Revista Habanera de Ciencias Médicas
Al servicio de la ciencia
AÑO 2026
Vol. 25. PUBLICACIÓN CONTINUA
ISSN 1729-519X

CIENCIAS SOCIALES

ARTÍCULO ORIGINAL

Impacto de los estresores académicos sobre la ansiedad y depresión en estudiantes universitarios de Cuba y Ecuador

Impact of Academic Stressors on Anxiety and Depression in University Students from Cuba and Ecuador

José Luis Martínez Torres[1], María Claudia Andrade Vera[2], Jorge Enrique Torralbas Oslé[1*]

[1] Universidad de La Habana, Facultad de Psicología. La Habana, Cuba.
[2]Universidad Bolivariana del Ecuador. Guayas, Ecuador

***Autor para la correspondencia: jetorralbas@gmail.com**

Cómo citar este artículo
Martínez Torres JL, Andrade de Vera MC, Torralbas Oslé JE: Impacto de los estresores académicos sobre la ansiedad y depresión en estudiantes universitarios de Cuba y Ecuador. Rev haban cienc méd [Internet]. 2026 [citado]; 25. Disponible en: http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/6267

Recibido: 04 de enero de 2026
Aprobado: 04 de junio de 2026

RESUMEN

Introducción: Los estresores académicos son relevantes para la salud mental universitaria, pero la evidencia sobre su asociación diferencial con ansiedad y depresión es limitada en contextos latinoamericanos.

Objetivo: Identificar los estresores académicos predictores de ansiedad y depresión en universitarios de Cuba y Ecuador; evaluar la influencia del género y el país como variables moduladoras.

Material y Método: La población objetivo estuvo constituida por estudiantes de pregrado de la Universidad de La Habana (Cuba) y la Universidad Bolivariana del Ecuador (Ecuador), de 18 años o más, matriculados y con consentimiento informado. Participaron 687 estudiantes, evaluados con la Escala de Estresores Académicos, el GAD-7 y el PHQ-9, mediante análisis no paramétricos, regresión lineal múltiple y regresión LASSO. El estudio siguió la Declaración de Helsinki, con aprobación ética de ambas instituciones.

Resultados: Todas las dimensiones de estresores académicos se asociaron de manera significativa con ansiedad y depresión, siendo las creencias sobre el rendimiento académico el predictor más consistente en ambos modelos; otros estresores mostraron asociaciones diferenciales según la sintomatología. No hubo diferencias de género en los niveles de ansiedad o depresión, aunque sí en la percepción de algunos estresores, y se hallaron diferencias por país, con niveles más elevados de estresores, ansiedad y depresión en estudiantes cubanos.

Conclusiones: Los resultados destacan la importancia de considerar estresores académicos específicos, particularmente las creencias sobre el rendimiento académico, en el diseño de intervenciones preventivas universitarias. El país, pero no el género, se asoció con diferencias en ansiedad y depresión, lo que subraya la necesidad de enfoques sensibles al contexto educativo y sociocultural

Palabras Clave:
Estresores académicos; ansiedad; depresión; estudiantes universitarios; Cuba; Ecuador.

ABSTRACT

Introduction: Academic stressors are relevant to university students' mental health, but evidence on their differential association with anxiety and depression remains limited in Latin American contexts.

Objective: To identify the academic stressors that predict anxiety and depression levels in university students from Cuba and Ecuador, as well as to evaluate the influence of gender and country of residence as moderating variables.

Material and Method: The target population consisted of undergraduate students from the University of Havana (Cuba) and the Universidad Bolivariana del Ecuador (Ecuador), aged 18 years or older and enrolled at the time of the study who provided informed consent. A total of 687 students participated and were assessed using the Academic Stressors Scale, the GAD-7, and the PHQ-9, through nonparametric analyses, multiple linear regression, and LASSO regression. The study followed the Declaration of Helsinki, with ethical approval from both institutions.

Results: All dimensions of academic stressors were significantly associated with anxiety and depression, with beliefs about academic performance emerging as the most consistent predictor in both models; other stressors showed differential associations depending on symptomatology. No gender differences were found in anxiety or depression levels, although differences did emerge in the perception of some stressors and country-level differences were found, with higher levels of stressors, anxiety, and depression among Cuban students.

Conclusions: The results highlight the importance of considering specific academic stressors, particularly beliefs about academic performance, in the design of preventive interventions in higher education. Country, but not gender, was associated with differences in anxiety and depression, underscoring the need for approaches that are sensitive to the educational and sociocultural context

Keywords:
Academic stressors; anxiety; depression; university students; Cuba; Ecuador.

Este es un artículo de Acceso Abierto distribuído según los términos de la Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 que permite el uso, distribución y reproducción no comerciales y sin restricciones en cualquier medio, siempre que sea debidamente citada la fuente primaria de publicación.

INTRODUCCIÓN

La vida universitaria constituye una etapa de transición caracterizada por demandas académicas específicas que pueden actuar como estresores y afectar el bienestar psicológico de los estudiantes cuando son percibidas como excesivas o difíciles de controlar.[1,2] Entre estos factores, los estresores académicos se reconocen como determinantes relevantes de la salud mental universitaria, incluyendo la sobrecarga de trabajo, la presión por el rendimiento, las exigencias evaluativas, las deficiencias percibidas en los procesos de enseñanza y las creencias sobre el desempeño académico.[3]

La evidencia disponible ha documentado la asociación entre el estrés académico y la presencia de síntomas de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios [2,4,5]. Sin embargo, persiste una limitada comprensión sobre qué estresores académicos específicos se relacionan diferencialmente con cada tipo de sintomatología, lo que restringe el diseño de estrategias preventivas focalizadas.

Asimismo, factores individuales y contextuales, como el género y el país de residencia, pueden influir en la experiencia del estrés académico y en la expresión del malestar psicológico. Aunque algunos estudios han sugerido diferencias de género en la percepción del estrés y en el reporte de síntomas emocionales, estos resultados no son consistentes entre contextos culturales.[6,7]

Asimismo, factores culturales y contextuales vinculados al país de residencia, como el sistema educativo, la disponibilidad de recursos psicológicos y la presión social, pueden modular la exposición a estresores y la respuesta emocional frente a ellos. Un grupo de estudios transnacionales confirma altos niveles de ansiedad y depresión vinculados al contexto académico universitario.[8,9,10] Sin embargo, la mayoría de estas investigaciones se alejan del contexto latinoamericano,[11,12] y los estudios en los que Cuba participa en esta línea son prácticamente inexistentes.

En este contexto, el presente estudio tiene como objetivos identificar los estresores académicos que predicen los niveles de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios de Cuba y Ecuador; y evaluar la influencia del género y del país de residencia como variables moduladoras.

MATERIAL Y MÉTODOS

Se realizó un estudio cuantitativo transversal, no experimental y de alcance explicativo, entre marzo y mayo de 2025, en estudiantes universitarios de pregrado de la Universidad de La Habana (Cuba) y la Universidad Bolivariana del Ecuador (Ecuador).

La población objetivo estuvo constituida por la totalidad de estudiantes universitarios de pregrado matriculados en la Universidad de La Habana (Cuba) y la Universidad Bolivariana del Ecuador (Ecuador) que cumplieran los criterios de inclusión establecidos: tener 18 años o más, estar matriculado al momento del estudio en un programa de pregrado y aceptar el consentimiento informado completando el cuestionario.

Se utilizó un muestreo no probabilístico en cadena. El cuestionario fue difundido mediante correo institucional y redes sociales académicas a estudiantes y contactos previamente identificados que cumplían los criterios de selección. La participación se limitó a una respuesta por usuario y se verificaron manualmente posibles duplicaciones.

La muestra final estuvo conformada por 687 estudiantes universitarios de pregrado pertenecientes a la Universidad de La Habana (Cuba) y la Universidad Bolivariana del Ecuador (Ecuador). Del total de participantes, 477 (69,4 %) correspondían a Cuba y 210 (30,6 %) a Ecuador. En cuanto al área de formación, el 40,0 % pertenecía a Ciencias Sociales, el 25,3 % a Ciencias Naturales y Matemáticas, el 23,1 % a Ciencias Médicas (correspondientes exclusivamente a la muestra ecuatoriana, dado que en Cuba la formación en Ciencias Médicas se imparte en universidades médicas independientes de la Universidad de La Habana) y el 11,5 % a Ciencias Económicas y Contables. Respecto al género, 208 (30,2 %) se identificaron como hombres (cisgénero o trans), 433 (6,1 %) como mujeres (cisgénero o trans), 9 (1,3 %) como personas de género fluido, 5 (0,7 %) como personas no binarias y 32 (4,7 %) prefirieron no declarar su género. La edad media fue de 23,0 años (DE = 6,54).

Dado el carácter no probabilístico del diseño, no se realizó cálculo muestral a priori; sin embargo, se efectuó un análisis de potencia de sensibilidad para regresión lineal múltiple ($\alpha = 0,05$, $N = 687$, hasta 14 predictores), obteniéndose una potencia superior a 0.95 para detectar tamaños de efecto pequeños a moderados ($f^2 \geq 0,02$).

Los datos fueron recogidos mediante un cuestionario divulgado a través de Google Forms. Este cuestionario integró versiones previamente validadas en español de las escalas empleadas:

- Estresores académicos: Se empleó la Escala de Estresores Académicos (ECEA), validada por Cabanach[3]. Se obtuvieron las respuestas mediante una escala Likert (1 = nunca; 2 = alguna vez; 3 = bastantes veces; 4 = casi siempre; 5 = siempre). Este instrumento ha sido validado en Ecuador por Tito-Huamani y colaboradores,[13] aún no ha sido validado en el contexto cubano. Se alcanzaron índices favorables de consistencia interna para la escala general ($\alpha = 0,98$) y para las 8 dimensiones del instrumento: deficiencias metodológicas del profesorado ($\alpha = 0,95$), sobrecarga del estudiante ($\alpha = 0,94$), creencias sobre el rendimiento académico ($\alpha = 0,94$), intervenciones en público ($\alpha = 0,92$), clima social negativo ($\alpha = 0,92$), carencia de valor de los contenidos ($\alpha = 0,85$), exámenes ($\alpha = 0,92$) y dificultades de participación ($\alpha = 0,89$).

Este es un artículo en Acceso Abierto distribuido según los términos de la Licencia Creative Commons Atribución–NoComercial 4.0

- Depresión: Se utilizó el Cuestionario sobre la Salud del Paciente – 9 (PHQ-9)[14], instrumento compuesto por 9 ítems que evalúan la presencia de síntomas depresivos en las últimas dos semanas. Cada ítem se responde en una escala Likert de 4 puntos (0 = ningún día; 1 = varios días; 2 = más de la mitad de los días; 3 = casi todos los días), con puntuaciones totales que oscilan entre 0 y 27. Este cuestionario ha sido validado en el contexto ecuatoriano por Quiñonez-Freire y colaboradores;[15] en Cuba aún no ha sido validado. En el presente estudio se emplearon puntuaciones continuas. La consistencia interna fue adecuada (α = 0,87).
- Ansiedad: Se utilizó la Escala para el Trastorno de Ansiedad Generalizada- 7 (GAD-7)[16], compuesta por 7 ítems que evalúan síntomas de ansiedad en las últimas dos semanas. Cada ítem se responde en una escala Likert de 4 puntos (0 = ningún día; 1 = varios días; 2 = más de la mitad de los días; 3 = casi todos los días), con un rango total entre 0 y 21. Se emplearon puntuaciones continuas. Esta escala ha sido validada en estudiantes universitarios del Ecuador[17], aún no ha sido validada en Cuba. La consistencia interna fue adecuada (α = 0,85).
- Género: Hombres (cisgénero o trans), Mujeres (cisgénero o trans), Personas de género fluido, Personas no binarias, Personas que no prefieren decir su género.
- País: Ecuador y Cuba.

El análisis de los datos se desarrolló en dos etapas. Inicialmente, se utilizó Jamovi (versión 2.7.17) para el preprocesamiento de los datos, el análisis de consistencia interna, los estadísticos descriptivos y las correlaciones de Spearman. Posteriormente, se empleó R (versión 4.5.2) para realizar las pruebas de Kruskal–Wallis y Mann–Whitney con el fin de explorar diferencias según género y país, así como modelos de regresión lineal múltiple para estimar el efecto de los estresores académicos sobre la ansiedad y la depresión. Además, para seleccionar predictores se realizó una regresión LASSO con validación cruzada de 10 pliegues, considerando los criterios de λ mínimo y λ 1SE.

El estudio se desarrolló conforme a la Declaración de Helsinki y fue aprobado por los comités de ética de la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana y de la Universidad Bolivariana del Ecuador. Todos los participantes otorgaron consentimiento informado y se garantizó la confidencialidad y anonimato de los datos. La base de datos anonimizada está disponible en https://doi.org/10.6084/m9.figshare.31445362.

RESULTADOS

Correlaciones entre los estresores académicos, la ansiedad y la depresión

Los estresores académicos mostraron correlaciones positivas y significativas entre sí y con los síntomas de ansiedad y depresión (Tabla 1). Las Creencias sobre el rendimiento académico presentaron las asociaciones más fuertes con ambas variables de salud mental, seguidas por la Sobrecarga del estudiante y las Dificultades de participación.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos y correlaciones bivariadas entre estresores académicos, ansiedad y depresión

Variable	DMP	SE	CRA	IP	CSN	Exm	CV	DP	Ansiedad	Depresión
DMP	-									
SE	0,748***	-								
CRA	0,667***	0,797***	-							
IP	0,523***	0,520***	0,574***	-						
CSN	0,524***	0,610***	0,684***	0,373***	-					
Exm	0,676***	0,633***	0,642***	0,584***	0,461***	-				
CV	0,619***	0,628***	0,648***	0,366***	0,548***	0,448***	-			
DP	0,580***	0,689***	0,722***	0,344***	0,706***	0,496***	0,591***	-		
Ansiedad	0,465***	0,466***	0,500***	0,362***	0,373***	0,462***	0,374***	0,430***	-	
Depresión	0,477***	0,502***	0,580***	0,408***	0,449***	0,454***	0,425***	0,513***	0,731***	-
M	2,49	2,33	2,20	2,28	1,92	2,37	2,11	2,06	7,25	7,97
DE	1,059	1,053	1,039	1,092	0,980	1,052	1,007	1,107	4,93	6,01
V. Mínimo	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0
V. Máximo	5	5	5	5	5	5	5	5	21	27

Leyenda: La correlaciones entre las variables son no paramétricas (Rho de Spearman). * p < 0.05, ** p < 0.010, *** p < 0.001. N = 687

DMP: Deficiencias metodológicas del profesorado; SE: Sobrecarga del estudiante; CRA: Creencias sobre el rendimiento académico; IP: Intervenciones en público; CSN: Clima social negativo; Exm: Exámenes; CV: Carencia de valor; DP: Dificultades de participación. M: Media; DE: Desviación Estándar

Este es un artículo en Acceso Abierto distribuido según los términos de la Licencia Creative Commons Atribución–NoComercial 4.0

Los valores medios de los estresores indicaron una frecuencia de exposición baja a moderada, destacándose las Deficiencias metodológicas del profesorado, la Sobrecarga del estudiante y los Exámenes como los factores con mayores puntuaciones promedio, mientras que el Clima social negativo mostró la menor frecuencia percibida. Los participantes mostraron niveles moderados de Ansiedad y Depresión.

Diferencias según género y país en estresores académicos, ansiedad y depresión.

Las pruebas de Kruskal–Wallis y Mann–Whitney revelaron diferencias significativas según género y país en varias dimensiones de estresores académicos (Tabla 2). Las mujeres reportaron mayores niveles de exposición a estresores académicos específicos, particularmente Deficiencias metodológicas del profesorado, Sobrecarga del estudiante, Intervenciones en público y Exámenes. Sin embargo, no se observaron diferencias significativas por género en Ansiedad o Depresión. La Figura 1 muestra las comparaciones post – hoc con ajuste de Holm para las variables estudiadas.

Tabla 2. Diferencias significativas según el género y el país en estresores académicos

Estresores académicos	Género[1]				País[2]		
	χ^2	gl	p	ε^2	Estadístico	p	r_s
Deficiencias metodológicas del profesorado	14.37	4	0.006	0.02095	44552	0.019	0.1105
Sobrecarga del estudiante	10.256	4	0.036	0.01495	45514	0.055	0.0913
Creencias sobre rendimiento académico	5.378	4	0.251	0.00784	40993	< .001	0.1815
Intervenciones en público	23.269	4	< .001	0.03392	47261	0.006	0.0564
Clima social negativo	6.106	4	0.191	0.0089	43549	0.234	0.1305
Exámenes	28.217	4	< .001	0.04113	41825	< .001	0.1649
Carencia de valor	0.267	4	0.992	3.89E-04	36781	< .001	0.2656
Dificultades en la participación	3.557	4	0.469	0.00518	39006	< .001	0.2212
Ansiedad	8.09	4	0.088	0.0118	43220	0.004	0.137
Depresión	3.12	4	0.538	0.00455	43033	0.003	0.141

Leyenda: *[1] Prueba de Kruskall Wallis. χ^2, Chi – Cuadrado; gl, grados de libertad; ε^2, eplison al cuadrado (tamaño del efecto). [2] U de Mann – Whitney; r_s Correlación biseriada de rangos (tamaño del efecto).*

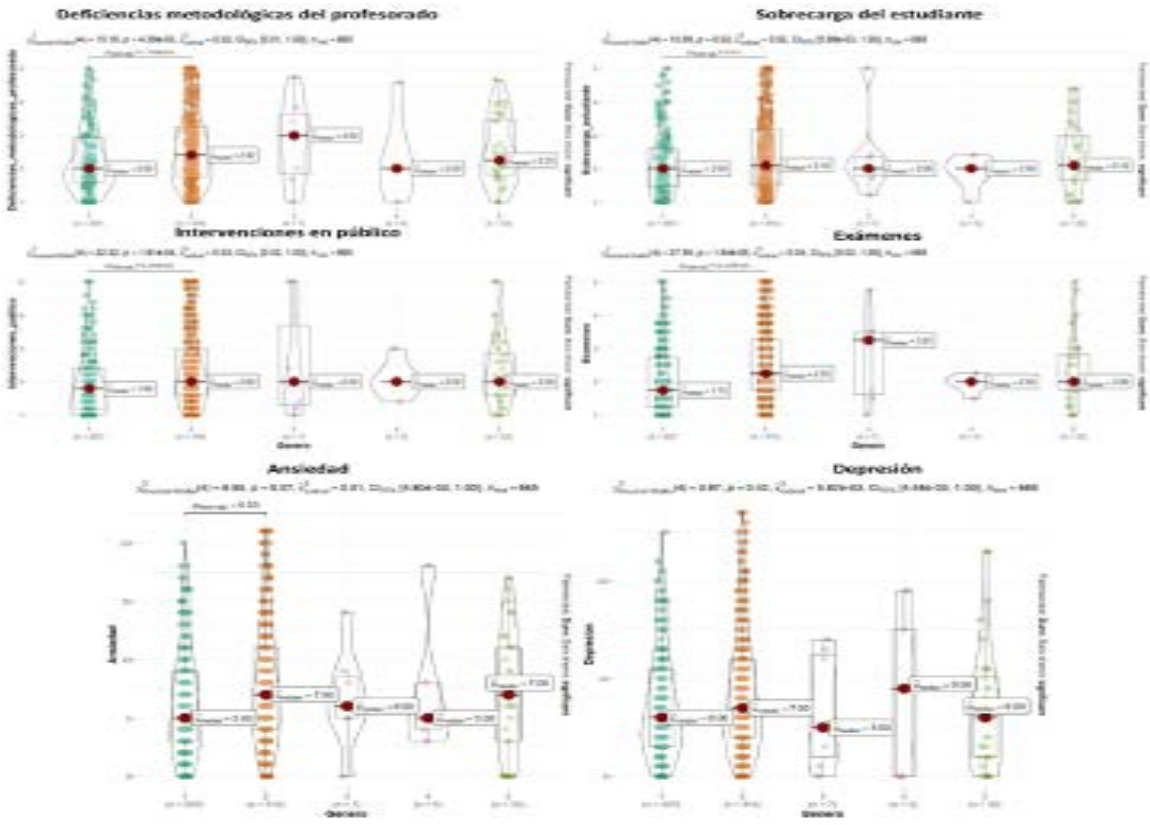


Figura 1. Diferencias significativas encontradas según el género en las variables estudiadas.

Leyenda: *Género: 1, Hombres (cisgénero o trans); 2, Mujeres (cisgénero o trans); 3, Personas de género fluido, Personas no binarias; 4, Personas que no prefieren decir su género.*

Este es un artículo en Acceso Abierto distribuido según los términos de la Licencia Creative Commons Atribución–NoComercial 4.0

En cuanto al país, se identificaron diferencias significativas en la mayoría de los estresores académicos y en los niveles de Ansiedad y Depresión, con puntuaciones más elevadas en estudiantes cubanos. Los tamaños del efecto fueron pequeños a moderados. La Figura 2 muestra las comparaciones por pares de las variables estudiadas según el país

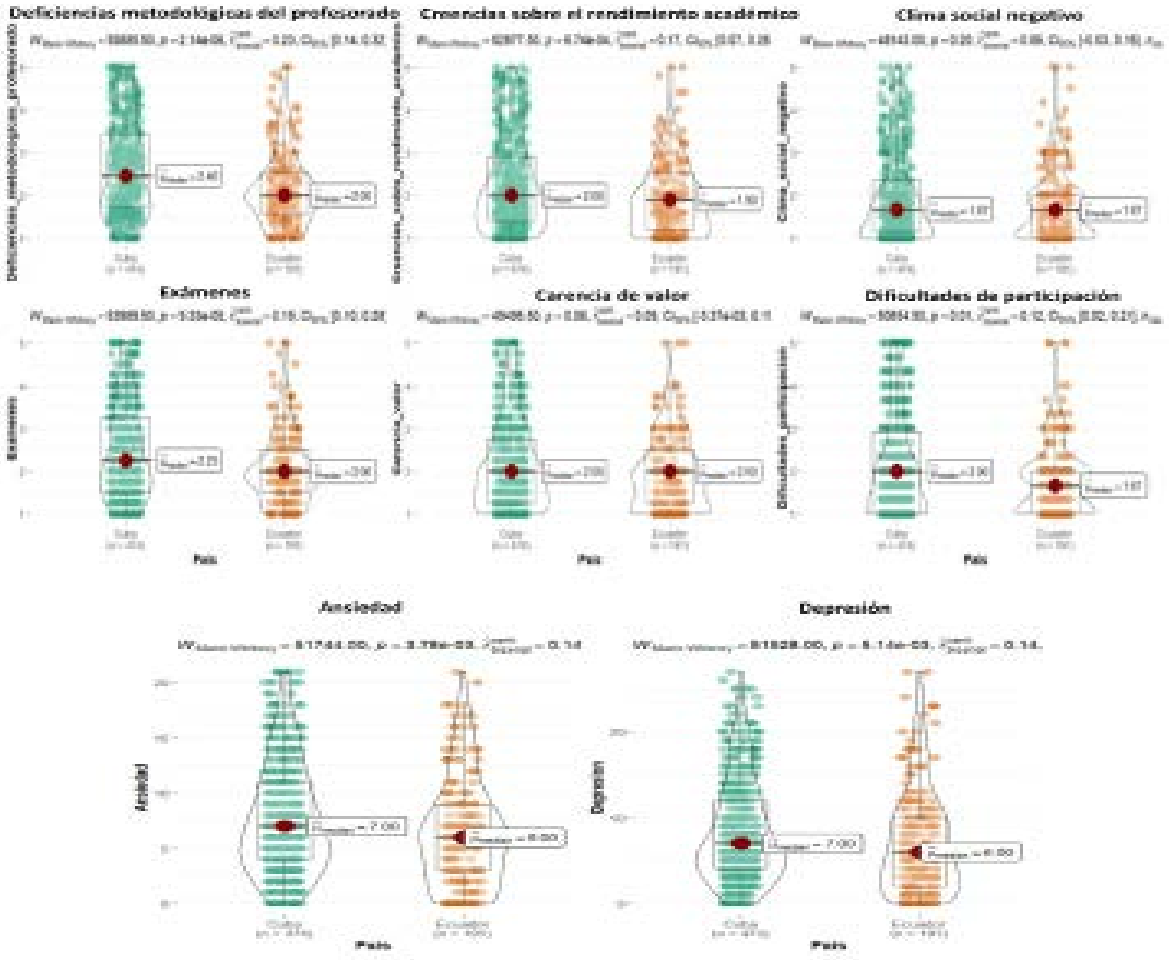


Figura 2. Diferencias significativas encontradas según el país en las variables estudiadas

Regresión múltiple de estresores académicos en la ansiedad y la depresión.

La Tabla 3, muestra los coeficientes estimados de los modelos de regresión que predicen la Ansiedad y la Depresión.

En el modelo que predice la Ansiedad (R2 = 0,32, F (14,650) = 22,14, p <0,001), los coeficientes estimados resultaron positivos y significativos para las Deficiencias metodológicas del profesorado, Creencias sobre el rendimiento académico y los Exámenes. Además, la edad estimó de manera negativa y significativa la depresión.

En el modelo que predice la depresión (R2 = 0,35, F (14,650) = 25,58, p <0,001), los coeficientes estimados resultaron positivos y significativos para las Creencias sobre el rendimiento académico, Intervenciones en público, Dificultades en la participación y país. La edad estimó de manera negativa y significativa la depresión.

Este es un artículo en Acceso Abierto distribuido según los términos de la Licencia Creative Commons Atribución–NoComercial 4.0

Tabla 3. Coeficientes estimados del modelo de regresión lineal múltiple que predice la ansiedad y la depresión

Parámetro	Ansiedad			Depresión		
	Coeficiente	SE	p	Coeficiente	SE	p
(Intercepto)	1,72	0,82	0,036	1,64	0,97	0,092
Deficiencias metodológicas del profesorado	0,73	0,27	0,007	0,50	0,32	0,119
Sobrecarga del estudiante	0,12	0,31	0,01	-0,28	0,36	0,446
Creencias sobre rendimiento académico	0,80	0,33	0,015	1,83	0,39	< ,001
Intervenciones en público	0,21	0,20	0,290	0,67	0,23	0,004
Clima social negativo	0,08	0,25	0,738	0,06	0,30	0,830
Exámenes	0,75	0,24	0,002	0,35	0,28	0,219
Carencia de valor	0,02	0,24	0,927	0,16	0,28	0,568
Dificultades en la participación	0,32	0,26	0,207	0,61	0,30	0,044
Edad	-0,08	0,03	0,010	-0,11	0,04	0,003
Género (Mujer, cisgénero o trans)	0,31	0,37	0,402	-0,19	0,43	0,669
Género (Persona de género fluido)	-0,84	1,60	0,598	-1,88	1,89	0,321
Género (Persona no binaria)	2,13	1,88	0,258	2,37	2,22	0,287
Género (Prefiero no decirlo)	0,16	0,79	0,843	-1,09	0,93	0,242
País (Ecuador)	0,55	0,45	0,215	1,06	0,53	0,044

Regresión LASSO de estresores académicos en la ansiedad y la depresión.

Para identificar los predictores más relevantes de la Ansiedad y la Depresión se ajustaron modelos de regresión LASSO con validación cruzada de 10 pliegues. La Figura 3 muestra las selecciones de los parámetros de ajuste (λ y λ1se) y las trayectorias de los coeficientes con su disminución progresiva a medida que aumenta la penalización.

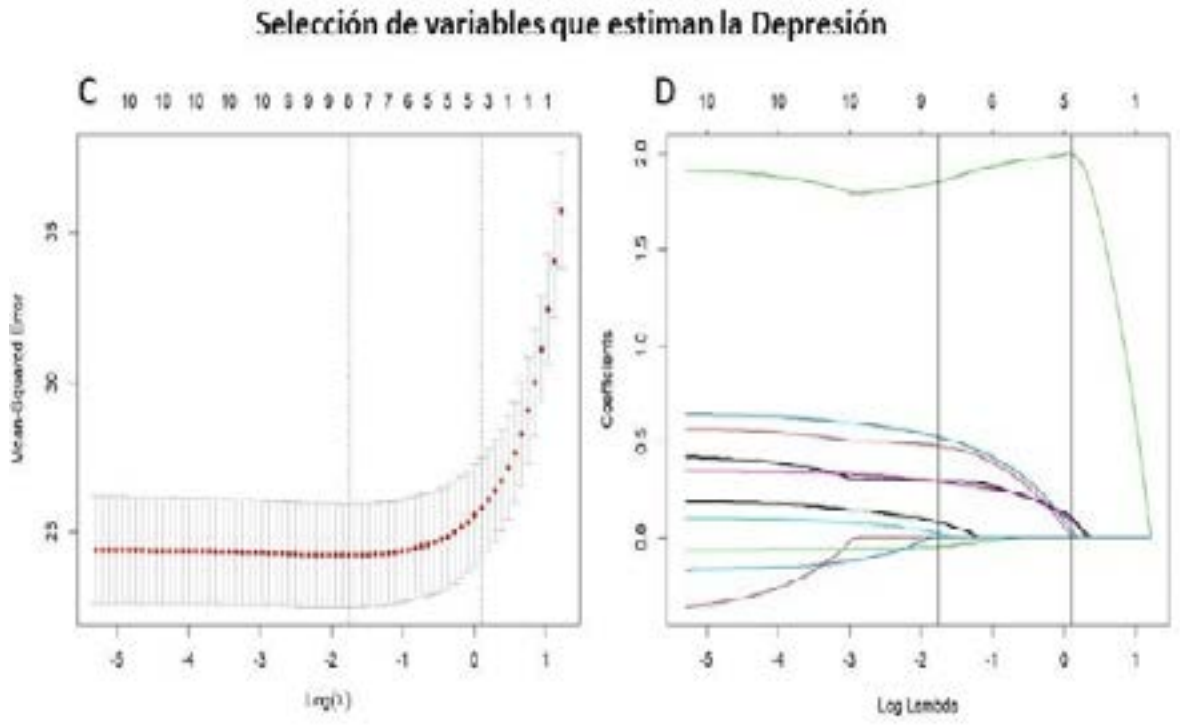


Figura 3. Selección de variables mediante regresión LASSO para los modelos de ansiedad y depresión.

Leyenda: Se muestran las trayectorias de los coeficientes en función del parámetro de penalización λ (A y C) y la selección del valor óptimo según el criterio 1–SE, donde se retuvieron los coeficientes distintos de cero (B y D).

Este es un artículo en Acceso Abierto distribuido según los términos de la Licencia Creative Commons Atribución–NoComercial 4.0

Para el modelo que estima la Ansiedad, la selección óptima del parámetro de penalización se obtuvo con λ mínimo = 0,25 y λ1SE = 1,10. Tras la regularización, las variables retenidas como predictores significativos fueron Deficiencias metodológicas del profesorado (β = 0,49, p < 0,001), Creencias sobre el rendimiento académico (β = 0,92, p < 0,001) y Exámenes (β = 0,52, p < 0,001). En el modelo de Depresión, la selección óptima se obtuvo con λ mínimo = 0,20 y λ1SE = 0,91, conservándose como predictores significativos Creencias sobre el rendimiento académico (β = 2,10, p < 0,001), Intervenciones en público (β = 0,04, p = 0,007) y Dificultades en la participación (β = 0,005, p = 0,027).

DISCUSIÓN

Los hallazgos de este estudio confirman la relevancia de los estresores académicos como predictores de los síntomas de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios de Cuba y Ecuador. En concordancia con el objetivo de la investigación, los resultados evidencian que no todos los estresores académicos se relacionan de igual manera con ambos tipos de sintomatología, destacándose las creencias sobre el rendimiento académico como el factor más consistente en los dos modelos analizados.

La centralidad de las Creencias sobre el desempeño académico se alinea con evidencia internacional que subraya el papel de los procesos de autoevaluación y autoexigencia en la salud mental universitaria.[7,11,18,19]. En contextos académicos caracterizados por alta presión evaluativa, las percepciones de insuficiencia o inadecuación personal pueden constituir un núcleo transversal de vulnerabilidad psicológica, favoreciendo la aparición tanto de Ansiedad, asociada a la anticipación de fracaso, como de Depresión, vinculada a la interiorización de autovaloraciones negativas.

Los resultados también sugieren un patrón diferenciado de vulnerabilidad psicológica frente a los estresores académicos. La ansiedad mostró mayor asociación con factores externos y evaluativos, tales como deficiencias metodológicas del profesorado y características de los Exámenes, lo que refleja la relevancia de la percepción de amenaza en situaciones académicas inmediatas. Por su parte, la depresión se relacionó principalmente con estresores de carácter intrapersonal y social, especialmente la dificultad para intervenir en público y la baja participación en clase, lo que es consistente con modelos teóricos que vinculan la depresión con procesos de retraimiento social, indefensión aprendida y disminución del sentido de autoeficacia.

Más allá de esta coincidencia, los modelos revelan diferencias notables. En el caso de la ansiedad, los predictores más relevantes estuvieron vinculados a factores externos y situacionales, como las deficiencias metodológicas del profesorado y las características de los exámenes. Esto sugiere que la ansiedad se relaciona más estrechamente con la percepción de amenaza en situaciones evaluativas inmediatas y con la incertidumbre generada por la calidad del proceso pedagógico. En contraste, la depresión se asoció con estresores de carácter intrapersonal y social, particularmente la dificultad para intervenir en público y las dificultades en la participación en clase. Mientras que la ansiedad parece responder a un patrón de activación ante la inminencia de demandas externas, la depresión se configura en torno a procesos de retraimiento y autoexclusión, consistentes con teorías que vinculan la depresión con déficits en la interacción social y con sentimientos de ineficacia personal.[14,20]

Un aspecto crítico es que variables como la edad o el país de residencia perdieron significación al aplicar el modelo LASSO lo que sugiere que las diferencias contextuales o sociodemográficas se diluyen frente al peso específico de los estresores académicos.

En relación con el género, se observaron diferencias en la percepción de estresores académicos específicos, particularmente en Deficiencias metodológicas del profesorado, Sobrecarga del estudiante, Intervenciones en público y Exámenes. Este hallazgo es consistente con investigaciones previas que sugieren que las mujeres tienden a reportar mayor exposición o sensibilidad a ciertos estresores académicos, en particular aquellos relacionados con la exigencia evaluativa y el desempeño en público, lo que ha sido interpretado en relación con construcciones socioculturales de género y con un menor sentido de autoeficacia percibida en contextos de evaluación.[6,7,18,19,20] Sin embargo, estas diferencias no se extendieron a los niveles globales de ansiedad o depresión, lo que sugiere que la mayor exposición o sensibilidad a determinadas demandas académicas no necesariamente se traduce en mayor sintomatología afectiva. Este patrón podría estar mediado por factores protectores como estrategias de afrontamiento, apoyo social o recursos psicológicos personales, aspectos que requieren mayor exploración empírica.

Asimismo, se identificaron diferencias por país, con niveles más elevados de estresores académicos y síntomas de ansiedad y depresión en estudiantes cubanos. Estos resultados subrayan la relevancia del contexto institucional y sociocultural en la experiencia del estrés académico, aunque el diseño transversal del estudio no permite establecer inferencias causales. Las diferencias observadas podrían estar asociadas con variaciones en las condiciones materiales, la disponibilidad de recursos académicos o las características de los sistemas universitarios.

El estudio presenta algunas **limitaciones** que deben considerarse al interpretar el alcance de los resultados. Al tratarse de un diseño transversal, los hallazgos deben interpretarse en términos de asociación y no de causalidad entre los estresores académicos y la sintomatología de ansiedad y depresión. Asimismo, la información fue obtenida mediante autoinformes, lo que puede introducir sesgos asociados a la deseabilidad social o a la precisión en la valoración subjetiva de las experiencias académicas y emocionales. En segundo lugar, la muestra estuvo conformada por estudiantes universitarios de Cuba y Ecuador, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico en cadena, por lo que los resultados no pueden generalizarse a la totalidad de la población universitaria de ambos países ni a otros contextos socioculturales.

Este es un artículo en Acceso Abierto distribuido según los términos de la Licencia Creative Commons Atribución–NoComercial 4.0

CONCLUSIONES

El estudio identificó los estresores académicos asociados a la ansiedad y la depresión en estudiantes universitarios de Cuba y Ecuador, destacándose las creencias sobre el rendimiento académico como predictor común de ambos tipos de sintomatología. Se observaron asociaciones diferenciales, con mayor influencia de factores evaluativos y metodológicos sobre la ansiedad y de estresores sociales e intrapersonales sobre la depresión. No se encontraron diferencias significativas por género en ansiedad y depresión, aunque sí en la percepción de algunos estresores académicos, mientras que se identificaron variaciones según el país de residencia. En conjunto, los resultados contribuyen al diseño de estrategias preventivas en salud mental universitaria.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Córdova Olivera P, Gasser Gordillo P, Naranjo Mejía H, La Fuente Taborga I, Grajeda Chacón A, Sanjinés Unzueta A. Academic stress as a predictor of mental health in university students. Cogent Educ [Internet]. 2023 [citado 17/08/2025];10(2). Disponible en: https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/2331186X.2023.2232686
2. Yang J, Zhang Y, Li P, Zhang H, Liu T. College Students' Academic Stressors on Mental Health during the COVID-19 Pandemic: A Comparison between Graduating Students and Non-Graduating Students. Int J Ment Health Promot [Internet]. 2022 [citado 17/08/2025];24(4):603–18. Disponible en: https://www.techscience.com/IJMHP/v24n4/47989/html
3. Cabanach RG, Souto-Gestal A, Franco V. Escala de Estresores Académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios. Rev Iberoam Psicol y Salud [Internet]. 2016 [citado 17/08/2025];7(2):41–50. Disponible en: https://www.elsevier.es/es-revista-revista-iberoamericana-psicologia-salud-152-articulo-escala-estresores-academicos-evaluacion-estresores-S2171206916300138
4. Rosa YSM de la, Montaño AH, Cardona EYB, Tovar JG. Relación entre estrés académico, afrontamiento, ansiedad, depresión y creencias en estudiantes universitarios. Diversitas [Internet]. 2024 [citado 17/08/2025];20(2):134–48. Disponible en: https://revistas.usantotomas.edu.co/index.php/diversitas/article/view/10716
5. Nahm SS, Chun MS. Stressors predicting depression, anxiety, and stress in korean veterinary students. J Vet Med Educ [Internet]. 2021 [citado 17/08/2025];48(4):470–6. Disponible en: https://utppublishing.com/doi/pdf/10.3138/jvme-2019-0031
6. Rubach C, von Keyserlingk L, Simpkins SD, Eccles JS. Does Instructional Quality Impact Male and Female University Students Differently?. Focusing on Academic Stress, Academic Satisfaction, and Mental Health Impairment. Front Educ [Internet]. 2022 [citado 17/08/2025];7:820321. Disponible en: www.frontiersin.org
7. Farhane-Medina NZ, Luque B, Tabernero C, Castillo-Mayén R. Factors associated with gender and sex differences in anxiety prevalence and comorbidity: A systematic review. Sci Prog [Internet]. 2022 [citado 17/08/2025];105(4). Disponible en: https://scholar.google.com/scholar_url?url=https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/00368504221135469&hl=es&sa=T&oi=ucasa&ct=ufr&ei=RUeiaKO-I6WMieoPhtKIiQ8&scisig=AAZF9b8z0MmUC3IaifxXDfk_BXp1
8. Ochnik D, Rogowska AM, Kuśnierz C, Jakubiak M, Schütz A, Held MJ, et al. Mental health prevalence and predictors among university students in nine countries during the COVID-19 pandemic: a cross-national study. Sci Rep [Internet]. 2021 [citado 17/08/2025];11(1):1–13. Disponible en: https://www.nature.com/articles/s41598-021-97697-3
9. Breeze C, Medvedev ON, Cervin M, Sutton A, Barcaccia B, Couyoumdjian A, et al. Unique contributions of anxiety, stress and depression to immunity: A cross-cultural investigation. J Affect Disord Reports [Internet]. 2024 [citado 17/08/2025];15:100699. Disponible en: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2666915323002366
10. Ike OO, Kwarteng MA, Ogbonna G, Santos IB dos, Ogiemudia OMH, Anyasodor AE, et al. Cross-National variations in mental health: A cross-sectional study on depression, anxiety, and stress among university staff and students in Sub-Saharan African. PLoS One [Internet]. 2025 [citado 17/08/2025];20(6):e0322163. Disponible en: https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0322163
11. Caycho-Rodríguez T, Tomás JM, Vilca LW, Carbajal-León C, Cervigni M, Gallegos M, et al. Socio-Demographic Variables, Fear of COVID-19, Anxiety, and Depression: Prevalence, Relationships and Explanatory Model in the General Population of Seven Latin American Countries. Front Psychol. 2021;12:695989.
12. Jiménez-Villamizar MP, Muro A, Navarro JB, Carmona-Cervelló M, Pros RC, Soler AF, et al. Predictive factors of the psychological impact of the COVID-19 pandemic on university students: a cross-cultural study in six Ibero-American countries [Internet]. España: europepmc;2022 [citado 17/08/2025]. Disponible en: https://europepmc.org/article/PPR/PPR576255
13. Leonardo Tito-Huamani P, Alberto Geraldo-Campos L, Giovanna Peña-Tomas B, Serpa-Barrientos A. Academic Stressors Scale in University Students: A Multicultural Invariance Study in Peruvians and Ecuadorians. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación [Internet]. 2023 [citado 17/08/2025]; 2(68):17–31. Disponible en: https://doi.org/10.21865/RIDEP68.2.02
14. Kroenke K, Spitzer RL, Williams JBW. The PHQ-9: Validity of a brief depression severity measure. J Gen Intern Med [Internet]. 2001 [citado 17/08/2025];16(9):606–13. Disponible en: https://link.springer.com/article/10.1046/j.1525-1497.2001.016009606.x

Este es un artículo en Acceso Abierto distribuido según los términos de la Licencia Creative Commons Atribución–NoComercial 4.0

15. Quiñonez-Freire C, Vara MD, Tomás JM, Baños RM, Quiñonez-Freire C, Vara MD, et al. Psychometric properties of the Spanish version of the Patient Health Questionnaire-9 in users of the Ecuadorian public health care system. Revista Latinoamericana de Psicología [Internet]. 2022;53: 210–7. Disponible en: https://doi.org/10.14349/RLP.2021.V53.23

16. Spitzer RL, Kroenke K, Williams JBW, Löwe B. A Brief Measure for Assessing Generalized Anxiety Disorder: The GAD-7. Arch Intern Med [Internet]. 2006 [citado 17/08/2025];166(10):1092–7. Disponible en: https://jamanetwork.com/journals/jamainternalmedicine/fullarticle/410326

17. Moreno-Montero E, Moreta-Herrera R, Rodas JA, Mayorga-Lascano M, Ruiz Á, Játiva R. Examining the psychometric properties of the Generalized Anxiety Disorder Scale (GAD-7) among Ecuadorian university students: Examinando las propiedades psicométricas de la Escala del Trastorno de Ansiedad Generalizada (GAD-7) en estudiantes universitarios. Revista de Psicopatología y Psicología Clínica [Internet]. 2024;(3):249–60. Disponible en: https://doi.org/10.5944/RPPC.39064

18. Shi P, Yang A, Zhao Q, Chen Z, Ren X, Dai Q. A Hypothesis of Gender Differences in Self-Reporting Symptom of Depression: Implications to Solve Under-Diagnosis and Under-Treatment of Depression in Males. Front Psychiatry. 2021;12:589687.

19. Asensio-Martínez A, Aguilar-Latorre A, Masluk B, Gascón-Santos S, Sánchez-Calavera MA, Sánchez-Recio R. Social support as a mediator in the relationship between technostress or academic stress and health: analysis by gender among university students. Front Psychol. 2023 ;14:1236825.

20. Chust-Hernández P, Fernández-García D, López-Martínez L, García-Montañés C, Pérez-Ros P. Female gender and low physical activity are risk factors for academic stress in incoming nursing students. Perspect Psychiatr Care [Internet]. 2022 [citado 17/08/2025];58(4):1281–90 Disponible en: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34386983/

Financiamiento:

La investigación que da origen a los resultados presentados en la presente investigación recibió fondos de la Oficina de Gestión de Fondos y Proyectos Internacionales bajo el código PN223LH006-022.

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existen conflictos de intereses.

Contribución de autoría

José Luis Martínez Torres: Curación de datos; Análisis formal; Metodología; Software; Visualización; Redacción del borrador inicial.

María Claudia Andrade Vera: Conceptualización; Investigación; Metodología.

Jorge Enrique Torralbas Oslé: Conceptualización; Investigación; Metodología; Administración del proyecto; Recursos; Supervisión; Redacción, revisión y edición.

Todos los autores participamos en la discusión de los resultados y hemos leído, revisado y aprobado el texto final del artículo.

Este es un artículo en Acceso Abierto distribuido según los términos de la Licencia Creative Commons Atribución–NoComercial 4.0