	31	323	0,10092	10,092
Lin et al. (2022)	0.20680	0.1891	0.22573	5.58	0.00934	8.72e-5	389	1881	0,20743	20,743
Malebari et al. (2024)	0.63187	0.5962	0.66610	5.56	0.01783	3.18e-4	460	728	0,63115	63,115
Martínez-Libano et al. (2023)	0.69115	0.6627	0.71818	5.57	0.01416	2.01e-4	734	1062	0,69043	69,043
Mohamad et al. (2021)	0.00275	10.00e-4	0.00667	5.59	0.00145	2.09e-6	5	1821	0,00384	0,384
Muzaffar et al. (2022)	0.87273	0.8436	0.89696	5.57	0.01362	1.85e-4	528	605	0,87028	87,028
Pinto-Cortez et al. (2024)	0.53448	0.4973	0.57124	5.55	0.01885	3.55e-4	372	696	0,53429	53,429
Rezvi et al. (2022)	0.68966	0.6228	0.74922	5.48	0.03226	0.00104	140	203	0,68599	68,599
Tee et al. (2022)	0.44180	0.3926	0.49221	5.52	0.02541	6.46e-4	167	378	0,44241	44,241
Vagiri et al. (2025)	0.40611	0.3446	0.47082	5.48	0.03219	0.00104	93	229	0,40773	40,773
<i>Efectos</i>										
Effect	*P	95% CI		SE	k	95% PI		p, two tailed	FE CI length	RE CI length
		LL	UL			LL	UL			

<b>My effect</b>	<b>0.522</b>	<b>0.415</b>	<b>0.629</b>	0.0546	18	0.0569	0.987	<.001	0.00409	0.214
------------------	--------------	--------------	--------------	--------	----	--------	-------	-------	---------	-------

**Nota.** \*P = Prevalencia de la ansiedad en estudiantes universitarios

El número de casos fue en promedio 1434.9, mediana 224.6; dispersión 28.4-12,832.6 y prevalencia promedio 33.5% (mediana 32.4%; SD 12.59). En mujeres, el número medio de casos fue 1533.9 (mediana = 446.6, SD = 3304.69), variando de 60.9 a 11,845.4, y la prevalencia de ansiedad fue mayor en un promedio de 52.5% (mediana = 57.0%; SD = 19.76), y un rango para la ansiedad fue entre 12.7% y 77.1%. En general, estos hallazgos demostraron que, cuando se desagregó por sexo, la ansiedad fue más frecuente en mujeres que en hombres, pero se notaron diferencias significativas entre los estudios.

La Tabla 5 resume los hallazgos del meta-análisis sobre la prevalencia de la ansiedad entre los estudiantes universitarios, que incluyó 18 estudios (k = 18). En promedio, las estimaciones presentaron una considerable variabilidad en términos de prevalencia entre los estudios: hubo prevalencias muy bajas en algunos estudios (como Mohamad et al. (2021) ( $\approx$ 0.38%) y Guan et al. (2021) ( $\approx$ 7.31%)), y prevalencias muy altas (como reportaron Muzaffar et al. (2022) ( $\approx$ 87.03%) y Aveiro-Róballo et al. (2022) ( $\approx$ 86.87%)).

Este hallazgo demostró que la frecuencia de la ocurrencia de ansiedad entre los estudiantes universitarios no es un fenómeno universal y depende en gran medida de los contextos situacionales y las características de la muestra. Tras revisar estudios con mayor prevalencia, varios trabajos consistentemente superaron el 60%, por ejemplo Amaro et al. (2024) ( $\approx$ 74.96%), Martínez-Líbano et al. (2023) ( $\approx$ 69.04%), Rezvi et al. (2022) ( $\approx$ 68.60%), y Malebari et al. (2024) ( $\approx$ 63.12%). Asimismo, se incluyeron estudios de baja o intermedia prevalencia, como Lin et al. (2022) ( $\approx$ 20.74%), Kandasamy et al. (2025) ( $\approx$ 10.09%), y Al-Garni et al. (2025) ( $\approx$ 39.03%).

En términos de precisión, los intervalos de confianza fueron más estrechos en estudios con grandes muestras (por ejemplo, Guan et al. (2021)), mientras que se ampliaron en investigaciones con tamaños de muestra más pequeños, enfatizando una mayor incertidumbre en esas estimaciones.

La prevalencia combinada (P) para el modelo de efectos aleatorios se estimó en 0.522, lo que significa que se estima que el 52.2% de la ansiedad en las universidades es global.

Esta estimación se presentó con un intervalo de confianza del 95% de 0.415–0.629, sugiriendo una prevalencia promedio de entre 41.5 y 62.9%.

Además, el análisis incluyó un intervalo de predicción muy amplio (95% PI 0.0569 – 0.987), lo que implica que en un nuevo estudio correspondiente la prevalencia puede variar de valores bajos a muy altos, lo que confirma la heterogeneidad existente entre los estudios incluidos. El resultado general fue entonces estadísticamente significativo ( $p < .001$ ), indicando que la ansiedad era un problema prevalente en las poblaciones universitarias abordadas en los estudios incluidos.

En general, el meta-análisis reportó una alta prevalencia combinada pero altos niveles de dispersión entre los estudios y destacó la importancia de interpretar los resultados en vista de las diferencias en contexto, método y medidas entre los estudios.

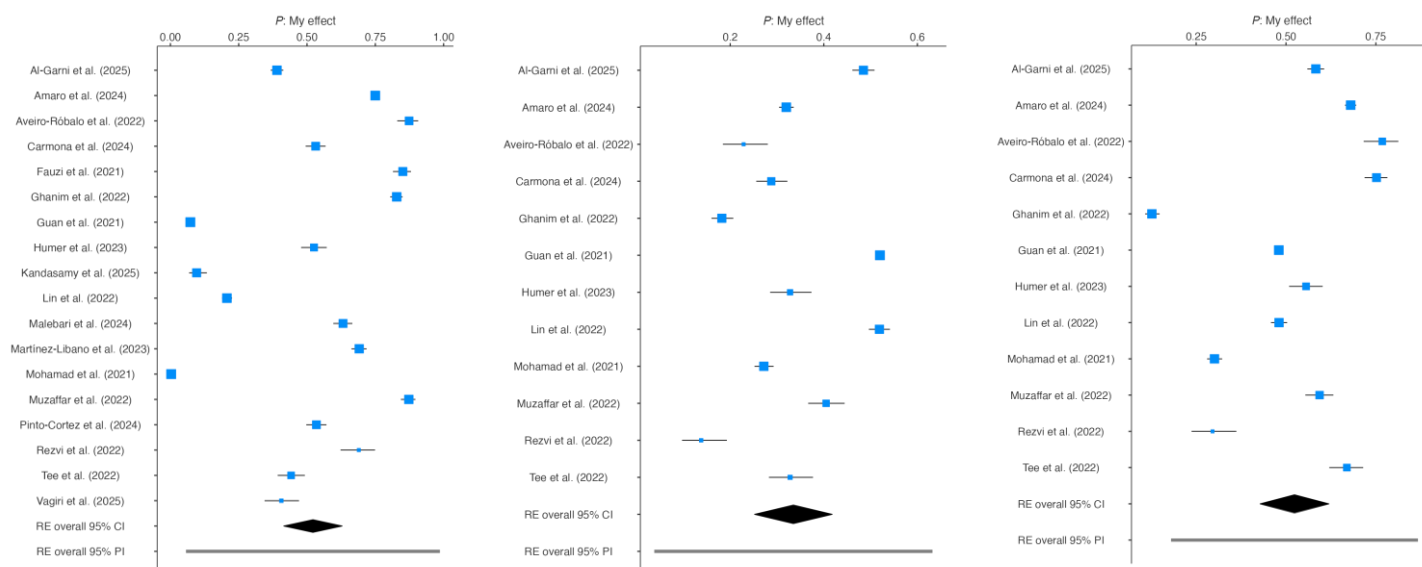
**Figura 2.**

*Metaanálisis de la prevalencia de la Ansiedad en estudiantes universitarios de manera global (Total), hombres y mujeres*

**Prevalencia Global (52,2%)**

**Prevalencia Hombres (33,5%)**

**Prevalencia Mujeres (52,4%)**



En la Figura 2, se presentaron los resultados del meta-análisis sobre la prevalencia de la ansiedad en estudiantes universitarios, comparando estimaciones generales (totales) con estimaciones específicas según el género. Para el análisis global, la estimación de prevalencia general fue del 52.2%, es decir, aproximadamente la mitad de los estudiantes universitarios evaluados en los estudios incluidos experimentaron ansiedad.

**Tabla 6.**

*Prevalencia por país, continente y edad*

	<b>País</b>	<b>n</b>	<b>Media</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>
<b>Prevalencia Total</b>	Arabia Saudita	3	37	9	63
	Austria	1	52	52	52
	Bangladesh	2	78	69	87
	Chile	2	61	53	69
	China	1	7	7	7
	Malasia	3	43	0	85
	Palestina	1	82	82	82

	Paraguay	1	87	87	87
	Portugal	2	64	53	75
	Sudáfrica	1	41	41	41
	EE. UU.	1	20	20	20
	<b>Continente</b>	<b>n</b>	<b>Media</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>
<b>Prevalencia Total</b>	América del Norte	1	20	20	20
	América del Sur	3	69.7	53	87
	Asia	10	48.5	0	87
	Europa	3	60	52	75
	África	1	41	41	41
	<b>Edad</b>	<b>N</b>	<b>Media</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>
<b>Prevalencia Total</b>	20	1	39.0	39	39
	18	5	38.0	0	87
	22	5	47.2	7	69
	21	3	60.0	20	85
	19	1	82.0	82	82
	23	2	69.5	52	87
	27	1	69.0	69	69

Un desglose de los resultados por género reveló que la prevalencia en los hombres no era tan alta, con una estimación consolidada del 33.5%. Así que esta diferencia sugería que, dentro de los estudios que sí reportaron datos por género, aproximadamente uno de cada tres estudiantes varones sufría de ansiedad, algo que era bastante común pero notablemente menos frecuente que en toda la muestra.

Por otro lado, la prevalencia de esto en mujeres era alrededor del 52.4%, prácticamente igual a la prevalencia global. Este hallazgo indicaba que la ansiedad era más común en mujeres que en hombres y que la estimación total estaba significativamente controlada por los valores en mujeres cuando esa desagregación demográfica estaba presente. En general, la figura reveló una clara tendencia que demostraba una mayor prevalencia de ansiedad entre las mujeres en

comparación con los hombres, pero una prevalencia muy alta a nivel global, indicando que la ansiedad era un problema significativo en la población de universidades estudiadas.

## **11. Discusión**

El principal objetivo consistió en determinar la prevalencia de la ansiedad en el sector universitario, empleando para ello una revisión sistemática con metaanálisis de estudios observacionales. Tras el análisis de los 18 artículos que conformaron la muestra final, se calcula una prevalencia global de ansiedad del 52,2%, con un rango de confianza del 95% entre 41,5 y 62,9% en los estudios, datos que señalan una heterogeneidad estadísticamente elevada. Por otro lado, los resultados por continentes destacan una notable variabilidad, es este contexto Asia lidera con una mayor cantidad de estudios 10 específicamente registrando las prevalencias más elevadas y a la vez una amplia dispersión de resultados. Por ejemplo, en Bangladesh dos estudios reportaron prevalencia del 87,4% y 69%, en el orden correspondiente (Muzaffar et al., 2022; Rezvi et al., 2022), mientras que en Malasia los resultados reportados variaron entre el 85,1%, el 44,2%, y el 29% (Fauzi et al., 2021; Tee et al., 2022; Mohamad et al., 2021). Del mismo modo en palestina se reportaron cifras del 82,9% (Ghanim et al., 2022), en Arabia Saudita los valores varían entre el 39% y el 63,3% en dos estudios, además se reporta un tercer estudio con prevalencia por debajo del 10% (Al-Garni et al., 2025; Malebari et al., 2024; Kandasamy et al., 2025), así mismo en China se observó indicadores bajos de prevalencia representados en 7,3% (Guan et al., 2021), dichos resultados evidencian la necesidad de profundizar estudios mediante factores contextuales y culturales.

En esa misma línea en países europeos 3 estudios reportan prevalencia en rangos intermedios, en 52,6% en Austria (Humer et al., 2023). Por ejemplo, en Portugal dos estudios

indicaron 75% y 55,3% (Amaro et al.,2024; Carmona et al., 2024), lo que indica una variación incluso dentro del mismo país. En continente suramericano se diferencia ya que en 3 estudios encontrados indican cifras prevalentes elevadas, en Chile se reporta 69,2% y 53,5% (Martínez-Líbano et al., 2023; Pinto-Cortez et al., 2024), mientras que un último estudio binacional en Brasil reporta el 71,5% de prevalencia.

Finalmente, en America del Norte se encontró un único estudio, con estudiantes de origen chino residiendo en EE. UU., que reporta el 20,7% de prevalencia (Lin et al., 2022), mientras que en Africa, Sudáfrica específicamente indico un 41% (Vagiri et al., 2025), resaltando como esta problemática se manifiesta sin importar las fronteras con patrones influenciados por el contexto local.

Por otro lado, relacionado con la edad, los estudios incluidos evaluaron específicamente a estudiantes que están cursando estudios universitarios con edades que van desde los 18 a los 29 años lo que podría interpretarse como una etapa crítica de cambios vitales. Por ejemplo, en investigaciones con edades medias cercanas a los 20-23 años, reportan prevalencias un tanto elevadas en Bangladesh y Malasia moderadas o bajas en China y Estados esto dependiendo del contexto en específico (Fauzi et al., 2021; Muzaffar et al., 2022; Guan et al., 2021; Lin et al., 2022). De la misma forma se reportan estudios con medias un poco más altas, en Chile con 27,18 años, reportando un 69,2% de prevalencia (Martínez- Libano., 2023).

Finalmente, es preciso señalar ciertas limitaciones metodológicas. La naturaleza transversal de los estudios incluidos permite cuantificar la prevalencia, pero restringe la posibilidad de establecer nexos de causalidad. Asimismo, existe una marcada concentración geográfica en el continente asiático. Pese a ello, la solidez del proceso de cribado mediante la herramienta Rayyan y el cumplimiento estricto de las directrices PRISMA 2020 garantizan la validez de las inferencias

obtenidas. Estos resultados subrayan la necesidad de fortalecer las estrategias de salud mental universitaria y sugieren la relevancia de conducir futuras investigaciones de corte longitudinal para comprender la evolución del fenómeno.

## **12. Conclusiones**

Finalmente, en toda la evidencia científica revisada, junto con los hallazgos de diferentes revisiones sistemáticas y metaanálisis sobre la prevalencia estudiantes universitarios de la ansiedad, se puede afirmar con certeza que la ansiedad es una problemática de salud mental prevalente, de gran impacto en la población universitaria alrededor del mundo. Todos los estudios coinciden en que gran parte de los estudiantes muestra indicios de signos y síntomas de ansiedad en niveles clínicamente significativos, lo que influye directamente en su desempeño académico, bienestar psicológico y social.

Además, la ansiedad no se distribuye de manera uniforme, sino que depende de factores como la localización geográfica, el sexo, el campo de estudio, el contexto sociocultural y el momento de la evaluación, como manifestación de la influencia de factores estructurales, académicos y personales. La heterogeneidad metodológica de los estudios dificulta la comparabilidad perfecta de sus resultados, pero no menoscaba la evidencia de la magnitud del problema.

Finalmente, los resultados reafirman la importancia del como las instituciones de educación superior desarrollen políticas integrales de salud mental con énfasis en la prevención, detección temprana y atención oportuna ante el problema de la ansiedad. El tratamiento de este problema es una prioridad institucional, de salud pública para promover ambientes universitarios saludables y el desarrollo estudiantil.

### 13. Referencias

- Alarcón, Renato D. (2019). La Salud Mental de los estudiantes universitarios. *Revista Médica Herediana*, 30(4), 219-221. <https://doi.org/10.20453/rmh.v30i4.3655>
- Al-Garni, A. M., Shati, A. A., Almonawar, N. A., Alamri, G. M., Alasmre, L. A., Saad, T. N., Alshehri, F. M., Hammouda, E. A., & Ghazy, R. M. (2025). Prevalence of depression, anxiety, and stress among students enrolled at King Khalid University: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 25(1), Article 354. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-21277-7>
- Amaro, P., Fonseca, C., Afonso, A., Jacinto, G., Gomes, L., Pereira, H., José, H., Silva, C., Lima, A., Arco, H., Nabais, J., Lopes, M., Pereira, A., Fragoeiro, I., & Pinho, L. G. (2024). Depression and anxiety of Portuguese university students: A cross-sectional study about prevalence and associated factors. *Depression and Anxiety*, 2024, Article ID 5528350. <https://doi.org/10.1155/2024/5528350>
- American Psychological Association. (2022). *APA Dictionary of Psychology*. APA.
- Aveiro-Róbaló, T. R., Garlisi-Torales, L. D., Chumán-Sánchez, M., Pereira-Victorio, C. J., Huaman-García, M., Failoc-Rojas, V. E., & Valladares-Garrido, M. J. (2022). Prevalence and associated factors of depression, anxiety, and stress in university students in Paraguay during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(20), 12930. <https://doi.org/10.3390/ijerph192012930>
- Beck, A. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press.
- Brantley, J. (2021). *Calmar la ansiedad*. Planeta.

- Carmona, L., Costa, C., Gascón, S., Ribeiro, G., & Chambel, M. J. (2024). Prevalence and risk factors for anxiety, stress and depression among higher education students in Portugal and Brazil. *Journal of Affective Disorders Reports*, 17, 100825. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2024.100825>
- Castillo-Díaz, MA, et al. (2024). Estilo de vida saludable y distrés psicológico en estudiantes universitarios de Centroamérica. *Fronteras en Salud Pública*, 11, 1265775. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1265775>
- Cedillo, Y. E., Davis, E., Durham, L., Kelly, T., Kennedy, R., Smith, D. L., & Fernández, J. R. (2025). The effect of sociodemographic characteristics, academic factors, and individual health behaviors on psychological well-being among college students. *Journal of American College Health*, 73(8), 3000–3010. <https://doi.org/10.1080/07448481.2024.2355160>
- Chang, J., Yuan, Y., & Wang, D. (2021). Mental health status and its influencing factors among college students during COVID-19 pandemic. *Psychiatry Research*, 299, 113–114. <https://doi.org/10.12122/j.issn.1673-4254.2020.02.06>
- Chávez Márquez, Irma Leticia. (2021). Ansiedad en universitarios durante la pandemia de COVID-19: un estudio cuantitativo. *Psicumex*, 11, e420. Epub 28 de febrero de 2022. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v11i1.420>
- Cuenca Robles, N. E., Robladillo Bravo, L. M., Meneses La Riva, M. E., y Suyo Vega, J. A. (2020). Salud mental en adolescentes universitarios Latinoamericanos: Revisión sistemática. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 39(6), 689-705.
- Engel, G. L. (1977). The need for a new medical model: A challenge for biomedicine. *Science*, 196(4286), 129–136.

- Fauzi, M. F., Anuar, T. S., Teh, L. K., Lim, W. F., James, R. J., Ahmad, R., Mohamed, M., Abu Bakar, S. H., Mohd Yusof, F. Z., & Salleh, M. Z. (2021). Stress, anxiety and depression among a cohort of health sciences undergraduate students: The prevalence and risk factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(6), 3269. <https://doi.org/10.3390/ijerph18063269>
- Ghanim, M., Rabayaa, M., Atout, S., Al-Othman, N., & Alqub, M. (2022). Prevalence of anxiety and depression among Palestinian university students: A cross-sectional study during COVID-19 pandemic. *Middle East Current Psychiatry*, 29(1), 71. <https://doi.org/10.1186/s43045-022-00238-5>
- Ghazawy, ER, et al. (2021). Impactos psicológicos de la pandemia de COVID-19 en estudiantes universitarios de Egipto. *Promoción de la Salud Internacional*, 36(4), 1116-1125. <https://doi.org/10.1093/heapro/daaa105>
- Guan, J., Wu, C., Wei, D., Xu, Q., Wang, J., Lin, H., Wang, C., & Mao, Z. (2021). Prevalence and factors for anxiety during the COVID-19 pandemic among college students in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9), 4974. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094974>
- Hakstian, AR y Whalen, TE (1976). Prueba de significancia de k muestras para coeficientes alfa independientes. *Psychometrika*, 41 (2), 219-231.
- Higgins, JP y Thompson, SG (2002). Cuantificación de la heterogeneidad en un metaanálisis. *Estadística en Medicina*, 21 (11), 1539-1558.
- Huguet, A., Canals-Sans, J., Rozario, S., Rao, S., Arija-Val, M. V., y Navarro-Gonzalez, D. (2025). Prevalence and sociodemographic and academic factors associated with mental health

- problems in Spanish university students. *Anales de Psicología*, 41(2), 129–146. <https://doi.org/10.6018/analesps.611051>
- Huguet, R., López, M., & García, P. (2025). Factores diferenciales de ansiedad según sexo y edad en universitarios. *Revista de Psicología Contemporánea*, 15(2), 210–224.
- Humer, E., Neubauer, V., Brühl, D., Dale, R., Pieh, C., & Probst, T. (2023). Prevalence of mental health symptoms and potential risk factors among Austrian veterinary medicine students. *Scientific Reports*, 13(1), Article 13764. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-40885-0>
- Hutchesson, M. J., Whatnall, M. C., Yazin, N., Fenton, S., Duncan, M. J., Kay-Lambkin, F. J., & Burrows, T. L. (2022). Health behavior interventions for university students measuring mental health outcomes: A scoping review. *Frontiers in Public Health*, 10, 1063429. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.1063429>
- Kandasamy, G., Almanasef, M., Almeleebia, T., Orayj, K., Shorog, E., Alshahrani, A. M., Khaled, A., Prabahar, K., Alqifari, S. F., Mani, V., Alsuheim, G. Y. A., Alahmari, W. M. D., Ahmed, R., & Paulsamy, P. (2025). Prevalence of anxiety and depression among university students in Southern Saudi Arabia based on a cross sectional survey. *Scientific Reports*, 15(1), Article 15482. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-00695-y>
- Kolisnyk, L., y Mehlsen, M. Y. (2025). Tracking changes in anxiety, depression, and stress among Ukrainian university students: A three-wave study from the COVID-19 pandemic to two years of ongoing full-scale war. *European Journal of Psychotraumatology*, 16(1), 2543616. <https://doi.org/10.1080/20008066.2025.2543616>
- Lasheras, I., et al. (2020). Prevalencia de ansiedad en estudiantes de medicina durante la pandemia de COVID-19: Una revisión sistemática rápida con metanálisis. *Revista Internacional de*

Investigación Ambiental y Salud Pública, 17(18), 6603. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186603>

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.

Lin, C., Tong, Y., Bai, Y., Zhao, Z., Quan, W., Liu, Z., Wang, J., & Wang, J. (2022). Prevalence and correlates of depression and anxiety among Chinese international students in US colleges during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *PLOS ONE*, 17(4), Article e0267081. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0267081>

Liyanage S, Saqib K, Khan AF, Thobani TR, Tang WC, Chiarot CB, AlShurman BA, Butt ZA. (2021). Prevalence of Anxiety in University Students during the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health*. 19(1):62. doi:10.3390/ijerph19010062. PMID: 35010323; PMCID: PMC8750929.

López-Ibáñez, C., López-Nicolás, R., Blázquez-Rincón, D. M., & Sánchez-Meca, J. (2024). Reliability generalization meta-analysis: Comparing different statistical methods. *Current Psychology*, 43(20), 18275-18293.

Lovibond, S. H., & Lovibond, P. F. (1995). *Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21)*. Psychology Foundation of Australia.

Mafla, A. C., Torres, L., & Muñoz, D. (2025). Validación de escalas de ansiedad en población universitaria latinoamericana. *Revista Colombiana de Psicología*, 34(1), 112–130.

Mafla, A., et al. (2025). Validación psicométrica de medidas de autocompasión y ansiedad social en estudiantes universitarios españoles. *BMC Psychology*, 13, 625. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02802-0>

Malebari, A. M., Alamoudi, S. O., AL-Alawi, T. I., Alkhateeb, A. A., Albuqayli, A. S., & Alothmany, H. N. (2024). Prevalence of depression and anxiety among university students

- in Jeddah, Saudi Arabia: Exploring sociodemographic and associated factors. *Frontiers in Public Health*, 12, Article 1441695. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1441695>
- Martinez-Libano, J., Torres-Vallejos, J., Oyanedel, J. C., González-Campusano, N., Calderón-Herrera, G., & Yeomans-Cabrera, M.-M. (2023). Prevalence and variables associated with depression, anxiety, and stress among Chilean higher education students, post-pandemic. *Frontiers in Psychiatry*, 14, Article 1139946. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1139946>
- Mena-Freire, J., Cevallos, A., & Grijalva, P. (2023). Bienestar psicológico y afrontamiento en estudiantes universitarios. *Revista Científica de Psicología*, 9(2), 45–58.
- Mena-Freire, M., Ruíz-Olarte, A., y Moreta-Herrera, R. (2023). Bienestar subjetivo y salud mental en universitarios del Ecuador: Análisis de relaciones latentes con SEM. *Actualidades en Psicología*, 37(135), 55–68. <https://doi.org/10.15517/ap.v37i135.53576>
- Mohamad, N. E., Sidik, S. M., Akhtari-Zavare, M., & Gani, N. A. (2021). The prevalence risk of anxiety and its associated factors among university students in Malaysia: A national cross-sectional study. *BMC Public Health*, 21(1), 438. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10440-5>
- Müller, C., El-Ansari, K., & El Ansari, W. (2022). Cross-sectional analysis of mental health among university students: Do sex and academic level matter? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 12670. <https://doi.org/10.3390/ijerph191912670>
- Muzaffar, R., Koly, K. N., Choudhury, S., Biswas, M. A. A. J., Kader, S. B., Abdullah, R., Kawser, U., Hasan, M. T., Williams, D., Chowdhury, A. B., & Ahmed, H. U. (2022). Generalized anxiety disorder among Bangladeshi university students during COVID-19 pandemic:

- Gender-specific findings from a cross-sectional study. *Discover Mental Health*, 2, 6. <https://doi.org/10.1007/s44192-022-00009-y>
- Nosachev, Y., & León, L. (2022). Sintomatología de la ansiedad generalizada en estudiantes universitarios. *Dossier Digital de Investigaciones en Psicología*, 3, 116-125.
- Organización Mundial de la Salud. (2023). Salud mental de los adolescentes. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Organización Mundial de la Salud. (2025). Trastornos de ansiedad. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
- Ouzzani, M., Hammady, H., Fedorowicz, Z., & Elmagarmid, A. (2016). Rayyan—a web and mobile app for systematic reviews. *Systematic reviews*, 5(1), 210.
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., ... & Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Paguay Escobar, O., y González Lomelí, D. (2023). La ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios colombianos medida por el CAEX. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 69(3), 31–42. <https://doi.org/10.21865/RIDEP69.3.03>
- Pinilla, J., Martínez, P., & Gómez, C. (2020). Ansiedad académica y estrategias de afrontamiento en universitarios. *Revista Salud Mental*, 43(3), 145–152.
- Pinilla, L. M., López, O. J., Moreno, D. A., y Sánchez, J. C. (2020). Prevalencia y Factores de riesgo de ansiedad en estudiantes de Medicina de la Fundación Universitaria Juan N. Corpas. Un estudio de corte transversal. *Revista Cuarzo*, 26(1), 22-27.

- Pinto-Cortez, C., Muzatto Negron, P., & Hernández, J. (2024). Prevalence and socio-demographic characteristics associated with depression, anxiety, and stress among university students [Prevalencia y características sociodemográficas asociadas con la depresión, la ansiedad y el estrés en estudiantes universitarios]. *Límite. Revista Interdisciplinaria de Filosofía y Psicología*, 19. <https://doi.org/10.4067/S0718-50652024000100201>
- Ramón-Arбуés, E., et al. (2023). Ansiedad y depresión en estudiantes de enfermería: Correlatos conductuales y de estilo de vida. *Frontiers in Psychology*, 14, 1195548. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1195548>
- Rezvi, M. R., Hossain, M. R., & Haque, F. (2020). Prevalence of depression and anxiety among university students during COVID-19 in Bangladesh: A cross-sectional study. *Mental Health: Global Challenges Journal*, 3(1). <https://mhgcj.org/index.php/MHGCI/article/view/45>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (7th ed.). Wiley.
- Spielberger, C. D. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (STAI)*. Consulting Psychologists Press.
- Tasso, AF, et al. (2022). Ansiedad en estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19: Una revisión sistemática y un metaanálisis. *Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública*, 19(1), 62. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010062>
- Tee, K. R., Ismail, A. S., Ang, Y. H., Hishamuddin, H. H., Paul, V. J., Aizuddin, A. N., & Zaini, I. Z. (2022). Prevalence of anxiety and burnout, and coping mechanisms among clinical year medical undergraduate students in Universiti Kebangsaan Malaysia amidst the COVID-19

pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(20), 13010. <https://doi.org/10.3390/ijerph192013010>

Torales, J., Torres, A., Sánchez, M., O'Higgins, M., Amarilla, D., Molodynski, A., Caycho-Rodríguez, T., Ventriglio, A., Castaldelli-Maia, J. M., y Barrios, I. (2025). A national epidemiologic mixed-methods study on depression, anxiety, substance use, treatment needs and barriers and facilitators to treatment among medical students. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 47, 1–10. <https://doi.org/10.1177/02537176251316798>

Torres Vergara, D. N. (2022). Transición del colegio a la universidad; un cambio de paradigma pedagógico centrado en la autonomía.

Vagiri, R., Mohlabe, K., Mailula, L., Nhubunga, F., Maepa, M., Mphasha, M., Mayimele, N., Bangaleed, V., Grootboom, W., Makhele, L., & Padayachee, N. (2025). Prevalence of anxiety and depression among pharmacy students at a university in South Africa: A cross-sectional survey. *Acta Psychologica*, 259, 105323. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105323>

Zhang, C., et al. (2021). Ansiedad y depresión en estudiantes durante la pandemia de COVID-19: Una revisión sistemática y un metaanálisis. *Frontiers in Public Health*, 9, 697642. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.697642>

### *Apéndice A.*

#### *Estrategias de búsqueda*

Base de datos	Términos de búsqueda	n
PubMed	(Anxiety OR General anxiety OR Generalized anxiety OR Generalized anxiety disorder) AND (Students OR Student OR University students OR Undergraduate students OR College students)	4760
Scopus	( TITLE-ABS-KEY ( Anxiety ) AND TITLE-ABS-KEY ( Students ) ) AND PUBYEAR > 2019 AND PUBYEAR < 2026 AND ( LIMIT-TO (	

---

SUBJAREA , "PSYC" ) OR LIMIT-TO ( SUBJAREA , "NEUR" ) ) AND ( LIMIT-TO ( LANGUAGE , "English" ) OR LIMIT-TO ( LANGUAGE , "Spanish" ) ) AND ( LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Anxiety" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Students" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "University" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Universities" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "University Student" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "University Students" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Epidemiology" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Generalized Anxiety Disorder-7" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Cross-sectional Study" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Student" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Prevalence" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Undergraduate Student" ) ) AND ( LIMIT-TO ( OA , "all" ) )

2878

---

Web of Science      of      Refine results for Anxiety (All Fields) AND Students (All Fields) and Open Access and 2022 or 2023 or 2024 or 2025 (Publication Years) and English or Spanish (Languages) and Psychology Multidisciplinary or Psychiatry (Web of Science Categories)

4018

---