

# Depresión y ansiedad en estudiantes mexicanos a causa del COVID-19: una revisión sistemática

## Depression and anxiety in Mexican students due to COVID-19: a systematic review

H. Estefania Avila-Jiménez<sup>a</sup>, María Pilar Toussaint-Padilla<sup>a</sup>, Andrea Yeshurum Del Pino-Cortes<sup>a</sup>, Yazmin Escarlet López-Arriaga<sup>a</sup>, Andrea Gómez-Ramírez<sup>a</sup>, Daniela LC Delgado-Lara<sup>a,\*</sup>

<sup>a</sup> Departamento de Formación Universitaria. Ciencias de la Salud. Universidad Autónoma de Guadalajara, Zapopan, Jalisco, México. 45129. [hilda.avila@edu.uag.mx](mailto:hilda.avila@edu.uag.mx); [maria.toussaint@edu.uag.mx](mailto:maria.toussaint@edu.uag.mx); [andrea.pino@edu.uag.mx](mailto:andrea.pino@edu.uag.mx); [jennifer.perez@edu.uag.mx](mailto:jennifer.perez@edu.uag.mx); [yazmin.lopez@edu.uag.mx](mailto:yazmin.lopez@edu.uag.mx); [andrea.gomez@edu.uag.mx](mailto:andrea.gomez@edu.uag.mx); [daniela.delgado@edu.uag.mx](mailto:daniela.delgado@edu.uag.mx)

\* autor por correspondencia

Daniela LC Delgado-Lara. Departamento de Formación Universitaria. Ciencias de la Salud. Universidad Autónoma de Guadalajara, Zapopan, Jalisco, México. 45129. E-mail: [daniela.delgado@edu.uag.mx](mailto:daniela.delgado@edu.uag.mx).

### RESUMEN

**Introducción:** La pandemia por el COVID-19 representó una amenaza a nivel mundial, tanto de la salud física como emocional, lo que aumentó la presencia del estrés y ansiedad. El objetivo del presente trabajo es analizar la prevalencia de depresión y ansiedad en universitarios mexicanos durante la pandemia de COVID-19. **Métodos:** Se realizó una revisión sistemática de trabajos cuantitativos y cualitativos, publicados desde el 2020 hasta el 2024, en PubMed mediante el uso de MESH como con el siguiente algoritmo: (mental health OR anxiety OR depression) AND (pandemic OR COVID-19) AND (university students OR college student OR teenagers) AND (Mexico OR mexicans). Se utilizaron instrumentos validados para medir la depresión y ansiedad. **Resultados:** Se identificaron 185 artículos, de los cuales se incluyeron 11 que cumplieron con los criterios de inclusión. Se encontró un aumento en depresión, ansiedad y estrés en estudiantes mexicanos durante la pandemia de COVID-19. Las principales limitaciones radican en la búsqueda restringida a PubMed, que podría introducir un sesgo de publicación y la predominancia de estudios de diseño transversal, que limita el establecimiento de relaciones causales. **Conclusión:** Los estudiantes mexicanos fueron una población psicológicamente vulnerable, donde el aislamiento y la falta de apoyo emocional exacerbaron los problemas psiquiátricos. El desarrollo de competencias digitales y estrategias de afrontamiento cognitivas se asociaron con mayor bienestar.

**Palabras clave:** Depresión, ansiedad, COVID-19, estudiantes.

### ABSTRACT

**Introduction:** The COVID-19 pandemic posed a global threat to both physical and emotional health, increasing the prevalence of stress and anxiety. The objective of this study is to analyze the prevalence of depression and anxiety in Mexican university students during the COVID-19 pandemic. **Methods:** A systematic review of qualitative and quantitative observational studies published in PubMed from 2020 to 2024 was conducted, using MESH with the following algorithm: (mental health OR anxiety OR depression) AND (pandemic OR COVID-19) AND (university students OR college students OR teenagers) AND (Mexico OR Mexicans).



(pandemic OR COVID-19) AND (university students OR college student OR teenagers) AND (Mexico OR mexicans). Se incluyeron artículos de cualquier idioma para maximizar la inclusión de estudios relevantes. Se realizó este artículo siguiendo los lineamientos de la guía PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses, por sus siglas en inglés).

## 2.2 Criterios de inclusión y exclusión

A continuación, se describen los criterios de selección aplicados a los estudios identificados tras la búsqueda sistemática:

### 2.2.1. Criterios de inclusión

- Tipo de estudio: Estudios cuantitativos observacionales (transversales, de cohorte, casos y controles) y cualitativos.
- Participantes: Estudiantes mexicanos (universitarios o adolescentes en educación media/superior).
- Exposición: Estudiar durante la pandemia por COVID-19.
- Resultados: Estudios que reportaron datos cuantitativos o cualitativos sobre la prevalencia, niveles, factores asociados o cambios en la ansiedad, depresión

### 2.2.2. Criterios de exclusión

- Artículos con más de cinco años de publicación.
- Ensayos clínicos o pruebas realizadas en animales.

### 2.2.3 Criterios de eliminación

- Artículos duplicados.
- Artículos sin acceso a texto completo.

## 2.3 Extracción y síntesis de datos

La extracción de información fue realizada por dos autores de manera independiente. En caso de discrepancia, intervino un tercer revisor para asegurar la coherencia y exhaustividad del proceso. Los datos extraídos de cada artículo incluyeron: primer autor, año de publicación, diseño del estudio, tamaño y características de la muestra, instrumentos utilizados, principales hallazgos en depresión y ansiedad, así como factores asociados. Debido a la heterogeneidad metodológica de los estudios incluidos, no se aplicó una herramienta formal y uniforme para la evaluación del riesgo de sesgo. Esta decisión se basa en la falta de una herramienta validada que abarque adecuadamente todos los diseños incluidos en esta revisión.

De los artículos seleccionados e incluidos se extrajeron los siguientes desenlaces: síntomas de ansiedad y depresión, evaluados mediante instrumentos como la Escala de Estrés, Ansiedad y Depresión-21 (DASS-21), el Inventario de Depresión de Beck (IDB) y la Escala del Trastorno de Ansiedad Generalizada (GAD-7). También se identificaron variables asociadas como nivel socioeconómico, sexo, edad, modalidad educativa, apoyo emocional percibido y exposición a eventos relacionados con la pandemia.

## 3. Resultados

Como se muestra en la Figura 1, el algoritmo de búsqueda identificó 185 artículos potencialmente relevantes en PubMed. Tras aplicar los criterios de inclusión y exclusión previamente definidos, se seleccionaron 11 estudios para su inclusión en la presente revisión sistemática. La Tabla 1 presenta una síntesis de las características principales metodológicas y los resultados relevantes de cada uno de los estudios incluidos.

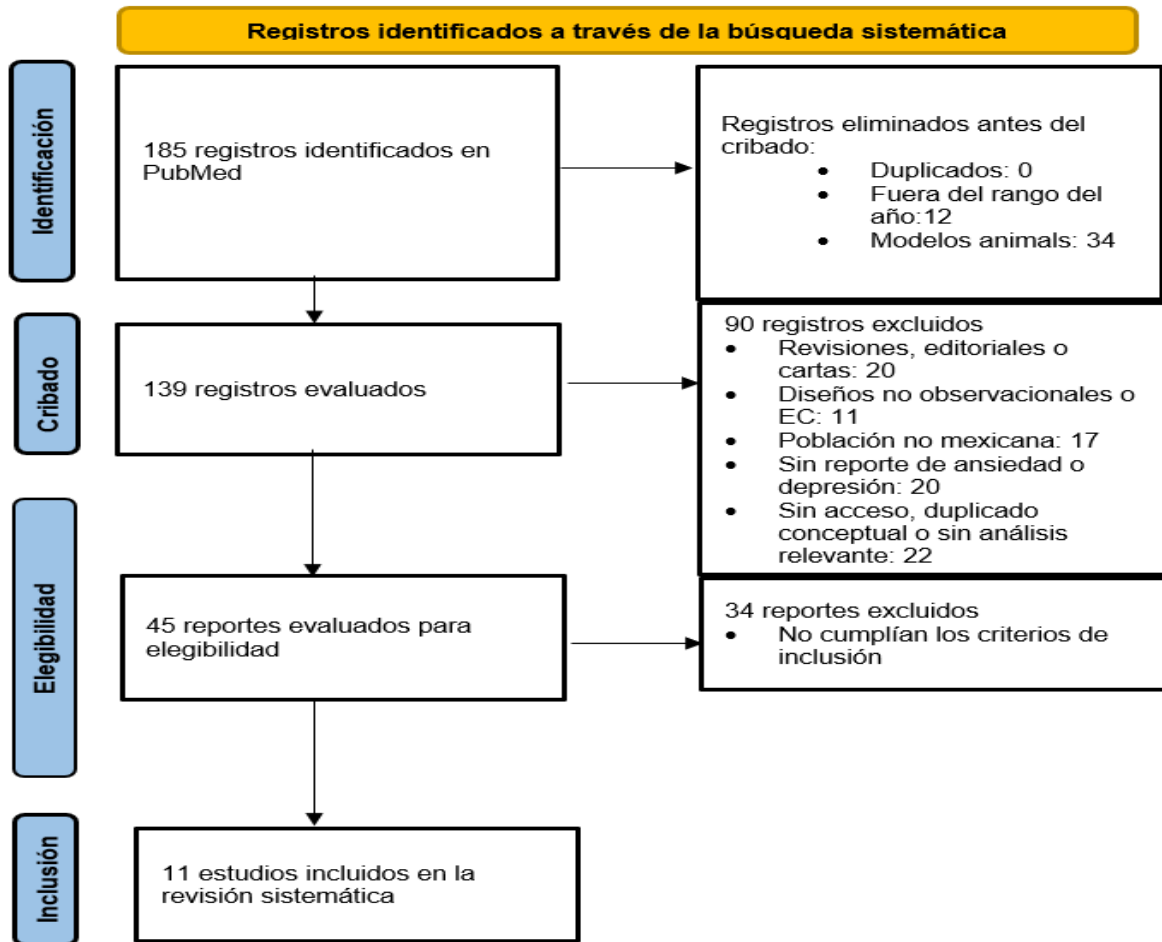


Figura 1. Diagrama de flujo PRISMA. Se muestran los resultados de la evaluación, análisis e inclusión de los artículos consultados en la base de datos.

Tabla 1. Compilación de estudios incluidos en la revisión

Referencia	Diseño del estudio, población y muestra	Objetivo	Herramientas de medición	Resultados principales
Gaeta et al., 2021	Estudio transversal descriptivo en 1290 estudiantes mexicanos de diversas universidades	Analizar la relación entre emociones, estrategias de afrontamiento y aprendizaje en línea durante la pandemia	Cuestionario de afrontamiento del estrés, Inventario de recursos de afrontamiento y cuestionario formativo de autorregulación	Predominaron emociones como gratitud, alegría, esperanza, pero también miedo, ansiedad y tristeza. Las estrategias principales de afrontamiento fueron el afrontamiento activo y la reevaluación de la situación. Las estrategias de afrontamiento mediaron la relación entre las emociones y el aprendizaje autorregulado
Peláez-Ballestas et al., 2021	Estudio transversal analítico en 24,998 estudiantes universitarios de Ciudad de México	Comparar las experiencias y percepciones entre las pandemias de A(H1N1) y COVID-19.	Cuestionarios UNIV-Influenza y UNIV-COVID-19	Durante la pandemia por COVID-19, se observó un aumento significativo en ansiedad (12% vs 1%) e inestabilidad emocional. Factores asociados incluyeron impacto económico familiar (53%) y baja percepción de preparación institucional (32%)

Martínez Arriaga et al., 2021	Estudio transversal analítico en 848 estudiantes de pregrado o posgrado en México	Evaluar el nivel de malestar psicológico (estrés, emociones) y factores psicosociales asociados al inicio de la pandemia	Escala de Impacto de Evento Revisada (IES-R) y cuestionario no validado sobre COVID-19	Ser mujer y reportar reducción de ingresos se asoció con mayor estrés. El 36% presentó estrés clínico, 64% subclínico. Las emociones reportadas con más frecuencia fueron ansiedad (31.4%), ira (20.3%) y tristeza (18.2%). El aislamiento y la percepción de riesgo de contagio también se asociaron con mayor estrés.
Dosil-Santamaria et al., 2022	Estudio transversal descriptivo en 252 universitarios de Saltillo, Coahuila	Analizar los niveles de estrés, ansiedad y depresión durante la pandemia	DASS-21	Se reportaron niveles de ansiedad en el 67% (32.7% leve, 25.4% moderados y 8.9% severos) depresión en el 58.2% (29.8% leve 21.6% moderada y 6.8% severa) y estrés en el 62.7% (29.5% leve, 25.1% moderado y 8.1% severo)
Domínguez-González et al., 2022	Estudio observacional longitudinal (abril a diciembre 2020) en 247 estudiantes de medicina con y sin enfermedad mental de la Ciudad de México.	Evaluar el efecto de la pandemia de COVID-19 en la salud mental	Escala de Riesgo Suicida de Plutchik, el IDB y el inventario CAGE	La ideación suicida aumentó de 3.64% al 7.69% y la prevalencia de depresión de 19.84% al 40.08% (18.22% leve, 8.09% moderada y 4.45% severa). El riesgo de consumo de alcohol aumentó del 22.27% al 29.55%.
Valdez-Santiago et al., 2022	Estudio transversal analítico en 22, 838 adolescentes mexicanos en 2018-2019 (n=17,925) y 2020 (n=4,913)	Comparar la prevalencia de intentos de suicidio durante los 12 meses previos y posteriores a el confinamiento por COVID-19.	ENSANUT con preguntas directas sobre intentos suicidas y contexto del COVID-19	La prevalencia de intentos de suicidio aumentó de 1.8% a 2.1%. Ser mujer, vivir en zonas urbanas y vivir en hogares con pérdida de empleo familiar por COVID-19 se asociaron con mayor probabilidad de intento de suicidio. Asistir a clases online fue un factor protector.
Bravo-Sanzana et al., 2022	Estudio transversal analítico en 3,275 estudiantes adolescentes de México (1,186) y Chile (2,089)	Caracterizar el bienestar de los adolescentes durante la pandemia de y su relación con la victimización	Cuestionario adaptado de Agresión y Victimización Estudiantil y cuestionario de Bienestar subjetivo mediante el Continuo de Salud Mental de Keyes	El 67.8% presentó "languidecimiento", 21.9% "floreCIMIENTO" y 10.3% bienestar moderado. La victimización impactó más el bienestar eudaimónico (sentido de vida) en adolescentes tempranos. La polivictimización fue más frecuente en mujeres y adolescentes tardíos
Gaxiola Romero et al., 2022	Estudio longitudinal analítico con estudiantes de preparatoria de Sonora (prepandemia n=502 y durante pandemia n=111)	Evaluar las relaciones estructurales entre entorno familiar positivo, bienestar subjetivo, malestar general y compromiso académico	Cuestionario para medir entorno familiar positivo, Escala de comportamiento, emociones y compromiso académico y Cuestionario del estado de ánimo y síntomas de ansiedad	El malestar general aumentó de 14.51± 8.13 a 17.52± 8.94. El bienestar subjetivo disminuyó de 14.65±3.65 a 13.91±3.79. Un entorno familiar positivo se relacionó con mayor bienestar subjetivo y compromiso académico (p<0.01), especialmente durante la pandemia
Juanico-Morales	Estudio transversal analítico en 1,288	Evaluar la prevalencia de	IDB	El 33.8% de los estudiantes presentó depresión. Factores

et al., 2023	estudiantes de medicina Acapulco (noviembre 2020)	de depresión y sus factores asociados durante la pandemia de COVID-19.		asociados incluyeron ser mujer, edad entre 18-20 años, bajo rendimiento académico percibido, dificultades económicas percibidas, antecedentes familiares de depresión, eventos vitales durante la pandemia y barreras técnicas para el aprendizaje a distancia (problemas de conectividad, acceso a materiales)
Ramírez-Martínez et al., 2024	Estudio transversal analítico en 8,659 estudiantes de primer año de licenciatura de Chihuahua (5 semestres entre 2021 y 2023)	Comparar los niveles de apoyo emocional percibido y de la ansiedad en diferentes modalidades de aprendizaje (distancia y presencial)	GAD-7 y la subescala del inventario PERACT-R para apoyo emocional.	Los niveles de ansiedad aumentaron significativamente, especialmente en carreras de salud y al regresar a clases presenciales (media de 6.65 en primavera 2021 a 7.53 en otoño 2022), mientras que los niveles de apoyo emocional disminuyeron progresivamente (media de 8.03 en primavera 2021 a 7.52 en otoño 2022)
Wurtz et al., 2024	Estudio cualitativo longitudinal basado en análisis de 41 diarios (2020-2022) y 12 entrevistas en profundidad (2022) en estudiantes universitarios mexicanos	Examinar cómo los universitarios afrontaron los desafíos de la educación en línea durante la pandemia de COVID-19	Análisis de diarios en la plataforma "Pandemic Journaling Project" (texto, audios y fotos) y entrevistas en profundidad semiestructurada (videollamada)	Estudiantes que integraron las competencias digitales en sus proyectos de vida mostraron mayor resiliencia académica y mental durante la pandemia. Factores como apoyo social virtual y competencias digitales autodidactas fueron clave. Sin embargo, la brecha digital dejó atrás a poblaciones vulnerables.

Abreviaturas: A(H1N1): virus de la gripe por influenza A subtipo H1N1; COVID-19: enfermedad por coronavirus 2019; UNIV: Encuestas universitarias aplicadas para evaluar percepciones y comportamientos durante pandemias; IES-R: Escala de Impacto del Evento- Revisada); DASS-2: Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés de 21 ítems); IDB Inventario de Depresión de Beck; CAGE: Cuestionario de detección de consumo problemático de alcohol; ENSANUT: Datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de México; GAD-7: Escala de Trastorno de Ansiedad Generalizada de 7 ítems; PERACT-R: Perfil de Estilos de Aprendizaje, Rasgos de Personalidad y Comportamientos de los Estudiantes, versión Revisada.

#### 4. Discusión

Los hallazgos de esta revisión sistemática confirman un impacto significativo de la pandemia por COVID-19 en la salud mental de estudiantes mexicanos, lo que evidencia niveles elevados y, en varios casos, un incremento en ansiedad, depresión y estrés, reportándose también riesgo de ideación suicida en subgrupos específicos. Este efecto fue observado de manera consistente a través de estudios realizados en diversas regiones del país, con diferentes enfoques metodológicos y en estudiantes.

La revisión de los 11 estudios incluidos (Tabla 1) ofrece un panorama detallado y multifacético del impacto de la pandemia de COVID-19 en la salud mental de los estudiantes mexicanos. En lo que respecta a sintomatología depresiva y ansiosa, los hallazgos consistentemente indican una afectación considerable, con prevalencias de depresión que, por ejemplo, en estudiantes de medicina, se incrementaron de aproximadamente 19.8% al 40.1% en un periodo de 8 meses. Este estudio también evidenció riesgo de ideación suicida, con una prevalencia del 36.96% entre los estudiantes medicados en abril (Domínguez-González et al., 2022).

De manera similar, Juanico-Morales et al. (2023) reportaron que el 33.8% de los estudiantes de medicina en Acapulco presentaban depresión, afectando en mayor medida a mujeres jóvenes (39.9%) y en el estudio de Aguilar Sandoval et al., (2023) mencionan que en estudiantes de primer ingreso a la carrera de medicina el 60% presentaban indicadores de psicopatología, incluyendo depresión moderada a severa en 46% de los casos (Aguilar Sandoval et al., 2022; Juanico Morales et al., 2023). En poblaciones universitarias más amplias, Martínez et al. (2021) encontraron que, al inicio de la pandemia, el 31.4% de los estudiantes reportaba ansiedad frecuente y el 18.2% tristeza. Estos síntomas se correlacionaron significativamente con factores como la percepción de riesgo de contagio, el aislamiento social y la reducción de ingresos, lo que sugiere que fueron desencadenados por las condiciones propias del confinamiento y la respuesta a la pandemia (Martínez et al., 2021). Por su parte, Dosil et al. (2022) corroboraron niveles elevados de síntomas depresivos, ansiosos y de estrés en estudiantes universitarios de Saltillo, con puntajes más altos en mujeres. Ruvalcaba-Pedroza et al. (2022), menciona que este patrón es más marcado en estudiantes de medicina en años clínicos, quienes reportan mayor prevalencia de ansiedad, especialmente aquellos cuya formación práctica se vio interrumpida por el confinamiento (Dosil-Santamaria et al., 2022; Ruvalcaba-Pedroza et al., 2022;). En cuanto a ansiedad, un estudio de tendencias en una universidad de Chihuahua, que abarcó cinco semestres (2021-2023), reveló un aumento significativo de los niveles de ansiedad, con un pico en la escala GAD-7 de 7.53 (indicativo de ansiedad leve a moderada) durante el semestre de retorno a clases presenciales. Este incremento contrastó con una disminución progresiva del apoyo emocional percibido (Ramírez-Martínez et al., 2024).

Además de los síntomas depresivos y ansiosos, se identificó un amplio espectro de reacciones emocionales. El estrés psicológico fue una constante: el 36% de los estudiantes reportaron niveles elevados al inicio de la crisis sanitaria, asociándose positivamente con emociones como ira y tristeza, y negativamente con relajación y felicidad (Martínez Arriaga et al., 2021). En una comparación histórica, Peláez-Ballestas et al. (2021) observaron que la ansiedad predominó durante la pandemia por COVID-19, a diferencia de la preocupación que fue más común en la epidemia de A(H1N1). No obstante, no todas las emociones fueron negativas; Gaeta et al. (2021) identificaron también sentimientos positivos como gratitud, alegría y esperanza, aunque coexistían con miedo, soledad y desinterés, las estrategias principales de afrontamiento fueron el afrontamiento activo y la reevaluación de la situación (Peláez-Ballestas et al., 2021; Gaeta et al., 2021).

Diversos factores de riesgo y protectores modulaban la vulnerabilidad estudiantil. El género femenino emergió de forma consistente como un factor de riesgo para mayores niveles de depresión, hallazgo respaldado también por estudios recientes que identifican una mayor carga de síntomas afectivos en mujeres universitarias, particularmente en ansiedad y depresión (Domínguez-González et al., 2022; Juanico-Morales et al., 2023; Navarro-Calvillo et al., 2023). Esta mayor vulnerabilidad podría estar vinculada no solo a una mayor propensión a trastornos internalizantes, como se ha reportado ampliamente, sino también, como sugiere Bravo-Sanzana et al. (2022), a una mayor exposición a la polivictimización y violencia relacional, factores que se sabe impactan negativamente la salud mental. La edad también fue relevante: los adolescentes tardíos presentaron menores niveles de bienestar hedónico (florecimiento) (Bravo-Sanzana et al., 2022) y el grupo de 18-20 años mostró mayor riesgo de depresión (Juanico-Morales et al., 2023).

Los factores socioeconómicos jugaron un papel fundamental: las dificultades económicas (Juanico-Morales et al., 2023), la pérdida de empleo de familiares (Valdez-Santiago et al., 2022) y la falta de acceso a tecnología o internet (Wurtz et al., 2024) se asociaron con peores desenlaces psicológicos y contribuyeron al abandono escolar, que afectó al 10% de los jóvenes en los primeros seis meses de la pandemia (Valdez-Santiago et al., 2022) y a un número importante de universitarios en el ciclo 2020-2021 (Wurtz et al., 2024). Entre las razones destacadas para el abandono estaba la percepción de que las clases virtuales eran poco funcionales.

Desde el ámbito académico, el bajo rendimiento percibido, las barreras técnicas como problemas de conectividad y el retorno presencial complejo se asociaron con mayor malestar psicológico (Juanico-Morales et al., 2023; Ramírez-Martínez et al., 2024). Otros factores de riesgo incluyeron la percepción elevada de riesgo de contagio, el aislamiento social prolongado, antecedentes familiares

de depresión y la experiencia de eventos vitales significativos durante la pandemia, como el haber tenido un familiar contagiado o fallecido por COVID-19 (Juanico-Morales et al., 2023; Martínez-Arriaga et al., 2021; Yusvisaret et al., 2021).

Por otro lado, también se identificaron factores protectores. Un entorno familiar positivo y la participación activa de los padres en el hogar se asociaron con mayor bienestar subjetivo y compromiso académico, relación que se fortaleció durante la contingencia sanitaria (Gaxiola Romero et al., 2022). La posibilidad de asistir a clases en línea, pese a sus limitaciones, fue un factor protector frente a intentos suicidas en adolescentes, probablemente por reflejar un mayor nivel socioeconómico y acceso a recursos (Valdez-Santiago et al., 2022). Asimismo, en estudiantes con condiciones preexistentes, recibir tratamiento psiquiátrico previo a la pandemia redujo el incremento de síntomas depresivos. De manera complementaria, se ha identificado que niveles más altos de inteligencia emocional también se asocian con menor sintomatología ansiosa y depresiva, lo que refuerza su papel como factor protector en contextos adversos (Domínguez-González et al., 2022; Montero et al., 2022).

La magnitud del impacto observado, con prevalencias de depresión de hasta 40.08% en algunos periodos y subgrupos, se alinea con la tendencia global de deterioro en la salud mental juvenil durante la pandemia (Domínguez-González et al., 2022). Sin embargo, comparaciones con otros países latinoamericanos muestran particularidades. En Perú, por ejemplo, Sánchez-Carlessi et al. (2021) encontraron que el 50% de los universitarios presentaron depresión y ansiedad, lo que podría representar una afectación aún mayor (Sánchez-Carlessi, et al., 2021). No obstante, las diferencias metodológicas y temporales dificultan comparaciones directas. En Colombia, Palacio et al. (2020) reportaron una distribución distinta en la severidad depresiva (76% leve) y una mayor propensión entre hombres, lo cual contrasta con los hallazgos en México, donde el género femenino fue consistentemente más vulnerable (Bravo-Sanzana et al., 2022; Domínguez-González et al., 2022; Juanico-Morales et al., 2023; Ramírez-Martínez et al., 2024; Palacio-Ortiz et al., 2020). Esta diferencia de género es congruente con la literatura internacional, que suele reportar mayores tasas de trastornos internalizantes en mujeres, posiblemente vinculados a factores socioculturales, mayor exposición a violencia relacional o diferencias en la expresión del malestar y en la búsqueda de ayuda (Bravo et al., 2022).

Esta revisión sistemática presenta ciertas limitaciones que deben ser consideradas. En primer lugar, la búsqueda de literatura se centró en la base de datos PubMed, lo que podría introducir un sesgo de publicación, al omitir estudios relevantes no indexados en esta plataforma o aquellos con resultados no significativos que tienden a ser menos publicados. Además, la mayoría de los estudios incluidos fueron de diseño transversal, lo cual limita el establecimiento de relaciones causales. Una limitación adicional es que, debido a la heterogeneidad metodológica no se aplicó una herramienta formal y uniforme para la evaluación del riesgo de sesgo, lo cual podría influir en la robustez comparativa de los hallazgos. No obstante, los pocos estudios longitudinales identificados refuerzan la hipótesis de que la pandemia tuvo un impacto progresivo y sostenido en la salud mental estudiantil. Si bien se observó cierta heterogeneidad en los instrumentos de evaluación, varios estudios utilizaron escalas validadas internacionalmente, como la DASS-21, el IDB y el GAD-7, lo que contribuye a la validez y comparabilidad de los datos.

A pesar de estas limitaciones, el presente trabajo representa una aportación relevante al ofrecer, hasta donde sabemos, una de las primeras síntesis sistemática de la evidencia disponible sobre el impacto de la pandemia de COVID-19 en la depresión y ansiedad de la población estudiantil en México. Al integrar y analizar los hallazgos de múltiples investigaciones, esta revisión proporciona un panorama consolidado que puede servir de base para futuras investigaciones y para el diseño de intervenciones específicas en el contexto educativo nacional, por ejemplo, futuros estudios podrían enfocarse en analizar longitudinalmente la evolución del bienestar psicológico post-pandemia, así como evaluar la efectividad de intervenciones institucionales implementadas en contextos universitarios.

## 5. Conclusiones

La síntesis de los estudios incluidos subraya la urgente necesidad de priorizar la salud mental de los

estudiantes universitarios mexicanos en el contexto post-pandémico. El incremento documentado en síntomas de ansiedad, depresión y en algunos casos, ideación suicida, exige la implementación de estrategias sostenidas de prevención, detección temprana y atención psicológica en los entornos educativos. Para que estas intervenciones sean efectivas, deben considerar tanto los factores de riesgo -como el aislamiento social, las dificultades económicas y la presión académica- como los factores protectores, incluidos el apoyo familiar, las habilidades de afrontamiento y las competencias digitales.

Por lo tanto, esta revisión sistemática confirma el impacto psicológico significativo de la pandemia por COVID-19 en estudiantes mexicanos y revela una alta prevalencia de malestar emocional asociado a múltiples condiciones personales y contextuales. Es imprescindible diseñar políticas y programas institucionales que además de mitigar las secuelas actuales, fortalezcan de manera sostenida el bienestar mental en la comunidad estudiantil.

### Conflictos de interés

Los autores declaran que no existe ningún conflicto de intereses relacionado con este trabajo.

### Contribución de autores

Concepción y diseño de estudio: MPTP, AYDPC, YELA, AGH, JMPH. Análisis e interpretación de datos: HEAJ y DLCDL. Redacción y revisión crítica del manuscrito: HEAJ, MPTP, AYDPC, YELA, AGH, JMPH y DLCDL. Todos los autores aprobaron la versión final del manuscrito

### Referencias (APA 7)

- Aguilar Sandoval, L.R., Gómez Landeros, O., Granados Cosme, J.A., Alonso Altamirano, A., & Bárcenas Torres, M.F. (2023). Prevalencia de daños en la salud mental en estudiantes de primer ingreso a la carrera de medicina en una universidad de la ciudad de México. *Divulgare Boletín Científico de la Escuela Superior de Actopan*, 10(19), 20-24. <https://doi.org/10.29057/esa.v10i19.9913>
- Bravo-Sanzana, M., Oriol, X., & Miranda, R. (2022). Characterization of Wellbeing and its Relationship with Exposure to Violence in Mexican and Chilean Early and Late Adolescents during the COVID-19 Pandemic. *Child Indicators Research*, 15(2), 553-578. <https://doi.org/10.1007/s12187-021-09905-1>
- Delgado, E. C., Lara, M. F., & Arias, R. M. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1), 23-36.
- Domínguez-González, A. D., Guzmán-Valdivia, G., Ángeles-Téllez, F. S., Manjarrez-Ángeles, M. A., & Secín-Diep, R. (2022). Depression and suicidal ideation in Mexican medical students during COVID-19 outbreak. A longitudinal study. *Heliyon*, 8(2). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e08851>
- Dosil-Santamaria, M., Ozamiz-Etxebarria, N., Idoiaga Mondragon, N., Reyes-Sosa, H., & Santabárbara, J. (2022). Emotional State of Mexican University Students in the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4), Article 4. <https://doi.org/10.3390/ijerph19042155>
- Gaeta, M. L., Gaeta, L., & Rodriguez, M. del S. (2021). The Impact of COVID-19 Home Confinement on Mexican University Students: Emotions, Coping Strategies, and Self-Regulated Learning. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.642823>
- Gaxiola Romero, J. C., Pineda Domínguez, A., Gaxiola Villa, E., & González Lugo, S. (2022). Positive Family Environment, General Distress, Subjective Well-Being, and Academic Engagement among High School Students Before and During the COVID-19 Outbreak. *School Psychology International*, 43(2), 111-134. <https://doi.org/10.1177/01430343211066461>
- Infante Castañeda, C., Peláez Ballestas, I., Giraldo Rodríguez, L., (2021). Covid-19 y género: Efectos diferenciales de la pandemia en universitarios. *Revista mexicana de sociología*, 83(spe), 169-196. <https://doi.org/10.22201/iis.01882503p.2021.0.60072>
- Juanico-Morales, L., Nava-Aguilera, E., Morales-Pérez, A., Morales-Nava, L., Valdez-Bencomo, M.

- A., Emigdio-Vargas, A., Serrano-de los Santos, F. R., & Andersson, N. (2023). Depression and associated factors in medical students in Acapulco during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *PLOS ONE*, *18*(5), e0285903. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0285903>
- Martínez Arriaga, R. J., González Ramírez, L. P., De La Roca-Chiapas, J. M., & Hernández-González, M. (2021). Psychological distress of COVID-19 pandemic and associated psychosocial factors among Mexican students: An exploratory study. *Psychology in the Schools*, *58*(9), 1844-1857. <https://doi.org/10.1002/pits.22570>
- Montero Saldaña, B. López Ramírez, J.P., Higareda Sánchez, J.J. (2022). Inteligencia emocional, ansiedad y depresión en estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19. *Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*, *11*(26):146-174. <https://doi.org/10.36677/rpsicologia.v11i26.19075>
- Navarro-Calvillo, M. E., Flores-Lázaro, J. C., Medrano, E., Bustos-Rojas, N. D., & Zapata-Enríquez, L. R. (2023). Síntomas de déficit de atención, ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. *Psicología y Salud*, *33*(2), 455-465. <https://doi.org/10.25009/pys.v33i2.2827>
- Nicolini, H. (2020). Depresión y ansiedad en los tiempos de la pandemia de COVID-19. *Cirugía y Cirujanos*, *88*(5), 555-556. <https://doi.org/10.24875/ciru.m20000067>
- Palacio-Ortiz, J. D., Londoño-Herrera, J. P., Nanclares-Márquez, A., Robledo-Rengifo, P., & Quintero-Cadavid, C. P. (2020). Trastornos psiquiátricos en los niños y adolescentes en tiempo de la pandemia por COVID-19. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, *49*(4), 279-288. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2020.05.006>
- Peláez-Ballestas, I., Infante-Castañeda, C., Giraldo-Rodríguez, L., (2021). Comparison between Covid-19 and influenza A(H1N1) pandemic experiences and risk perception in a Mexican university. *Salud Pública de México*, *63*(5), 619-629. <https://doi.org/10.21149/12367>
- Ramírez-Martínez, F. R., Villanos, M. T., Sharma, S., & Leiner, M. (2024). Variations in anxiety and emotional support among first-year college students across different learning modes (distance and face-to-face) during COVID-19. *PLOS ONE*, *19*(3), e0285650. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0285650>
- Ruvalcaba Pedroza, K. A., González Ramírez, L. P., & Jiménez Ávila, J. M. (2021). Depresión y ansiedad en estudiantes de Medicina durante el confinamiento por la pandemia de COVID-19. *Investigación en educación médica*, *10*(39), 52-59. <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2021.39.21342>
- Sánchez-Carlessi HH, Yarlequé-Chocas LA, Javier-Alva L, Nuñez-LLacuachaqui ER, Arenas-Iparraguirre C, Matalinares-Calvet ML. (2021). Indicadores de ansiedad, depresión, somatización y evitación experiencial en estudiantes universitarios del Perú en cuarentena por COVID-19. *Rev Fac Med Hum.*, *21*(2), 346-53. doi: 10.25176/RFMH.v21i2.3654.
- Valdez-Santiago, R., Villalobos, A., Arenas-Monreal, L., González-Forteza, C., Hermosillo-de-la-Torre, A. E., Benjet, C., & Wagner, F. A. (2022). Comparison of suicide attempts among nationally representative samples of Mexican adolescents 12 months before and after the outbreak of the Covid-19 pandemic. *Journal of Affective Disorders*, *298*, 65-68. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.10.111>
- Wurtz, H. M., Hernandez, M., & Baird, M. (2024). Thriving Despite the Odds: Digital Capital and Reimagined Life Projects Among Mexican College Students During COVID-19. *Culture, Medicine and Psychiatry*, *48*(1), 23-44. <https://doi.org/10.1007/s11013-023-09839-z>
- Yusvisaret Palmer, L., Palmer Morales, S., Medina Ramirez, M. C. R., & López Palmer, D. A. (2021). Prevalencia de depresión durante la COVID-19 en estudiantes de medicina de una universidad privada mexicana. *MEDISAN*, *25*(3), 637-646. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30192021000300637&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192021000300637&lng=es&tlng=es)
- Zhang, S. X., Miller, S. O., Xu, W., Yin, A., Chen, B. Z., Delios, A., Dong, R. K., Chen, R. Z., McIntyre, R. S., Wan, X., Wang, S., & Chen, J. (2022). Meta-analytic evidence of depression and anxiety in Eastern Europe during the COVID-19 pandemic. *European Journal of Psychotraumatology*, *13*(1), 2000132. <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.2000132>