Comprensión de factores psicosociales de estudiantes universitarios en su proceso de formación profesional en Colombia posterior a la pandemia

Cardona Castañeda Carolina [1]

Corporación Universitaria Unilasallista

[1] Cardona Castañeda Carolina. Trabajo de grado para optar por el título de Psicóloga
Fue asesorado por la profesora Mary Sol Narváez Castro del Programa de Psicología de la Facultad de Ciencias Sociales y Educación

Resumen

El presente artículo de revisión se elaboró en el marco del Trabajo de Grado, como requisito para la obtención del Título de Psicóloga. Bajo una metodología cualitativa, el objetivo de esta investigación fue comprender los principales factores psicosociales que afectan a los estudiantes universitarios en su proceso de formación profesional, posterior a la pandemia. A través de una revisión bibliográfica en bases de datos académicas como Google Scholar, Scielo, y EBSCO, se revisó alrededor de 50 artículos científicos, de los cuales se escogieron 23, por su afinidad con propósito de la investigación. Del análisis de información emergieron cuatro categorías: dos relacionadas con salud mental: prevalencia de trastornos mentales y, estrategias de afrontamiento emocional; así mismo, las tendencias investigativas mostraron el estrés académico y, finalmente las estrategias institucionales para facilitar la readaptación a la vida universitaria. Entre los principales resultados del estudio se resalta que, el regreso a las aulas evidenció en los estudiantes, factores de riesgo como, altos niveles de ansiedad, aislamiento social, carga académica excesiva, limitaciones económicas, acceso desigual a recursos educativos y deserción universitaria; así mismo, factores protectores como, la resiliencia, el apoyo social y programas de prevención y promoción de la salud mental. La pandemia recalcó la necesidad de equilibrar las exigencias académicas, con el bienestar integral de los estudiantes, enfatizando en la capacidad para manejar el estrés. Por esta razón, es de vital importancia reforzar los programas educativos, implementando estrategias que fomenten habilidades de afrontamiento, promuevan el autocuidado y el apoyo psicosocial en el entorno universitario

Palabras clave: *Factores psicosociales, estudiantes universitarios, pandemia, salud mental, trastornos emocionales, estrés académico, estrategias de afrontamiento emocional, readaptación*

Abstract

This review article was developed as part of the Graduation Project, a requirement for obtaining a Psychologist degree. Using a qualitative methodology, the objective of this research was to understand the main psychosocial factors affecting university students in their professional training process after the pandemic. Through a bibliographic review of academic databases such as Google Scholar, Scielo, and EBSCO, approximately 50 scientific articles were reviewed, of which 23 were selected for their alignment with the research purpose. Four categories emerged from the data analysis: two related to mental health—prevalence of mental disorders and emotional coping strategies; academic stress; and institutional strategies to facilitate readaptation to university life.The study's main findings highlight risk factors such as high levels of anxiety, social isolation, excessive academic workload, economic limitations, unequal access to educational resources, and university dropout rates. Protective factors included resilience, social support, and mental health prevention and promotion programs. The pandemic underscored the need to balance academic demands with students' overall well-being, emphasizing stress management skills. For this reason, it is crucial to strengthen educational programs by implementing strategies that foster coping skills, promote self-care, and provide psychosocial support within the university environment.

Key words: *Psychosocial factors, university students, pandemic, mental health, emotional disorders, academic stress, emotional coping strategies, readaptation*

Comprensión de Factores Psicosociales de Estudiantes Universitarios En Su Proceso de Formación Profesional en Colombia Posterior a la Pandemia

En los últimos años, Colombia ha enfrentado diversos retos sociopolíticos que han influido en su progreso. Uno de los eventos más emblemáticos fue el Acuerdo de Paz que se llevó a cabo con las FARC en 2016, el cual marcó un antes y un después tras décadas de conflicto armado en el país (Quinn, 2024)a. La implementación de dicho acuerdo ha enfrentado diversos desafíos y controversias. Aún persisten las preocupaciones sobre la seguridad nacional, a pesar de los avances logrados, ya que se teme que los ciertos aspectos del acuerdo no sean cumplidos en su totalidad, lo que ha aumentado debido a la polarización de ideales políticos en el país (Vyas, 2022)a.

A nivel económico, la crisis sanitaria ocurrida a nivel mundial en el año 2020 exacerbó los problemas existentes de desigualdad en el territorio, lo cual se reflejó en las protestas de 2021, poniendo en la mira el descontento social frente a la desigualdad social (OECD, 2022). En relación con el contexto educativo, según datos de (Ministerio de Educación Nacional., 2020), aproximadamente el 50% de los estudiantes universitarios provienen de sectores con limitaciones económicas, lo que convierte la educación superior en un desafío adicional para muchos jóvenes colombianos.

Muchos estudiantes llegaron a cuestionarse la efectividad de la formación profesional debido a las dificultades y desigualdades a la hora de emprender el mundo laboral (Quinn, 2024)b, lo que a su vez genera altos niveles de estrés dado que son bastantes lo alumnos que deben de combinar sus estudios con trabajos remunerados para costear sus carreras universitarias (Vega, 2021). Debido a las dificultades en el acceso a oportunidades académicas y laborales, la población universitaria ha alzado su

voz en los últimos años, mostrando un creciente interés por desarrollar cambios y promover la justicia social y el respeto de los derechos humanos, llevando las movilizaciones a espacios como las calles, las aulas de las instituciones educativas y redes sociales para expresar sus demandas al Gobierno Nacional (Vyas, 2022)b.

La crisis sanitaria de COVID-19 tuvo su primera aparición en diciembre de 2019 en Wuhan, China, propagándose rápidamente, llevando a la OMS a declarar la situación de emergencia en marzo de 2020, marcando el inicio de un desafío global (Guiñez-Coelho, 2020). Según (UNESCO, s.f), la pandemia impactó a más de 1.6 mil millones de estudiantes en todo el mundo, obligando a los sistemas educativos a migrar hacia modelos de enseñanza a distancia, revelando la falta de preparación tecnológica en muchas instituciones educativas. En este contexto, el impacto psicológico de la pandemia fue significativo, con un aumento en los trastornos de ansiedad, depresión y estrés, especialmente entre los jóvenes, quienes fueron los más afectados por la incertidumbre y el aislamiento. Además, la crisis sanitaria no fue homogénea, ya que los alumnos de sectores más vulnerables enfrentaron mayores dificultades para acceder a los recursos necesarios para continuar con sus estudios, profundizando las desigualdades existentes y exacerbando las brechas de acceso a la educación (Saavedra, 2021).

En diversos países, las universidades se trasladaron a la educación en línea, lo que generó desafíos relacionados con la infraestructura y la accesibilidad, particularmente para aquellos que contaban con recursos tecnológicos limitados. La falta de interacción física con compañeros y profesores complicó la creación de redes

de apoyo y afectó la motivación de los estudiantes, quienes se encontraron en un entorno de aprendizaje desconocido (UNESCO, 2020)a.

En América Latina, la crisis sanitaria resultó devastadora debido a una combinación de factores socioeconómicos, políticos y de salud que ya existían en la región. Con un sistema de salud fragmentado y desigual, los países latinoamericanos enfrentaron una carga abrumadora desde los primeros meses de la crisis, lo que agravó muchas de las situaciones ya presentes. Según informes, aproximadamente el 54% de los trabajadores en América Latina se encontraban en el sector informal, lo que implica que carecían de acceso a protección social, seguro de salud o derechos laborales (NU. CEPAL, 2021)a.

Los países latinoamericanos, con sus altos niveles de desigualdad digital, enfrentaron serias dificultades para implementar una educación remota equitativa, dejando a los jóvenes de áreas rurales y familias de bajos ingresos en una situación desventajosa (UNESCO, 2020b; OECD et al, 2021a). En países como Perú, Chile y Colombia, la situación intensificó el descontento social, dando lugar a una serie de manifestaciones donde se exigieron reformas relacionadas con la justicia social y económica. La percepción de corrupción y la ineficiencia gubernamental para responder rápida y efectivamente a la crisis generaron una "crisis de confianza" en las instituciones políticas, afectando la legitimidad del gobierno (OECD et al, 2021)b. La CEPAL describió esta crisis como una “década perdida” en términos de desarrollo humano, ya que el progreso en los indicadores de pobreza y desigualdad retrocedió a niveles que no se veían desde hace más de diez años, sumiendo a millones de personas en la pobreza (NU. CEPAL, 2021)b.

Según el (Instituto Nacional de Salud, 2021) en marzo de 2020, cuando Colombia implementó un confinamiento estricto, el sistema de salud se vio rápidamente colapsado. En marzo de 2021, ya se habían registrado más de 2.5 millones de casos de COVID-19 y más de 70.000 muertes en el país. La letalidad del virus fue mayor entre las poblaciones con altos índices de pobreza y enfermedades crónicas. A nivel económico (CEPAL, 2021) señala como la crisis sanitaria incrementó los problemas de pobreza extrema en el país, debido al aumento de desempleo y la disminución de los ingresos de las familias colombianas.

Muchas universidades se vieron forzadas a hacer una transición rápida hacia plataformas virtuales, pero diversos alumnos colombianos no contaban con dispositivos adecuados o acceso a internet de calidad para participar en clases virtuales, creando una brecha en el acceso a la educación (Banco Mundial, 2023). De hecho, el (Ministerio de Salud y Protección Social, 2021) reportó un aumento significativo en los niveles de ansiedad y depresión entre la población estudiantil durante los primeros meses de la pandemia, como consecuencia (Dueñas, 2022)a.

A medida que las instituciones educativas comenzaron a reabrir, surgieron nuevos desafíos. Las universidades y colegios tuvieron que adaptar sus programas para abordar las necesidades psicosociales emergentes y reforzar el apoyo psicológico a los estudiantes. La implementación de enfoques educativos innovadores se volvió esencial para mitigar los efectos negativos y asegurar una recuperación efectiva del aprendizaje (Dueñas, 2022)b.

Para abordar la temática planteada, este artículo se centra en la pregunta de investigación: ¿Cómo son los factores psicosociales de estudiantes universitarios en su

proceso de formación profesional en Colombia posterior a la pandemia? El objetivo principal de este estudio fue comprender los factores psicosociales de estudiantes universitarios en su proceso de formación profesional en Colombia, posterior a la pandemia, lo que implicó, la identificación de factores protectores y factores de riesgo de estudiantes universitarios. Finalmente se interpretó dichos componentes en clave de formación profesional de estudiantes universitarios en Colombia posterior a la pandemia. A partir de esta base conceptual, se profundizó en aspectos clave como los factores psicosociales protectores y de riesgo, la formación profesional, el confinamiento en tiempos de pandemia y la adultez joven, que constituyen aspectos centrales de la problemática estudiada.

Los factores psicosociales comparten relación con las características personales y el entorno social, afectando la manera en que las personas perciben, piensan, sienten y se comportan. Estos elementos incluyen aspectos como las relaciones entre individuos, el apoyo social, las condiciones en el trabajo, el acceso a recursos y los valores culturales que influyen en la interacción con el entorno. Su efecto puede ser tanto beneficioso como perjudicial, dependiendo de las circunstancias y de los recursos que se tengan para abordarlos (Páez, 1995). Estos factores psicosociales se constituyen por factores protectores y de riesgo

Los factores protectores son condiciones psicosociales que se encuentran en el entorno del individuo y que reducen o eliminan los riesgos psicosociales, impactando de manera positiva la salud, el bienestar, el rendimiento y el desarrollo personal. Estos elementos ayudan a establecer un ambiente equilibrado que promueve la confianza, la motivación y la satisfacción general (Álvarez, 2016)a. Reducen la posibilidad de que

una persona participe en comportamientos de riesgo o enfrente problemas, especialmente en situaciones difíciles. Estos elementos pueden afectar el grado de riesgo en las experiencias personales o atenuar la conexión entre el riesgo y las consecuencias del comportamiento (Amar, 2003).

Los factores de riesgo son condiciones o circunstancias en el entorno que pueden tener un impacto adverso en la salud, la seguridad y el rendimiento de los individuos. Estos factores pueden ser tanto objetivos como subjetivos, y se pueden evidenciar por la presencia o ausencia de determinadas situaciones de la vida cotidiana, representando elementos que incrementan la probabilidad de sufrir daños psicológicos o físicos (Álvarez, 2016)b. Pueden ser biológicos, ambientales, conductuales, socio-culturales y económicos. Además, la interacción entre varios factores de riesgo puede potenciar el impacto de cada uno, lo que se conoce como fenómeno de interacción. Reconocer y entender estos factores es beneficioso para la predicción, diagnóstico y prevención, ya que permite diseñar estrategias que disminuyan la probabilidad de que se presenten consecuencias negativas para la salud (Fernández, 1997).

La formación profesional es un proceso educativo diseñado para capacitar a las personas en roles específicos dentro del entorno laboral, combinando conocimientos teóricos y prácticos. Se considera un elemento fundamental de las políticas productivas y sociales, ya que favorece la productividad, la cohesión social y el desarrollo de habilidades esenciales para la vida en comunidad. Su importancia ha generado la participación de distintos actores, como ministerios y organizaciones laborales, en su gestión y desarrollo (Casanova, 2002). Este proceso es complejo y multidimensional,

enfocado en desarrollar competencias que respondan a las demandas del entorno laboral. Además, busca fomentar la capacidad de aprendizaje continuo y la adaptación a cambios en el ámbito profesional. (Triviño, 2019)a.

En el proceso de formación profesional se deben considerar aspectos como la interacción entre alumnos y docentes, el contexto educativo, y la capacidad de los individuos para transformar experiencias en aprendizajes significativos. También es fundamental integrar conocimientos, habilidades y valores en un enfoque interdisciplinario y participativo. Es importante fomentar la adaptabilidad y la capacidad de resolver problemas en situaciones no previstas (Triviño, 2019)b.

La pandemia se refiere a la propagación mundial de una enfermedad, en este caso, el COVID-19, llevó a numerosos países a adoptar medidas de confinamiento para frenar su propagación. El confinamiento conllevó restricciones en la movilidad de las personas, el cierre de lugares públicos y la promoción del distanciamiento social. Estas acciones impactaron de manera significativa la vida diaria, abarcando aspectos como la educación, el trabajo y las interacciones sociales (Herrera, 2020). Los efectos más significativos del confinamiento debido al COVID-19 en la salud mental abarcan emociones intensas, miedo, aburrimiento, soledad, ansiedad, insomnio y enojo. La prevalencia de trastornos mentales fue significativamente mayor (Ballena, 2021).

La etapa de la adultez joven se caracteriza como un periodo de transición que generalmente abarca desde los 18 hasta los 29 años. Durante esta fase, los individuos atraviesan cambios significativos en diversas áreas de su vida. Los adultos jóvenes continúan explorando y consolidando su identidad personal y social, buscando su lugar en el mundo y definiendo sus valores y creencias. Esta etapa a menudo implica un

movimiento hacia la independencia, tanto económica como emocional, ya que los adultos jóvenes pueden comenzar a vivir por su cuenta, trabajar y tomar decisiones que impactan su vida. Además, las relaciones interpersonales con amigos, familiares y parejas románticas suelen ser centrales en esta etapa, formando vínculos más profundos y comprometidos. Muchos adultos jóvenes están inmersos en procesos de educación superior o formación profesional, lo que les permite adquirir las habilidades y conocimientos necesarios para su futuro laboral (Fandiño, 2011)

Metodología

Para realizar la revisión bibliográfica sobre los factores psicosociales que influyen en la formación de estudiantes universitarios en Colombia tras la pandemia, se llevó a cabo un proceso metódico para la inclusión de artículos pertinentes. Se utilizaron bases de datos académicas de acceso abierto y suscripciones institucionales para llevar a cabo una búsqueda exhaustiva. Las bases de datos consultadas fueron Google Scholar, Scielo, y EBSCO lo que facilitó el acceso a una amplia gama de publicaciones académicas sobre temas como salud mental y factores psicosociales, en el contexto de la pandemia y postpandemia.

Las búsquedas se realizaron con una composición de palabras clave como “salud mental”, “factores psicosociales”, “postpandemia”, “estudiantes universitarios”, “factores de riesgo”, “factores protectores”, “Colombia”. Dichas palabras se combinaron de diversas formas para identificar artículos que exploraran el impacto de la pandemia en el bienestar de los estudiantes. También se revisaron las referencias bibliográficas de los artículos encontrados para ampliar la búsqueda y asegurar una cobertura completa de los enfoques relevantes.

Se establecieron criterios de inclusión para seleccionar los artículos, destacando que debían ser publicaciones académicas sobre el impacto psicosocial en la formación de estudiantes universitarios tras la pandemia; estar publicados entre 2020 y 2024 (teniendo en cuenta el periodo de la pandemia y postpandemia); ser estudios realizados en América Latina, con énfasis en Colombia. Se excluyeron aquellos artículos que no trataran explícitamente los factores psicosociales relacionados con la

pandemia en estudiantes universitarios, así como las investigaciones que se encontraran fuera del periodo 2020-2024.

Los estudios revisados se organizaron desde un enfoque geográfico que abarca un panorama más amplio de América Latina, hasta llegar a contextos más específicos en Colombia, incluyendo regiones, departamentos y aspectos locales. A nivel de América Latina, los estudios ofrecen una visión general sobre los efectos de la pandemia en los estudiantes universitarios, analizando factores comunes como el incremento de la ansiedad, el estrés y los problemas de salud mental en toda la región, así como las respuestas institucionales implementadas en diferentes países.

En el contexto colombiano, los estudios examinan el impacto de la crisis sanitaria a nivel nacional, resaltando las particularidades de los estudiantes colombianos en relación a las dificultades emocionales y académicas derivadas de la pandemia, además de las políticas adoptadas por el gobierno y las universidades para mitigar estos efectos. A un nivel más específico, los estudios regionales investigan cómo las características geográficas y culturales de las diversas regiones de Colombia, tanto urbanas como rurales, afectan el bienestar de los estudiantes, identificando desigualdades en el acceso a recursos educativos y servicios de salud mental. A nivel departamental, se observa cómo las diferencias en infraestructura y apoyo institucional impactan las condiciones de los estudiantes en distintos departamentos del país, destacando los mayores desafíos en aquellas regiones con menos acceso a servicios de salud y recursos académicos.

A nivel local, los estudios analizan el impacto de la pandemia en comunidades estudiantiles específicas dentro de universidades, evaluando las respuestas locales a

las necesidades psicosociales de los estudiantes y las intervenciones implementadas en el campus, como programas de bienestar y apoyo psicológico. Este enfoque jerárquico permitió un análisis integral sobre cómo los factores psicosociales influyen en los estudiantes al descender desde un contexto regional hasta uno más local y específico.

A partir de estos criterios, se recopilaron 50 artículos, seleccionándose 23 que cumplían con los requisitos establecidos y aportaban información relevante. Una vez seleccionados, se organizaron y clasificaron según los temas y categorías principales emergentes. Se identificaron diversas categorías relacionadas con los factores psicosociales en estudiantes universitarios postpandemia, tales como la prevalencia de trastornos emocionales; las estrategias de afrontamiento emocional; el estrés académico y las estrategias institucionales para facilitar la readaptación a la vida universitaria

El proceso para seleccionar los 23 artículos se realizó en varias etapas: primero se llevó a cabo una búsqueda inicial con las palabras clave en las bases de datos seleccionadas; luego se aplicaron criterios de inclusión y exclusión para filtrar los artículos pertinentes. Para la organización de información, se elaboró una matriz en Excel a fin de consignar en ésta, diferentes elementos de cada artículo, con miras a la identificación de aspectos comunes y diferenciadores de los artículos y, tendencias y vacíos de investigación relacionada con los factores psicosociales de los estudiantes universitarios en su proceso de formación profesional en Colombia, posterior a la pandemia. Los elementos por revisar fueron: título, autor, año, institución, objetivos, metodología, resultados, URL, categorías (o tendencias)

Discusión

La pandemia de COVID-19 transformó radicalmente la experiencia educativa y el bienestar de los estudiantes universitarios. Este análisis revisa 23 estudios que abordan los efectos psicosociales de la pandemia en este grupo. El análisis de la información arrojó cuatro tendencias investigativas que, para efectos del presente artículo se denominarán categorías emergentes: dos relacionadas con salud mental: prevalencia de trastornos emocionales y, estrategias de afrontamiento emocional; el estrés académico y, finalmente las estrategias institucionales para facilitar la readaptación a la vida universitaria.

Prevalencia de trastornos emocionales

Emergió del análisis de cinco artículos, donde se tiene como factor común la prevalencia de trastornos emocionales entre los estudiantes universitarios. Ansiedad, depresión, y síntomas relacionados con el estrés se destacan como los más recurrentes, reflejando cómo las exigencias académicas, la incertidumbre sobre el futuro y la falta de apoyo emocional adecuado pueden desencadenar o agravar estas condiciones. Estos trastornos no solo afectan el bienestar emocional de los estudiantes, sino que también impactan negativamente en su rendimiento académico, relaciones interpersonales y capacidad para afrontar los retos diarios. Esto se puede ver en investigaciones como las de (García-Espinosa, 2021; Castro Paisig, 2024; Cáceres-González, 2023; Velastegui-Hernández, 2021; Toia, 2024).

El aumento de trastornos emocionales se atribuye a los sentimientos de ansiedad, confusión y pánico generados por la crisis sanitaria. Estos cambios psicológicos son consecuencia del estrés asociado a la enfermedad y sus efectos en la

vida cotidiana. La comunidad universitaria es una población en riesgo de enfermedades mentales, lo que sugiere la necesidad de estrategias efectivas para la detección de problemas de salud mental (García-Espinosa, 2021). Emociones como el miedo, la angustia, problemas de sueño, pérdida de apetito, náuseas y pensamientos irracionales, aún prevalecen en la vida de los universitarios, afectando su bienestar psicológico. En los últimos años ha incrementado significativamente la necesidad de servicios de salud mental, evidenciando un porcentaje del 93% en casi todo el mundo debido a problemas emocionales. Esto sugiere una alta prevalencia de dichos trastornos en la población durante y después de la pandemia (Castro Paisig, 2024).

La crisis sanitaria ha exacerbado problemas de salud mental que ya existían, afectando severamente la calidad de vida de los estudiantes (Cáceres-González, 2023), generando síntomas reactivos y transitorios, por consiguiente, es necesario el seguimiento de las respuestas psicológicas inadecuadas en la población universitaria (Velastegui-Hernández, 2021). Se ha encontrado una alta prevalencia de trastornos emocionales entre los jóvenes, con un 61,62% de depresión, 71,65% de ansiedad y 52,45% de estrés en niveles al menos moderados (Toia, 2024).

Con base a los hallazgos identificados en el análisis de las investigaciones previas, en el contexto de la crisis sanitaria, la salud mental se vio comprometida debido a la presencia de elevados niveles de estrés, ansiedad, depresión y otros síntomas emocionales, particularmente en grupos vulnerables. Elementos como el confinamiento, el incremento de las responsabilidades en el hogar y la falta de interacción social jugaron un papel en este deterioro. De igual forma, se identificaron comportamientos de riesgo, como un mayor consumo de alcohol y tabaco, que

surgieron como reacciones al miedo y la incertidumbre provocados por la pandemia (Vivanco, 2020).

Diversas investigaciones coinciden en que los problemas depresivos se manifiestan debido a la sobrecarga emocional provocada por labores académicas excesivas, problemas económicos y otros factores, contribuyendo a que los estudiantes sufran de bajo rendimiento académico y dificultando avances en sus tareas obligatorias. Factores como la mala alimentación, la falta de sueño y un mal estado físico, entre otros, deben ser atendidos rápidamente, ya que agravan este problema mental (Vargas, 2021).

Otro factor que contribuye al deterioro de la salud mental de los estudiantes, es la transición a la educación superior, siendo un periodo crítico y estresante. Durante esta etapa, deben adaptarse a un nuevo entorno social, enfrentar una mayor presión académica y lidiar con problemas familiares y personales, lo que aumenta el riesgo de desarrollar trastornos mentales (Estrada-Araoz, 2023). La falta de coordinación entre la educación secundaria y la universidad genera un gran cambio en la vida estudiantil, incrementando el riesgo de desarrollar trastornos emocionales. Las principales causas son las demandas psicológicas, sociales y académicas, junto con los altos niveles de estrés, que pueden llevar a alteraciones psicoemocionales como trastornos depresivos, ansiosos, suicidio, y el abuso de alcohol y drogas, entre otros (Arntz, 2022).

Estrés académico

Emergió del análisis de seis artículos, donde se tiene como factor común el estrés académico, factor transversal y profundamente arraigado a la vida de los estudiantes universitarios. No solo se presenta como un obstáculo significativo para el

rendimiento académico, sino que actúa como un detonante que intensifica problemas de salud mental ya existentes. Este fenómeno, complejo y multifacético, demanda una reflexión más profunda sobre cómo las exigencias educativas pueden convertirse en un desafío que afecta tanto la mente como el desempeño de quienes aspiran a completar su formación profesional. Esto se puede ver en investigaciones como las de (Mendoza, 2023; Zambrano-Vélez, 2022; Castro-Vásquez, 2022; Merchán-Villafuerte, 2024; Nasner, 2022; Molano-Tobar, 2022).

La carga académica, la cual fue incrementando paulatinamente desde la pandemia, ha conducido a niveles elevados de estrés entre los estudiantes, evidenciado en el aumento de la ansiedad, desesperación, agresividad, irritabilidad, aislamiento social, necesidad de dormir, cambios en el consumo de alimentos, problemas de concentración, desgano para realizar actividades académicas, y aumento de conflictos. (Mendoza, 2023). El estrés no solo afecta el rendimiento académico, sino también otros aspectos de la vida, como la salud emocional, las relaciones interpersonales y la integridad de la población estudiantil (Zambrano-Vélez, 2022). Los estresores relacionados con la formación profesional como el exceso de tareas, contribuyen significativamente al malestar de los jóvenes. Es imperativa la intervención de las instituciones de educación superior, y la implementación de estrategias para mitigar los efectos negativos de esta problemática (Castro-Vásquez, 2022).

La relación entre estrés académico y salud mental es innegable, muchos estudiantes experimentaron un incremento en los síntomas de ansiedad y depresión debido a este factor, lo que resalta la importancia de abordarlo como un determinante del bienestar (Merchán-Villafuerte, 2024) de los jóvenes universitarios, quienes son

considerados como una población de riesgo que requiere de atención para afrontar el estrés en su formación profesional (Molano-Tobar, 2022).

Fortaleciendo esta categoría se puede ver que el fenómeno de la deserción estudiantil se ha exacerbado desde la pandemia, impulsado principalmente por factores económicos, sociales y, sobre todo, por la carga académica. Las dificultades en la adaptación a las modalidades de estudio, como uno de los principales factores de riesgo para la deserción, con muchos alumnos considerando abandonar su formación académica debido a la acumulación de trabajos y ritmos de estudio difíciles de continuar (Nasner, 2022).

Con base a los hallazgos identificados en el análisis de las investigaciones previas, el estrés académico es un estado emocional negativo que experimentan los estudiantes cuando perciben las demandas de su entorno educativo como abrumadoras o angustiosas. Se manifiesta a través de reacciones psicológicas, fisiológicas y comportamentales ante situaciones como la carga de trabajo, los exámenes y la presión por el rendimiento. Este tipo de estrés puede afectar tanto la calidad de vida de los estudiantes como su desempeño académico (Restrepo, 2020).

Este fenómeno no se limita a contextos particulares, sino que es una realidad a nivel global. Factores multidimensionales, incluidos eventos extraordinarios como la pandemia de COVID-19, han intensificado estos desafíos, impactando tanto el rendimiento académico como la salud mental de los estudiantes. Se identifican dificultades específicas, como las desigualdades en el acceso a recursos y tecnología educativa, los cambios en los métodos de enseñanza provocados por la pandemia y la presión familiar. Estos retos actuales ilustran la complejidad y diversidad de factores

que contribuyen al estrés académico (López, El estrés académico en el aprendizaje de los Estudiantes universitarios, 2024)a

La carga académica supone para los estudiantes un factor que incide en el estrés académico. Para los estudiantes universitarios, ingresar a la universidad implica operar en un entorno académico que impone una pesada carga de tareas y altas expectativas. Se ven obligados a lidiar con una gran cantidad de información en periodos cortos, así como a realizar y presentar trabajos complejos, prepararse para exámenes y participar en experiencias prácticas específicas de sus carreras. Esta situación los expone a una sobrecarga académica a la que no están familiarizados (Mosqueda-Díaz, 2016).

El entorno universitario desafía a los estudiantes a desarrollar habilidades y competencias necesarias para cumplir con los objetivos y requisitos del plan de estudios. Esto implica enfrentar, responsabilidades, exámenes, trabajos, y presiones familiares, económicas y sociales. La interacción de estos factores, identificados como de alto riesgo para la depresión, puede llevar a un deterioro de la salud mental (Bueno, 2020), y en ocasiones a la deserción. La situación socioeconómica de la familia, resulta crucial al momento de decidir abandonar los estudios, así como el aspecto personal relacionado con la falta de motivación. Además, el factor académico, sugiere que, en la población universitaria, existe una alta probabilidad de deserción, dado que se presentan numerosos factores de riesgo (Pimentel, 2023).

Estrategias institucionales para la readaptación a la vida universitaria

Emergió del análisis de ocho artículos, donde se tiene como factor común la necesidad de crear políticas e intervenciones para promover el bienestar psicológico de

los estudiantes, en procura del fortalecimiento de sus habilidades académicas, habilidades de adaptación y habilidades de interacción. Esto se puede ver en investigaciones como las de (Ortega, 2023; Bedoya-Dorado, 2021; Navas, 2023; Nisperuza, 2022; Leal-Soto, 2023; Zapata-Ospina, 2023; Castro, 2022; Alban, 2022).

La implementación de acciones basadas en evidencia, desarrolladas por las instituciones educativas son clave para mantener el bienestar y el desempeño académico de los estudiantes: realizar evaluaciones sistemáticas del bienestar psicológico mediante herramientas apropiadas, facilitan la detección temprana de situaciones críticas (Leal-Soto, 2023); implementar programas que promuevan las habilidades sociales y emocionales entre los estudiantes son cruciales para fomentar el bienestar estudiantil (Castro, 2022). Las instituciones educativas deben desarrollar políticas integrales que aborden tanto el bienestar psicológico como el académico, y contribuir activamente en la gestión de la crisis del país (Bedoya-Dorado, 2021). Lo cual resalta (Nisperuza, 2022), estas instituciones se enfrentan a la necesidad de llevar a cabo una transformación y confrontar el cambio, fortaleciendo su rol social mediante la creación de entornos que favorezcan la inclusión social, y mejoren la calidad educativa y el intercambio de experiencias y conocimientos.

Los planes de intervención y asesoramiento educativo a través de departamentos de bienestar estudiantil y psicología le brindan herramientas a la comunidad universitaria para luchar por la salud mental y la adaptación a las necesidades de cada individuo (Alban, 2022). Mejorar la infraestructura digital para facilitar el aprendizaje a distancia, así como implementar estrategias pedagógicas que consideren las desigualdades en el acceso a la educación son oportunidades para

lograr una mayor inclusión en el sistema educativo, así como fortalecer el apoyo pedagógico (Navas, 2023). Además, es crucial implementar estrategias que garanticen la accesibilidad y equidad en la evaluación, considerando la diversidad de recursos de los estudiantes (Ortega, 2023).

Fortaleciendo esta categoría se puede ver que las instituciones de educación superior están llamadas, a considerar la salud mental como prioridad, a pesar de la existencia de directrices y normativas sobre el tema. Esta situación refleja la realidad de la salud mental en América Latina, que a menudo es ignorada en las políticas públicas o, cuando se aborda, presenta una amplia brecha en su implementación. Además, es una de las regiones que menos recursos destina a la salud mental, a pesar de las elevadas necesidades en este ámbito (Zapata-Ospina, 2023).

Con base a los hallazgos identificados en el análisis de las investigaciones previas. Entender cómo estos eventos afectan el bienestar académico ofrece información necesaria para la preparación y respuesta ante circunstancias similares en el futuro. Se enfatiza la urgencia de intervenciones que no solo traten los síntomas, sino que también aborden las causas subyacentes del estrés académico, lo cual es esencial para mejorar el proceso educativo. Esto implica la creación de políticas y prácticas que enfrenten las desigualdades, fomenten la salud mental y ofrezcan un entorno de aprendizaje propicio (López, El estrés académico en el aprendizaje de los Estudiantes universitarios, 2024).

Las instituciones carecen de un respaldo político sólido y de los recursos públicos necesarios para su modernización. A pesar de algunos esfuerzos aislados, las universidades no han tenido en cuenta de manera suficiente los cambios globales en

áreas como la tecnología, la economía y la geopolítica, lo que ha limitado su capacidad para adaptarse y crecer. El estado debe actuar de manera activa no solo como un agente financiero, sino también como responsable de asegurar un estándar mínimo de calidad en la educación universitaria. El apoyo institucional debe ser un esfuerzo coordinado que incluya un financiamiento adecuado, supervisión de la calidad, colaboración con la industria, flexibilidad en la gestión, capacitación de docentes y un enfoque en la relevancia social. Esto permitirá que las universidades se modernicen y contribuyan de manera efectiva al desarrollo de la región (Ferrari, 2023).

Estrategias de afrontamiento emocional

Emergió del análisis de cuatro artículos, donde se tiene como factor común las estrategias de afrontamiento emocional como recurso clave para los estudiantes universitarios frente a las adversidades. Estas estrategias, que incluyen desde la búsqueda de apoyo social hasta la práctica de la autorregulación emocional, juegan un papel fundamental en la capacidad de los estudiantes para gestionar el estrés académico y mantener su bienestar mental. Esto se puede ver en investigaciones como las de (Villalba, 2022; Betancourth, 2023; Martínez, 2021; Pájaro-Muñoz, 2023).

Las estrategias de afrontamiento emocional se centran en esfuerzos cognitivos para regular la respuesta emocional al estresor, como la reevaluación positiva de la situación, la búsqueda de apoyo emocional y la expresión de sentimientos. Estas estrategias son fundamentales para manejar las emociones y pueden incluir actividades para desahogarse. En general, el afrontamiento emocional busca ayudar a las personas a lidiar con el estrés de manera más adaptativa (Betancourth, 2023). Los mecanismos de afrontamiento emocional son esenciales para lidiar con los impactos de

la pandemia en la salud mental, además, diseñar programas de aprendizaje socioemocional es clave para incrementar la conciencia sobre la salud mental y disminuir el estigma asociado (Pájaro-Muñoz, 2023).

En diversas instituciones de educación superior implementaron capacitaciones en resiliencia y auxilios psicológicos para desarrollar estrategias de afrontamiento emocional ante situaciones estresantes, como el confinamiento y la pandemia. Es de vital importancia preparar a los futuros profesionales en salud mental para abordar estos trastornos y fomentar el autocuidado, así como promover el apoyo afectivo y emocional para fortalecer las relaciones familiares y personales (Villalba, 2022). El afrontamiento de situaciones difíciles mediante un estilo emocional positivo puede ser beneficioso para la salud de los individuos. Es primordial utilizar cuestionarios validados para evaluar el impacto psicológico en estudiantes universitarios, el afrontamiento adecuado puede mejorar su calidad de vida y desempeño académico (Martínez, 2021).

Con base a los hallazgos identificados en el análisis de las investigaciones previas, las estrategias de afrontamiento emocional son procesos y acciones utilizadas por los estudiantes para manejar situaciones problemáticas. Estas estrategias influyen en la calidad de vida, el bienestar y la adaptación en el ámbito universitario, y su uso puede mitigar el agotamiento emocional. El apoyo social es un factor que puede disminuir el impacto de momentos estresantes (Salazar, 2021). Por otra parte, los estudiantes universitarios tienden a utilizar la retirada social como estrategia de afrontamiento emocional, lo que refleja una tendencia a aislarse en situaciones estresantes. A pesar de contar con algunas herramientas útiles, la falta de estrategias

más activas puede limitar su capacidad para gestionar el estrés de manera efectiva (López, 2024).

Las estrategias de afrontamiento son importantes porque permiten a los individuos manejar y resolver situaciones problemáticas, lo que se traduce en un mayor bienestar psicológico. Estas estrategias ayudan a regular las emociones y a mantener altos niveles de autoestima, lo que es crucial para el desarrollo personal y social. Además, un buen manejo del estrés y las emociones puede prevenir problemas en las relaciones interpersonales y contribuir a la salud mental general (Núñez, 2023). Son cruciales para los estudiantes porque les permiten manejar el estrés y la ansiedad generados por situaciones desafiantes, como la pandemia; promueven una adaptación más efectiva a los cambios y mejoran el bienestar psicológico. Adicionalmente, facilitan la resolución de problemas, lo que es esencial para su desarrollo académico y personal (Sandoval, 2024).

En términos generales, se puede recoger de todas las investigaciones rastreadas, áreas críticas que requieren atención inmediata como oportunidades para mejorar las políticas educativas y los servicios de apoyo. La prevalencia de trastornos emocionales; las estrategias de afrontamiento emocional; el estrés académico y las estrategias institucionales para facilitar la readaptación a la vida universitaria, han sido identificados como factores determinantes en el bienestar de los estudiantes. Aunque los estudios revisados ofrecen una visión valiosa de estos desafíos, es fundamental continuar investigando estos temas para desarrollar estrategias efectivas que promuevan el bienestar integral de los estudiantes en un contexto de post-pandemia,

con un enfoque adaptado a las realidades socioeconómicas y académicas de cada institución y región.

Conclusiones

A través del análisis de los estudios revisados, se identificaron diversos factores protectores y de riesgo que impactaron a los estudiantes universitarios en Colombia posterior a la pandemia, ofreciendo una visión integral de los desafíos y oportunidades en su formación profesional. La crisis del COVID-19, presentó problemáticas significativas para los estudiantes universitarios en Colombia, afectando directamente su bienestar. Este contexto es fundamental para entender las dinámicas que enfrentan los jóvenes en su formación profesional y cómo interactúan los factores de riesgo y protectores en esta etapa crucial de sus vidas.

Entre los principales factores de riesgo identificados, la salud mental se destaca como uno de los más afectados durante y después de la pandemia. Los niveles de ansiedad, estrés y depresión encontrados en los jóvenes estuvieron estrechamente relacionados con el aislamiento social, la carga académica excesiva y las limitaciones económicas. Además, el acceso a recursos educativos intensificó estas dificultades, ampliando las brechas entre los estudiantes. La presión académica aumentó los síntomas de agotamiento mental y físico, lo que llevó a un bajo rendimiento académico e, incluso, a la deserción universitaria. Esta compleja situación se vio agravada por las limitaciones económicas y la falta de un apoyo institucional efectivo. La combinación de estos factores resalta la vulnerabilidad del sistema educativo frente a crisis disruptivas, como la pandemia de COVID-19.

Los factores protectores también desempeñaron un papel crucial. La resiliencia, entendida como la capacidad de adaptarse y salir fortalecido ante las adversidades, se destacó en algunos estudiantes que lograron sobreponerse a los desafíos de la

pandemia. El apoyo social, especialmente el respaldo familiar, fue un elemento clave para mitigar los efectos negativos del estrés y la incertidumbre. A nivel institucional, los programas de prevención y promoción de la salud mental demostraron ser un recurso valioso, lo que fortalece la necesidad de ampliar y mejorar estas estrategias. De igual forma, se observó un creciente interés por destacar la importancia del bienestar estudiantil, lo que representa un cambio de paradigma que podría dar lugar a políticas más inclusivas y efectivas en el futuro.

La pandemia recalcó la necesidad de equilibrar las exigencias académicas con el bienestar integral de los estudiantes, reconociendo que el éxito profesional no solo depende de las habilidades técnicas, sino también de la capacidad para manejar el estrés. Los altos niveles de presión pueden afectar tanto el aprendizaje como la transición exitosa al mundo laboral. Por esta razón, es de vital importancia reforzar los programas educativos, implementando estrategias que fomenten habilidades de afrontamiento, promuevan el autocuidado y el apoyo psicosocial en el entorno universitario. La formación profesional debe considerarse un proceso holístico que va más allá de las competencias técnicas, integrando aspectos emocionales, sociales y éticos que preparen a los estudiantes para enfrentar los retos de un mundo en constante cambio.

Referencias

Acevedo, t. (2023). *desafíos de las instituciones de Educación Superior en el marco de la pandemia y pospandemia.* México: Mc Graw hill.

Alban, L. &. (2022). Desafíos en la educación superior y salud mental en estudiantes universitarios en tiempos de Covid-19. *Revista científica electrónica de Educación y Comunicación en la Sociedad del Conocimiento*, 22(2), 283-295. Obtenido de https://revistaseug.ugr.es/index.php/eticanet/article/view/23696

Álvarez, L. P. (2016). Modelo analítico de factores psicosociales en contextos laborales. *Revista interamericana de psicología ocupacional*, 29(2), 95-137. Obtenido de http://revista.cincel.com.co/index.php/RPO/article/view/106

Amar, L. &. (2003). Factores protectores: un aporte investigativo desde la psicología comunitaria de la salud. *Psicología desde el Caribe*, 107-121. Obtenido de https://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/1744

Arntz, T. V. (2022). Relación de variables sociodemográficas con niveles de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 60(2), 156-166. Obtenido de https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-92272022000200156&script=sci_arttext&tlng=en

Ballena, C. D. (2021). Impact of COVID-19 confinement on quality of life and mental health. *Revista del Cuerpo Médico Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo*, 14(1), 87-89. doi:https://doi.org/10.35434/rcmhnaaa.2021.141.904

Banco Mundial. (Febrero de 2023). *El impacto de la COVID-19 en los jóvenes y el riesgo de perder una generación entera*. Obtenido de

https://www.bancomundial.org/es/news/press-release/2023/02/16/covid-19-s-impact-on-young-people-risks-a-lost-generation

Bedoya-Dorado, M.-V. &.-C. (2021). Gestión universitaria en tiempos de pandemia por COVID-19: análisis del sector de la educación superior en Colombia. *Estudios Gerenciales*, 37(159), 251-264. Obtenido de https://www.icesi.edu.co/revistas/index.php/estudios_gerenciales/article/view/4409

Betancourth. (2023). Afectaciones psicosociales debido a la pandemia en estudiantes y docentes de una institución de educación superior en Cartago Valle. Obtenido de https://repositorio.uan.edu.co/items/da5d8832-e95a-4285-938c-64d75e5f82a4/full

Bronfenbrenner. (1979). *The ecology of human development.* Harvard University Press.

Bueno, C. L. (2020). Niveles de depresión en estudiantes de la Facultad de Odontología de la Universidad Santo Tomás. *Universidad Santo Tomás.* Obtenido de https://repository.usta.edu.co/handle/11634/27947?Show=full

Cáceres-González, B. G.-R.-S. (2023). Impactos del COVID-19 en la salud mental en universitarios de Paraguay. *Psicoperspectivas*, 22(1), 7-17. doi:10.5027

Casanova. (2002). Formación profesional, productividad y trabajo decente. *CINTERFOR/OIT*, Vol. 153. Obtenido de https://www.oitcinterfor.org/sites/default/files/file_articulo/casanov1.pdf

Castro Paisig, Q. B. (2024). Ansiedad por coronavirus y bienestar psicológico en estudiantes universitarios que retornan a clases presenciales. *Revista InveCom*,

4(2). Obtenido de https://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S2739-00632024000200141&script=sci_arttext

Castro, O. &. (2022). Aspectos sociofamiliares y salud mental en estudiantes de Trabajo social de la Fundación Universitaria Juan de Castellanos durante el confinamiento por Covid-19. *Latinoamericana de Estudios de Familia*, 14(1), 51-72. Obtenido de https://revistasojs.ucaldas.edu.co/index.php/revlatinofamilia/article/view/6862

Castro-Vásquez, V. &.-M. (2022). Niveles de percepción de estrés en época de COVID-19, a causa de la virtualidad, en estudiantes universitarios, Barranquilla-Colombia. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (67), 163-190. Obtenido de https://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/1366

CEPAL. (2021). El impacto social de la pandemia en América Latina: Claves. *CEPAL*. Obtenido de https://www.cepal.org/sites/default/files/publication/files/46740/S2000182_es.pdf

Cobb. (1976). *Social Support as a Moderator of Life Stress.* Psychosomatic Medicine, 38, 300-314.

Dueñas, E. F. (2022). Pérdidas de aprendizaje debido al COVID-19. Desafíos y hallazgos en el caso de Colombia. *Biblioteca Felipe Herrera del Banco Interamericano de Desarrollo*. Obtenido de https://publications.iadb.org/publications/spanish/document/Perdidas-de-aprendizaje-debido-al-COVID-19-desafios-y-hallazgos-en-el-caso-de-Colombia.pdf

Estrada-Araoz, P.-P. P.-V.-H. (2023). Prevalencia de trastornos mentales comunes en estudiantes universitarios. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 52(4), 02302968. Obtenido de https://revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/2968

Fandiño. (2011). Los jóvenes hoy: enfoques, problemáticas y retos. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 2(4), 150-163. Obtenido de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-28722011000200009&lng=es&tlng=es.

Fernández, A. &. (1997). Determinación de factores de riesgo. *Cad aten primaria*, 4, 75-78. Obtenido de https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/49844919/fletcher_riesgo_10-libre.pdf?1477356867=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DInvestigacion_Determinacion_de_factores.pdf&Expires=1732153759&Signature=HCnYHTXQa0OOH8fRI~uy6iBrTkQjG~M0djTcw8aptLVF

Ferrari. (2023). Por una universidad para una nueva sociedad y economía. *Revista de Economía Institucional*, 25(48), 143-176. Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0124-59962023000100143&script=sci_arttext

García-Espinosa, O.-J. B.-H.-S.-H.-R. (2021). Psychosocial impact on health-related and non-health related university students during the COVID-19 pandemic. Results of an electronic survey. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 50(3), 63-73. doi:10.1016

Guiñez-Coelho. (2020). Impacto del COVID-19 (SARS-CoV-2) a Nivel Mundial, Implicancias y Medidas Preventivas en la Práctica Dental y sus Consecuencias Psicológicas en los Pacientes. *International journal of odontostomatology*, 14(3), 271-278. Obtenido de https://dx.doi.org/10.4067/S0718-381X2020000300271

Herrera, A. &. (2020). La educación superior ante la pandemia. *Revista Andina de Educación*, 3(2), 2-4. doi:https://doi.org/10.32719/26312816.2020.3.2.0

Instituto Nacional de Salud. (2021). Progreso de la pandemia y sus desigualdades en Colombia. *Observatorio Nacional de Salud*. Obtenido de https://www.ins.gov.co/Direcciones/ONS/Resumenes%20Ejecutivos/13.%20COVID-19%20progreso%20de%20la%20pandemia%20y%20su%20impacto%20en%20las%20desigualdades%20en%20Colombia.pdf

Lazarus, R. S. (1984). *Stress, appraisal, and coping.* Obtenido de https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9_215

Leal-Soto, M.-G. S.-P.-P. (2023). Salud mental y bienestar psicológico: variaciones durante la pandemia de COVID 19 en estudiantes de una facultad universitaria chilena. *Terapia psicológica*, 41(3), 275-299. Obtenido de https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-48082023000300275&script=sci_arttext

López. (2024). El estrés académico en el aprendizaje de los Estudiantes universitarios. Obtenido de https://repositorio.cidecuador.org/handle/123456789/2981

López. (2024). Resiliencia, estrategias de afrontamiento y su relación con variables sociodemográficas en estudiantes universitarios Ecuatorianos. *Arandu UTIC*,

11(2), 1073-1096. Obtenido de https://www.uticvirtual.edu.py/revista.ojs/index.php/revistas/article/view/327

Martínez, M. &. (2021). Evaluación de la calidad de vida, depresión y ansiedad en estudiantes de la Tecnología en Gestión Empresarial sede Piedecuesta (Primer a tercer semestre) de la Facultad de Ciencias Socioeconómicas y Empresariales (FCSE) de las Unidades Tecnológicas de San. Obtenido de http://repositorio.uts.edu.co:8080/xmlui/handle/123456789/5187

Masten. (2001). *Ordinary magic: Resilience processes in development. American psychologist.* American Psychologist Vol 56(3) 227-238.

Mendoza, M. A. (2023). Prevalencia del estrés académico en universitarios barranquilleros en tiempos de pandemia. *Revista de Psicología:(Universidad de Antioquía)*, 15(1). Obtenido de https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9711850

Merchán-Villafuerte, Q.-V. &.-A. (2024). Impacto de la ansiedad, depresión y estrés post pandémico en el desempeño académico de estudiantes universitarios. *MQRInvestigar*, 8(1), 3471-3492. Obtenido de https://www.investigarmqr.com/ojs/index.php/mqr/article/view/1066

Ministerio de Educación Nacional. (2020). *Ministerio de Educación Nacional.* Obtenido de https://www.mineducacion.gov.co/portal/

Ministerio de Salud y Protección Social. (15 de Julio de 2021). *Las cifras de la salud mental en pandemia*. Obtenido de https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Las-cifras-de-la-salud-mental-en-pandemia.aspx

Molano-Tobar, C.-N. &.-A. (2022). Nivel de estrés durante la pandemia covid-19 en universitarios del suroccidente colombiano. *Hacia la Promoción de la Salud*, 27(1), 38-51. Obtenido de https://revistasojs.ucaldas.edu.co/index.php/hacialapromociondelasalud/article/view/6749

Mosqueda-Díaz, G.-C. D.-S.-M.-C.-C.-R. (2016). Malestar psicológico en estudiantes universitarios: una mirada desde el modelo de promoción de la salud. *SANUS Revista de Enfermería*, 1(1), 48-57. Obtenido de https://sanus.unison.mx/index.php/sanus/article/view/58

Nasner, G. Z. (2022). Deserción en la población estudiantil universitaria durante la pandemia, una mirada cualitativa. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (66), 37-62. Obtenido de https://www.redalyc.org/journal/1942/194270426003/194270426003.pdf

Navas, C. &. (2023). Pandemia y educación superior. Impactos de las estrategias sincrónicas. *Educación y Ciudad*, (44), e2783-e2783. Obtenido de https://revistas.idep.edu.co/index.php/educacion-y-ciudad/article/view/2783

Nisperuza, D. &. (2022). Retos de la educación superior colombiana en el contexto de la globalización del siglo XXI. Reflexiones y apuestas del accionar docente. *Revista Boletín Redipe*, 11(04), 36-54. Obtenido de https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/1800

NU. CEPAL. (2021). *Estudio Económico de América Latina y el Caribe 2021: dinámica laboral y políticas de empleo para una recuperación sostenible e inclusiva más allá de la crisis del COVID-19.* CEPAL. doi:ISBN: 9789211220742

Núñez, S. &. (2023). Estilos de apego y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. *Latam: revista latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 32. Obtenido de https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9585788

OECD. (2022). OECD Economic Surveys: Colombia 2022. *OECD Publishing, Paris*. Obtenido de https://doi.org/10.1787/04bf9377-en.

OECD et al. (2021). *Perspectivas económicas de América Latina 2021: Avanzando juntos hacia una mejor recuperación.* Paris: OECD Publishing. Obtenido de https://doi.org/10.1787/2958a75d-es

Ortega, A. &. (2023). Calidad Educativa Y Covid-19: Desafíos De Las Instituciones De Educación Superior En El Marco De La Pandemia Y La Postpandemia. *Luciérnaga Comunicación*, 15(30), 59–76. Obtenido de https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9677392

Páez, A. &. (1995). Catástrofes, situaciones de riesgo y factores psicosociales. *Mapfre seguridad*, 57, 43-55. Obtenido de https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/30199973/articulomapfre-libre.pdf?1363476306=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DCatastrofes_situaciones_de_riesgo_y_fact.pdf&Expires=1732141462&Signature=FxIiT3759rFT6ftowO5LSSLy9iMuzPQ7L2jElNDrKxtFgYG

Pájaro-Muñoz, &. N.-O. (2023). Toma de conciencia del cuidado de la salud mental en universitarios en el contexto de postpandemia por COVID-19. *Revista Estudios*

Psicológicos, 3(3), 84-96. Obtenido de http://estudiospsicologicos.com/index.php/rep/article/view/124

Pimentel, P. P. (2023). Factores de riesgo de deserción universitaria durante la pandemia de COVID-19. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 8(3), 2121-2133. Obtenido de https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9252185

Quinn, I. &. (2024). Seven Years of Final Accord Implementation: Perspectives to Strengthen Peacebuilding at the Halfway Point (Version 1). *University of Notre Dame*. Obtenido de https://doi.org/10.7274/25651407.v1

Restrepo, S. &. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. Obtenido de https://bibliotecadigital.iue.edu.co/handle/20.500.12717/2042

Saavedra, G. y. (11 de Diciembre de 2021). *World Bank*. Obtenido de https://blogs.worldbank.org/en/education/state-global-education-crisis-path-recovery

Salazar, B. &. (2021). Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios del área de la salud. *Universidad y Salud*, 23(1), 30-39. Obtenido de http://scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-71072021000100030

Sandoval, V.-S. &. (2024). Estrategias de afrontamiento utilizadas por universitarios chilenos para afrontar las principales consecuencias del confinamiento. *Revista de Psicología (PUCP)*, 42(2), 900-938. Obtenido de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0254-92472024000200900&script=sci_arttext&tlng=pt

Toia, A.-A. S.-G.-P.-V. (2024). Salud Mental en estudiantes universitarios en aislamiento social durante la pandemia COVID-19. Arequipa, Perú. *Medicina clínica y social*, 8(1), 11-19. Obtenido de http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2521-22812024000100011

Triviño, G. &. (2019). Competencias profesionales: Desafíos en el proceso de formación profesional. *Opuntia Brava*, 11(Especial 1), 1-12. Obtenido de https://pdfs.semanticscholar.org/f53f/1e46b8ee9f626e9a230d8d69deb62eaab7d0.pdf

UNESCO. (Agosto de 2020). *La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19*. Obtenido de https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374075

UNESCO. (s.f). *Education: From COVID-19 school closures to recovery*. Obtenido de https://www.unesco.org/en/covid-19/education-response#:~:text=Education%3A%20The%20pandemic%20affected%20more,2030%20Education%20Agenda%20were%20lost.

Vargas. (2021). Factores que inciden en la depresión en estudiantes universitarios: una revisión sistemática. *Conrado*, 17(82), 387-394. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1990-86442021000500387&script=sci_arttext

Vega. (2021). La experiencia universitaria y las expectativas de futuro en la culminación del pregrado, en estudiantes de la Universidad del Rosario. *Universidad del Rosario*. Obtenido de

https://repository.urosario.edu.co/server/api/core/bitstreams/8257e510-7da0-4597-8dab-d38d205aa41a/content

Velastegui-Hernández, &. M.-L. (2021). Estados de ánimo, ansiedad y depresión en estudiantes de medicina durante la crisis sanitaria covid-19. *Psicología Unemi*, 5(9), 10-20. Obtenido de https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/faso-unemi/article/view/1275

Villalba. (2022). Efectos psicosociales en los estudiantes de pregrado durante la pandemia por covid 19–una revisión de literatura. Obtenido de https://repository.udca.edu.co/entities/publication/4bcc2c71-958b-483f-b810-6b280c35758c

Vivanco, S. C. (2020). Ansiedad por Covid-19 y salud mental en estudiantes universitarios. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/58290/AC_Vivanco_VA-Saroli_AD-Caycho_RT-Carbajal_LC-Noé_GM.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Vyas, F. &. (19 de Junio de 2022). *Leftist With Plans to Upend Economy Wins Colombia Presidency*. Obtenido de The Wall Street Journal: https://www.wsj.com/articles/former-guerrilla-turned-senator-wins-colombia-presidential-race-11655678997

Zambrano-Vélez, T.-C. y. (2022). Diagnóstico de Estrés Académico en Estudiantes Universitarios. *Revista Tecnológica-Educativa Docentes 2.0*, 14(2), 42-47. Obtenido de https://ve.scielo.org/pdf/rted/v14n2/2665-0266-rted-14-02-42.pdf

Zapata-Ospina, P.-L. R.-P.-O.-S.-M.-A. (2023). Diálogo deliberativo con universidades iberoamericanas sobre intervenciones en salud mental estudiantil durante la pandemia de COVID-19. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 46, e45. Obtenido de https://www.scielosp.org/article/rpsp/2022.v46/e45/